

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Efectos de las redes sociales en la salud mental de los
adolescentes: Una revisión narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional
en Psicología Clínica y de la Salud

Autoras:

Norma Beatriz Pablo Jaramillo

Maria Angela Velasquez Reyes

Asesor:

Mtra. Jessica Aranda Turpo

Lima, mayo de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo, Jessica Aranda Turpo, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Efectos de las Redes Sociales en la Salud Mental de los Adolescentes: Una revisión narrativa”** de Norma Beatriz Pablo Jaramillo y Maria Angela Velasquez Reyes tiene un índice de similitud de 13% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 05 días del mes de mayo del año 2025.



Mtra. Jessica Aranda Turpo

Asesora

**Efectos de las Redes Sociales en la Salud Mental de los
Adolescentes: Una revisión narrativa**

TRABAJO DE ACADÉMICO

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad
Profesional en Psicología clínica y de la salud



Mg. Sandra Vanessa Revelo Aulestia

Dictaminadora

Lima, 05 de mayo del 2025

Resumen

El presente estudio tuvo como **objetivo** realizar una revisión narrativa sobre los efectos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes. **Metodología:** Se realizó la revisión hasta noviembre de 2024, utilizando tres bases de datos: PubMed, Scopus y Web of Science. La estrategia de búsqueda contempló descriptores y sinónimos relacionados con la temática, como “adolescentes”, “uso de redes sociales” y “efectividad”. **Resultados:** Se identificó 1.020 estudios en Scopus, 67 en PubMed y 4 en Web of Science, con un total de 1.091 registros. Luego de eliminar los duplicados, por títulos y resúmenes, se seleccionaron 5 estudios que cumplieron con los criterios de inclusión. De estos, 3 eran estudios transversales, 1 correspondía a un estudio longitudinal y 1 a un estudio de cohorte prospectivo. **Conclusión:** Los efectos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes dependen de varios factores, como el tiempo y tipo de uso, el contenido que consume, el contexto familiar y social. El uso excesivo se relaciona con riesgos psicológicos; un uso moderado y supervisado podría ofrecer beneficios para el bienestar y la socialización de los adolescentes.

Palabras claves: *Redes sociales, salud mental, adolescentes.*

Abstract

The present study **aimed** to conduct a narrative review on the effects of social networks on adolescent mental health. **Methodology:** The review was conducted until November 2024, using three databases: PubMed, Scopus and Web of Science. The search strategy included descriptors and synonyms related to the topic, such as “adolescents”, “use of social networks” and “effectiveness”. **Results:** 1,020 studies were identified in Scopus, 67 in PubMed and 4 in Web of Science, with a total of 1,091 records. After eliminating duplicates, by titles and abstracts, 5 studies were selected that met the inclusion criteria. Of these, 3 were cross-sectional studies, 1 was a longitudinal study and 1 was a prospective cohort study. **Conclusion:** The effects of social networks on the mental health of adolescents depend on several factors, such as the type of use, the content consumed, and the family and social context. Excessive use is associated with psychological risks, moderate and supervised use could offer benefits for adolescents' well-being and socialization.

Keywords: *Social networks, mental health, adolescents.*

Introducción

Desde la década de los 2000, el uso de las redes sociales ha aumentado progresivamente, consolidándose como un aspecto central en la vida cotidiana de los adolescentes. Un informe reciente indica que entre el 79 % y el 95 % de los adolescentes en Estados Unidos utilizan al menos una plataforma de redes sociales (Pew Research Center, 2022). Además, se ha identificado que las más populares en esta población son YouTube, TikTok, Snapchat, Instagram, Facebook y Twitter, esta última recientemente renombrada como "X". Asimismo, hasta el 95 % de los jóvenes de entre 13 y 17 años reportan el uso de redes sociales, y más de un tercio las emplea "casi constantemente" (Reports of the Surgeon General, 2023).

En esta misma línea, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024) señala que 1 de cada 10 adolescentes (11%) presenta dificultades para regular su uso de las redes sociales, lo que genera consecuencias negativas. En este contexto, un motivo de preocupación para la sociedad es el posible impacto negativo de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes (Nesi, 2020). La evidencia empírica al respecto es variada, algunos estudios sugieren que la utilización excesiva se asocia con una menor calidad del sueño (Carter et al., 2016), preocupaciones sobre la imagen corporal (Fardouly & Vartanian, 2016), un mayor riesgo de consumo de sustancias psicoactivas (Liu et al., 2024) y la presencia de síntomas depresivos, que en algunos casos pueden estar vinculados con la ideación suicida (Srivastava et al., 2019; Vidal et al., 2020). Sin embargo, otros estudios evidencian que las redes sociales pueden contribuir en la alfabetización de la salud mental de los adolescentes mediante entornos digitales y

puede considerarse como medio de distracción ante aspectos de la vida percibidos como negativos (O'Reilly et al., 2018; O'Reilly, 2020).

Desde una perspectiva teórica, se ha planteado que las actividades que generan gratificación intensa y recurrente, como el uso de plataformas digitales (redes sociales, videojuegos, etc.) pueden convertirse en una conducta problemática con efectos perjudiciales para la salud mental (Griffiths, 2005). Estos entornos digitales ofrecen recompensas inmediatas a través de elementos como los “videos cortos” y la validación social expresada en “me gusta” o “comentarios de los seguidores”, lo que estimula la liberación de dopamina y genera una sensación de placer, reforzando así su uso continuo en la búsqueda de ese refuerzo positivo (Griffiths et al., 2019; Kuss & Griffiths, 2017; Yang et al., 2019).

Un estudio de revisión identificó que Facebook ha sido el sitio de redes sociales más estudiado, y los estudios revelaron que, al menos tres cuartos de los estudios analizados se enfocan en las redes sociales y algún aspecto de patología, mientras que el enfoque hacia los efectos positivos de las redes sociales. **Por ejemplo en el mantenimiento de las amistades, el acceso al apoyo emocional o la promoción del bienestar mediante estas plataformas se estudia con menor frecuencia** (Schønning et al., 2020). Se ha encontrado que **los estudios de revisión previos no se centran en población adolescente ni abordan de manera específica los efectos de las redes sociales (p.ej., Facebook, Instagram, etc.) en la salud mental** (Best et al., 2014; Orben, 2020; Seabrook et al., 2016; Seabrook et al., 2016).

Con base en las limitaciones y vacíos identificados en la literatura sobre esta temática (Burnham, 2006), surge la necesidad de llevar a cabo una revisión centrada

en el uso de las redes sociales en adolescentes, dado que los estudios sobre este grupo etario siguen siendo escasos. Por lo tanto, este artículo tiene como objetivo realizar una revisión narrativa sobre los efectos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes. Se explorarán los hallazgos más relevantes en la literatura, analizando tanto las potenciales contribuciones positivas de estas plataformas como los riesgos asociados a su uso excesivo. Asimismo, se discutirán implicancias para la intervención por parte de profesionales de la salud mental, con el fin de comprender mejor cómo abordar esta compleja problemática.

Metodología

Diseño metodológico

Se trata de un estudio de revisión narrativa (Ato et al., 2013), ya que no se emplearon instrumentos de medición al no ser una investigación experimental y su propósito es examinar y analizar la evidencia actual de la literatura acumulada sobre la temática de estudio.

Fuentes de información

La búsqueda se **realizó** en tres bases de datos: Scopus, PubMed y Web of Science (WoS), con el fin de identificar estudios relevantes relacionados con el tema de investigación “Efectos de las Redes Sociales en la Salud Mental de los Adolescentes”. Para las tres bases de datos fueron utilizados los términos “adolescentes”, “usos de redes sociales” y “efectividad” y los operadores booleanos OR, AND Y NOT. Adicionalmente, se consideró algunos ajustadores para que la búsqueda sea más precisa en el en título, resumen, palabra clave y estudios que fueron realizados entre el 2020 y 2024.

Para delimitar los resultados se aplicaron filtros como el año de publicación que fue desde el 2020 al 2024, se consideró que el idioma de los estudios sea en inglés y español, que pertenezcan al área temática de las ciencias de la salud, artículos que hayan sido revisados por pares y de acceso abierto (*Ver Anexos*).

Criterios de elegibilidad

Para determinar la elegibilidad, se incluyeron estudios cuyo objetivo principal fuera analizar los efectos de las redes sociales en la salud mental de adolescentes que asisten a instituciones educativas. Se consideraron investigaciones en inglés, español o portugués dentro del área de la salud, que fueran artículos originales, observacionales o experimentales, revisados por pares y de acceso abierto. Asimismo, se incluyeron estudios sobre el uso de redes sociales (por ejemplo, Facebook, Instagram, TikTok) en adolescentes de 12 a 18 años, publicados en los últimos 10 años, y que abordaran su impacto en la salud mental, como la depresión o la ansiedad.

Se excluyeron comunicaciones cortas, revisiones de literatura, revisiones sistemáticas, cartas editoriales, resúmenes de congresos y estudios que no presentaran resultados cuantitativos o cualitativos claros, así como aquellos que incluyeran adolescentes con enfermedades sistémicas.

Proceso de selección de los estudios

Una vez aprobadas las estrategias de búsqueda, **los investigadores revisaron** de manera independiente en las bases de datos **elegidas y los resultados** obtenidos fueron exportados al gestor bibliográfico Mendeley para realizar una organización inicial. Posteriormente, los registros fueron cargados al software Rayyan, que fue utilizado para facilitar el proceso de selección de estudios, la revisión colaborativa y

aplicar los criterios de inclusión y exclusión, antes mencionados. Esta herramienta permitió que los dos revisores realicen el cribado de títulos y resúmenes de manera independiente. A continuación, se realizó la revisión de texto completo, aquellos estudios que superaron la revisión inicial aplicando los mismos criterios de elegibilidad. Cuando existía discrepancia entre los revisores, estas fueron resueltas mediante la discusión. Si no se lograba un consenso fue solicitada la intervención de un tercer revisor, lo que garantizaba las decisiones fundamentadas en la evidencia. A este proceso se le conoce como arbitraje en revisiones o resolución de discrepancias. Finalmente, los estudios que cumplieron con los criterios de elegibilidad fueron incluidos para la revisión en este estudio.

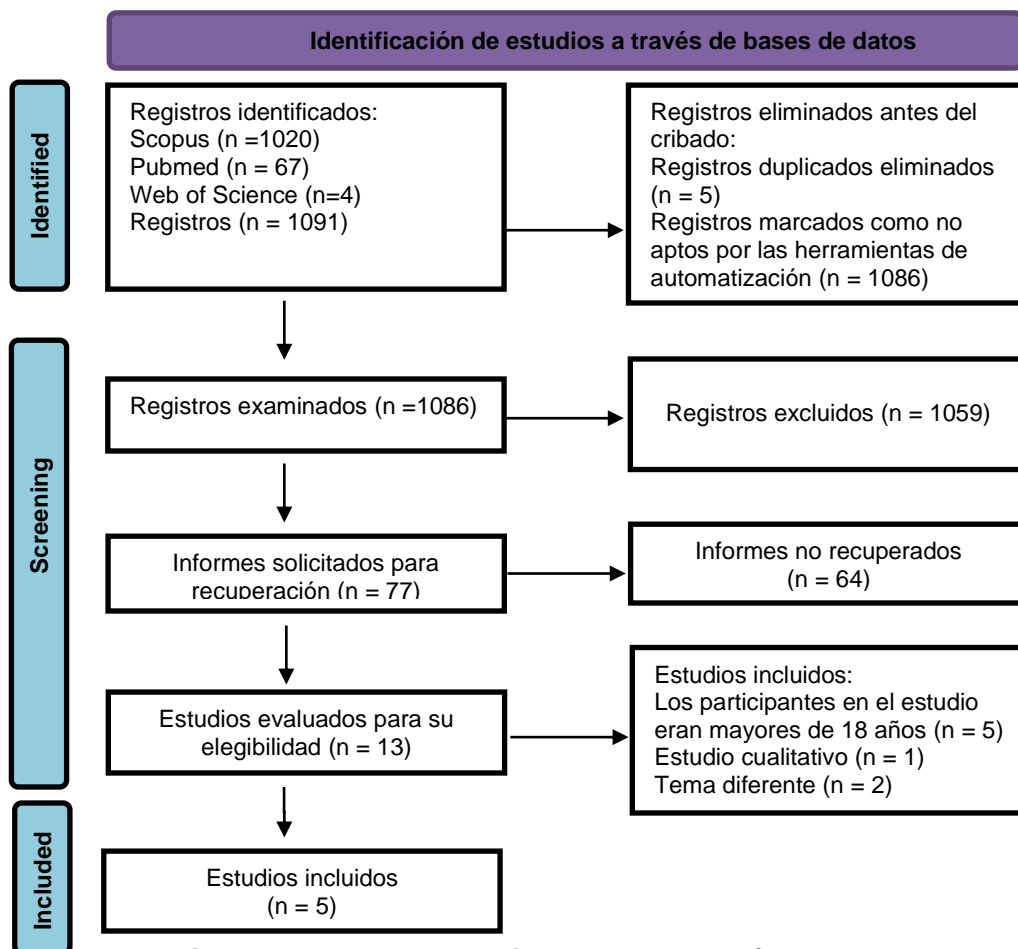


Figura 1. Diagrama de flujo de recolección de datos

En la *Figura 1* se muestra el proceso de selección de estudios. Inicialmente, se identificaron 1,091 estudios: 1,020 en Scopus, 67 en PubMed y 4 en Web of Science. Tras eliminar 5 estudios duplicados, quedaron 1,086 para su análisis por título. En esta etapa, se excluyeron 1,059 estudios, incluidos 77 artículos. Posteriormente, en el análisis por resumen, se descartaron 64 artículos adicionales, dejando un total de 13 estudios para la revisión en texto completo (*ver Figura 1*).

Proceso de extracción de datos

Fue realizada de manera independiente por dos revisores, para el cual se diseñó una plantilla de extracción en el que se registró: autores del estudio que se está revisando, diseño del estudio, instrumentos de recolección de datos que emplearon, muestra (cantidad y características de los participantes) y la descripción de los efectos de las redes sociales que muestra cada estudio.

Resultados

Se realizó una búsqueda exhaustiva hasta noviembre de 2024, identificándose un total de 1,091 estudios: 1,020 en Scopus, 67 en PubMed y 4 en Web of Science. Tras la revisión de cada estudio, se eliminaron aquellos cuyos resultados no abordaban la temática del presente estudio, así como los duplicados. Luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 5 artículos, de los cuales 3 correspondían a estudios transversales, 1 a un estudio longitudinal y 1 a un estudio de cohorte prospectivo. Estos estudios se presentan agrupados en la Tabla 2.

Tabla 2. Descripción de los estudios incluidos

Autores (Año)	Diseño	Instrumentos	Muestra	Resultados
Fabris et al. (2024)	Transversal	Escala de Sentido de Pertenencia en la Escuela (SOBAS) Escala de Sentido de Pertenencia en las redes sociales (SOBOSM) Adicción a las redes sociales de Bergen (BSMAS) Cuestionario de Fortalezas y Dificultades (SDQ)	698 adolescentes de 11 y 19 años (M=13.79), el 93.2% de nacionalidad Italia y el 6.8% de diferente nacionalidad	La adicción a las redes sociales puede mediar el vínculo entre sentido de pertenencia en la escuela y las redes sociales en el desajuste psicológico y el rendimiento académico. En otras palabras, los escolares que tienen ambos sentidos de pertenencia alto presentan menos probabilidad de experimentar desajuste psicológico. Sin embargo, un bajo sentido de pertenencia en ambos pone en riesgo que adquieran alguna adicción a estas plataformas y afecte de forma negativa el ajuste psicológico y el rendimiento escolar.
Gentzler et al. (2023)	Transversal	Reacciones afectivas negativas a las redes sociales (NARSM) Inventario de Depresión Infantil (CDI-2) Big Five Inventory 2 (BFI-2-XS) Escala de autoestima de Rosenberg	237 adolescentes de 14 y 16 años (M=15.10) de Estados Unidos.	Usar de sin límites las redes sociales se asocian con síntomas de depresión altos. Los hallazgos revelan que Instagram, TikTok y YouTube presentan una relación significativa con síntomas depresivos concurrentes, mientras que Snapchat, Facebook y Twitter no muestran dicha asociación. Además, se observó que las mujeres reportaron un mayor uso total de redes sociales, especialmente en Instagram, Facebook y TikTok, mientras que los hombres utilizaron con mayor frecuencia Twitter y YouTube. Por otro lado, los adolescentes con menor nivel de extroversión y aquellos más susceptibles a reacciones negativas en redes sociales presentaron un aumento en los síntomas depresivos cuando incrementaban su uso de estas plataformas.

Camerini et al. (2022)	Cohorte prospectivo	Screen time (ST) Green time (GT)	1074 adolescentes de 5 y 19 años (M=12.8) de Suiza en el contexto de la Pandemia.	A nivel interpersonal, el tiempo frente a la pantalla (redes sociales, videojuegos, etc) se considera un factor de riesgo y el tiempo verde un factor protector de la salud mental. Además, género, la edad, la situación económica percibida de la familia, el índice de masa corporal y la disponibilidad de espacios verdes cercanos influyeron en las mediciones estables del tiempo dedicado a la naturaleza y el tiempo frente a la pantalla.
Dalkıç y Kaya (2021)	Transversal	Escala de Caquexia Corporal Escala de Autoeficacia	790 adolescentes de 14 y 15 años de la región Anatolia oriental de Turquía.	La relación entre la caquexia corporal en adolescentes y la autoeficacia general fue positiva. Además, la combinación de la caquexia corporal y el uso de Instagram explicó el 12% de la variabilidad en la autoeficacia general. Si bien la caquexia corporal tuvo un efecto positivo y significativo en la autoeficacia general, el uso de Instagram, por sí solo, no mostró un impacto significativo.
Keresteš y Štulhofer (2020)	Longitudinal	Índice de Bienestar Personal - Niños en Edad Escolar (PWI-SC) Uso de redes sociales en línea (OSN) Escala de monitoreo parental	1307 adolescentes (M=15.8) de la ciudad de Croacia	Los resultados explorados de manera longitudinal evidencia que un mayor uso de las redes sociales en línea se relacionó con una mayor satisfacción con la vida en los adolescentes varones que informaron una menor participación de los padres, pero no en sus pares caracterizados por una mayor participación de los padres.

Los resultados de los estudios encontrados sugieren que el uso de las redes sociales puede tener un impacto negativo en la salud mental. Un alto sentido de pertenencia en las redes sociales y un bajo sentido de pertenencia en la escuela aumenta el riesgo de adicción a estas plataformas, por consecuencia, afecta de forma negativa el ajuste psicológico y el desempeño académico (Fabris et al., 2024). Asimismo, el uso frecuente de redes sociales específicas como Instagram, Tiktok y YouTube se asocia con síntomas depresivos más altos, es especial si se trata de adolescentes con menor

extroversión y mayor susceptibilidad a impulsos negativos en las redes sociales, además; estas plataformas son utilizadas con mayor frecuencia por las mujeres (Gentzler et al., 2023). Asimismo, los hallazgos indican que pasar largas horas durante la pantalla, ya sea mediante las redes sociales, videojuegos, entre otros, incrementa el riesgo para la salud mental de los adolescentes, y la disponibilidad de espacios verdes influyen en el tiempo dedicado a estas actividades (Camerini et al., 2022). **En pacientes con caquexia corporal, el uso de Instagram se ha asociado con niveles más bajos de autoeficacia, lo que sugiere que, en este contexto, el uso excesivo de esta red social podría influir en la percepción de la imagen corporal y en la valoración de sus propias capacidades** (Dalkıç & Kaya, 2021).

Por otro lado, algunos estudios han evidenciado que el uso de redes sociales también puede tener resultados positivos en algunos contextos. Particularmente, en adolescentes varones con menor monitoreo parental se ha identificado que, mientras más se usa las redes sociales, presentan mejor satisfacción con la vida, a diferencia de aquellos que tienen una supervisión parental más estricta. Además, se ha encontrado que los adolescentes con alto sentido de pertenencia en las redes sociales y en la escuela tienen menos probabilidades de experimentar un desajuste psicológico (Fabris et al., 2024).

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo llevar a cabo una revisión narrativa sobre los efectos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes. Los hallazgos revelaron una relación bidireccional entre ambas variables: mientras que algunos

estudios destacan los riesgos del uso excesivo de las redes sociales, otros evidencian beneficios en determinados contextos.

En primer lugar, se ha reportado que un sentido de pertenencia alto en las redes sociales puede incrementar el riesgo de adicción a estas plataformas digitales, **lo cual se relaciona con un peor ajuste psicológico, lo que implica mayor dificultad para gestionar adecuadamente las emociones, mantener relaciones sociales saludables y enfrentar situaciones estresantes** (Fabris et al., 2024). También se ha encontrado que el uso excesivo está asociado a un bajo rendimiento académico debido a la distracción y procrastinación que genera (Fabris et al., 2024). Este hallazgo desde el plano teórico enfatiza que la validación social refuerza el uso continuo de las redes sociales, pudiendo generar dependencia (Griffiths, 2005). Además, estudios previos han revelado que esta problemática es más frecuente en adolescentes con baja percepción de apoyo social (Kuss & Griffiths, 2017).

El empleo frecuente de redes sociales como Instagram, TikTok y YouTube se ha asociado con niveles elevados de síntomas depresivos, especialmente en adolescentes con baja extroversión y mayor susceptibilidad a reacciones negativas en estas plataformas (Gentzler et al., 2023). Estos hallazgos son coherentes con la literatura previa, que señala un aumento en la presencia de síntomas depresivos e ideación suicida en adolescentes que **utilizan redes sociales varias horas al día o más de una red social al mismo tiempo** (Srivastava et al., 2019; Vidal et al., 2020). Los adolescentes que pasan más tiempo en redes sociales pueden experimentar comparaciones sociales negativas, lo que afecta su autoestima y bienestar emocional (Fardouly & Vartanian, 2016). Sin embargo, en adolescentes con caquexia corporal, se

ha reportado que el uso de Instagram no parece mejorar ni deteriorar la autoeficacia (Dalkiç & Kaya, 2021), a pesar de que algunos estudios advierten que esta plataforma puede generar preocupaciones sobre la imagen corporal (Fardouly & Vartanian, 2016). No obstante, algunos estudios sugieren que el impacto en la salud mental depende mucho del tipo de contenido consumido y del nivel de interacción, ya sea pasiva o activa (Orben, 2020).

Por otro lado, se reporta que, en adolescentes con menor monitoreo por parte de sus padres, el uso frecuente de redes sociales se asocia con una mayor satisfacción con la vida (Keresteš & Štulhofer, 2020). **No obstante, este hallazgo debe interpretarse con cautela, ya que una menor supervisión parental no implica necesariamente que el uso frecuente de redes sociales sea beneficioso. Es posible que la percepción de mayor libertad para interactuar en estas plataformas contribuya al bienestar subjetivo del adolescente; sin embargo, también podría exponerlos a diversos riesgos, como la exposición a contenido inapropiado o el desarrollo de una dependencia (Hernandez et al., 2024). Por ello, resulta fundamental fomentar un uso responsable de las redes sociales, acompañado de una supervisión parental adecuada, especialmente en adolescentes (Hernandez et al., 2024; Mekonen et al., 2024).**

En ese sentido, es preciso mencionar que el uso moderado de estas plataformas puede relacionarse con un mayor bienestar subjetivo, en especial, cuando forman conexiones sociales (Twenge et al., 2019), lo que también puede asociarse como parte del proceso de construcción de identidad en la adolescencia (Erikson, 1968).

Además, se ha demostrado que el tiempo que los adolescentes pasan frente a la pantalla (ya sea en redes sociales, videojuegos u otras actividades) se asocia con un mayor riesgo de presentar problemas de salud mental, **por ejemplo, dificultad para conciliar el sueño debido a la que la exposición a la las pantallas suprime las hormonas que promueven el sueño como la melatonina** (Hale et al., 2018; Van Der Lely et al., 2015). **Asimismo, se ha identificado que el uso excesivo de estos entornos digitales constituye un factor de riesgo para la baja autoestima, debido a los procesos de comparación social que se generan en estas plataformas** (Colak et al., 2023). **Además, el sedentarismo asociado al tiempo de pantalla puede derivar en diversos problemas físicos** (Ardesch et al., 2023).

Sin embargo, la presencia de espacios verdes como parques, jardines o entornos naturales recreativos puede mitigar los efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales (Camerini et al., 2022). Este hallazgo coincide con otros estudios que señalan que los adolescentes con acceso a entornos naturales pasan menos tiempo en redes sociales y **presentan mejores indicadores salud física y mental** (Richardson et al., 2019; Zare-Sakhvidi et al., 2023).

Fortalezas y limitaciones

Esta revisión se beneficia de estrategias de búsqueda exhaustivas que incluyen tanto literatura publicada como literatura gris, así como la incorporación de artículos en idiomas distintos al español y el rigor en los procesos de selección y extracción de datos. Otro punto fuerte es que la revisión se desarrolló por dos revisores independientes, siguiendo las recomendaciones de la literatura especializada. Además, ofrece un análisis actualizado sobre las redes sociales y la salud mental en

adolescentes, una población aún poco estudiada en este contexto. También la importancia de diferenciar entre el uso problemático y el uso adaptativo, lo que puede ser considerada en próximas investigaciones.

Además es importante considerar algunas limitaciones. Al tratarse de una revisión narrativa, los resultados dependen de los estudios seleccionados, lo que podría generar sesgos de publicación y de selección. Además, la falta de homogeneidad entre los estudios revisados dificulta la comparación directa y limita la generalización de los resultados. Los estudios futuros deben abordar esta temática desde una perspectiva más sistemática para proporcionar síntesis más robustas y cuantificables.

Conclusiones

Los efectos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes son complejos y dependen de varios factores, **como el tiempo y tipo de uso**, el contenido que consumen, el contexto familiar y social. Aunque el uso excesivo se relaciona con riesgos psicológicos, un **uso moderado y supervisado por parte de los padres** podría ofrecer beneficios para el bienestar y la socialización de los jóvenes. Investigaciones **futuras podrían enfocarse en estudios longitudinales y experimentales para entender mejor estas relaciones y generar estrategias de intervención enfocadas en la promoción de la salud mental y la prevención de riesgos asociados al empleo de las redes sociales.**

REFERENCIAS

- Ardesch, F. H., Van Der Vegt, D. D., & Kiefte-de Jong, J. C. (2023). Problematic Social Media Use and Lifestyle Behaviors in Adolescents: Cross-Sectional Questionnaire Study. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 6, e46966-e46966. <https://doi.org/10.2196/46966>
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3). <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27-36. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2014.03.001>
- Burnham, J. F. (2006). Scopus database: A review. *Biomedical Digital Libraries*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.1186/1742-5581-3-1>
- Camerini, A.-L., Albanese, E., & Marciano, L. (2022). The impact of screen time and green time on mental health in children and adolescents during the COVID-19 pandemic. *Computers in Human Behavior Reports*, 7, 100204. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2022.100204>
- Carter, B., Rees, P., Hale, L., Bhattacharjee, D., & Paradkar, M. S. (2016). Association Between Portable Screen-Based Media Device Access or Use and Sleep Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 170(12), 1202. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2016.2341>

- Colak, M., Bingol, O. S., & Dayi, A. (2023). Self-esteem and social media addiction level in adolescents: The mediating role of body image. *Indian Journal of Psychiatry*, 65(5), 595-600.
https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_306_22
- Dalkiç, A., & Kaya, Z. (2021). Predictive Effect of Adolescents' Body Cathexis on General Self-efficacy and The Use of Instagram. *Participatory Educational Research*, 8(2), 476-492. <https://doi.org/10.17275/per.21.50.8.2>
- Fabris, M. A., Settanni, M., Longobardi, C., & Marengo, D. (2024). Sense of Belonging at School and on Social Media in Adolescence: Associations with Educational Achievement and Psychosocial Maladjustment. *Child Psychiatry & Human Development*, 55(6), 1620-1633. <https://doi.org/10.1007/s10578-023-01516-x>
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social Media and Body Image Concerns: Current Research and Future Directions. *Current Opinion in Psychology*, 9, 1-5.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.005>
- Gentzler, A. L., Hughes, J. L., Johnston, M., & Alderson, J. E. (2023). Which social media platforms matter and for whom? Examining moderators of links between adolescents' social media use and depressive symptoms. *Journal of Adolescence*, 95(8), 1725-1748. <https://doi.org/10.1002/jad.12243>
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
<https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, S., Allison, C., Kenny, R., Holt, R., Smith, P., & Baron-Cohen, S. (2019). The Vulnerability Experiences Quotient (VEQ): A Study of Vulnerability, Mental Health

and Life Satisfaction in Autistic Adults. *Autism Research*, 12(10), 1516-1528.
<https://doi.org/10.1002/aur.2162>

Hale, L., Kirschen, G. W., LeBourgeois, M. K., Gradisar, M., Garrison, M. M.,
Montgomery-Downs, H., Kirschen, H., McHale, S. M., Chang, A.-M., & Buxton,
O. M. (2018). Youth Screen Media Habits and Sleep. *Child and Adolescent
Psychiatric Clinics of North America*, 27(2), 229-245.
<https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.014>

Hernandez, J. M., Ben-Joseph, E. P., Reich, S., & Charmaraman, L. (2024). Parental
Monitoring of Early Adolescent Social Technology Use in the US: A Mixed-
Method Study. *Journal of Child and Family Studies*, 33(3), 759-776.
<https://doi.org/10.1007/s10826-023-02734-6>

Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons
Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*,
14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>

Liu, J., Charmaraman, L., & Bickham, D. (2024). Association Between Social Media Use
and Substance Use Among Middle and High School-Aged Youth. *Substance Use
& Misuse*, 59(7), 1039-1046. <https://doi.org/10.1080/10826084.2024.2320372>

Mekonen, L. D., Kumsa, D. M., & Adamu Amanu, A. (2024). Social media use, effects,
and parental mediation among school adolescents in a developing country.
Heliyon, 10(6), e27855. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e27855>

Nesi, J. (2020). The Impact of Social Media on Youth Mental Health: Challenges and
Opportunities. *North Carolina Medical Journal*, 81(2), 116-121.
<https://doi.org/10.18043/ncm.81.2.116>

- Orben, A. (2020). Teenagers, screens and social media: A narrative review of reviews and key studies. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55(4), 407-414. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01825-4>
- O'Reilly, M., Dogra, N., Whiteman, N., Hughes, J., Eruyar, S., & Reilly, P. (2018). Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(4), 601-613. <https://doi.org/10.1177/1359104518775154>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2024). *Adolescentes, pantallas y salud mental*. <https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>
- Pew Research Center. (2022). *Teens, Social Media and Technology 2022*. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/08/10/teens-social-media-and-technology-2022/>
- Reports of the Surgeon General. (2023). *Social Media and Youth Mental Health*. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK594761/pdf/Bookshelf_NBK594761.pdf
- Richardson, M., Hunt, A., Hinds, J., Bragg, R., Fido, D., Petronzi, D., Barbett, L., Clitherow, T., & White, M. (2019). A Measure of Nature Connectedness for Children and Adults: Validation, Performance, and Insights. *Sustainability*, 11(12), 3250. <https://doi.org/10.3390/su11123250>
- Schønning, V., Hjetland, G. J., Aarø, L. E., & Skogen, J. C. (2020). Social Media Use and Mental Health and Well-Being Among Adolescents – A Scoping Review. *Frontiers in Psychology*, 11, 1949. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01949>

- Seabrook, E. M., Kern, M. L., & Rickard, N. S. (2016). Social Networking Sites, Depression, and Anxiety: A Systematic Review. *JMIR Mental Health*, 3(4), e50. <https://doi.org/10.2196/mental.5842>
- Srivastava, K., Chaudhury, S., Prakash, J., & Dhamija, S. (2019). Social media and mental health challenges. *Industrial Psychiatry Journal*, 28(2), 155. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_154_20
- Twenge, J. M., Martin, G. N., & Spitzberg, B. H. (2019). Trends in U.S. Adolescents' media use, 1976–2016: The rise of digital media, the decline of TV, and the (near) demise of print. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(4), 329-345. <https://doi.org/10.1037/ppm0000203>
- Van Der Lely, S., Frey, S., Garbazza, C., Wirz-Justice, A., Jenni, O. G., Steiner, R., Wolf, S., Cajochen, C., Bromundt, V., & Schmidt, C. (2015). Blue Blocker Glasses as a Countermeasure for Alerting Effects of Evening Light-Emitting Diode Screen Exposure in Male Teenagers. *Journal of Adolescent Health*, 56(1), 113-119. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.08.002>
- Vidal, C., Lhaksampa, T., Miller, L., & Platt, R. (2020). Social media use and depression in adolescents: A scoping review. *International Review of Psychiatry*, 32(3), 235-253. <https://doi.org/10.1080/09540261.2020.1720623>
- Yang, Z., Asbury, K., & Griffiths, M. D. (2019). An Exploration of Problematic Smartphone Use among Chinese University Students: Associations with Academic Anxiety, Academic Procrastination, Self-Regulation and Subjective Wellbeing. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(3), 596-614. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>

Zare-Sakhvidi, M. J., Mehrparvar, A. H., Zare Sakhvidi, F., & Dadvand, P. (2023).

Greenspace and health, wellbeing, physical activity, and development in children and adolescents: An overview of the systematic reviews. *Current Opinion in Environmental Science & Health*, 32, 100445.

<https://doi.org/10.1016/j.coesh.2023.100445>

ANEXOS

Descriptores en español

P	I	O
Adolescentes joven púber	"uso de redes sociales" "abuso de redes sociales" "interacción en redes sociales" "impacto de redes sociales" "comportamiento en redes sociales" "adicción a redes sociales" "privacidad en redes sociales" "redes sociales y comunicación" "plataformas de redes sociales" "contenido en redes sociales" "ciberacoso" "comunicación digital" "medios digitales" "plataformas digitales"	"Efectividad" "efectos " resultados de impacto
	salud mental" "salud mental positiva" "estabilidad emocional" "salud mental sana" estrés	

	ansiedad depresión depresivo ira soledad agotamiento frustración "estrés postraumático" "bienestar emocional"	
--	---	--

Descriptores en Ingles

P	I	O
Teenagers OR Young OR pubescent OR "High school students	"use of social networks" "social media abuse" "social media interaction" "social media impact" "social media behavior" "social media addiction" "social media privacy" "social media and communication" "social media platforms" "content on social networks" "cyberbullying" "digital communication" "digital media" "digital platforms"	"effectiveness" "effects" "impact results"
	"mental health" "positive mental health" "emotional stability" "healthy mental health" stress anxiety depression depressant gonna loneliness exhaustion	

	frustration "post-traumatic stress" "emotional well-being"	
--	--	--

Estrategia de búsqueda

Base de datos	Estrategia de búsqueda (términos y operadores booleanos)	Filtros aplicados	Resultados obtenidos
PubMed	<p>#1 AND #2 AND # 3</p> <p>#1 "effects of social networks" OR "consequences of using social networks" OR "excessive use of social networks" OR "latent risk of using social networks" OR "risk factor of social networks" OR "social media addiction" OR "influence of social networks" OR "use and abuse of social networks" OR "impact of social networks" OR "positive and negative aspects of social networks" OR "cyberbullying" OR "loss of privacy on social networks" OR "self-control on social networks".</p> <p>#2 "mental hygiene" OR "positive mental health" OR "protective factors" OR "mental health coping" OR "positive and negative aspects" OR "socio-emotional well-being OR emotional health" OR "psychological well-being" OR "psychological health" OR resilience OR "self-care" OR "emotional intelligence" OR "family satisfaction" OR "positive mental health"</p> <p>#3 "adolescents OR youth OR adolescence"</p> <p>Ecuación de búsqueda (("effects of social networks" OR "consequences of using social networks" OR "excessive use of social networks" OR "latent risk of using social networks" OR "risk factor of social networks" OR "social media addiction" OR "influence of social networks" OR "use and abuse of social networks" OR "impact of social networks" OR "positive and negative aspects of social networks" OR "cyberbullying" OR "loss of privacy on social networks" OR "self-control on social networks") AND ("mental hygiene" OR "positive mental health" OR "protective factors" OR "mental health coping" OR "positive and negative aspects" OR "socio-emotional well-being OR emotional health" OR "psychological well-being" OR "psychological health" OR resilience OR "self-care" OR "emotional intelligence" OR "family satisfaction" OR "positive mental health")) AND ("adolescents OR youth OR adolescence")</p>	<p>Idioma: inglés y español Año: 2015-2025 Tipo de publicación: Estudios observacionales, cualitativos, experimentales y cuasiexperimentales.</p>	67
	(TITLE-ABS-KEY ("effects of social networks" OR "consequences of using social networks" OR "excessive use of social		

<p>Scopus</p>	<p>networks" OR "latent risk of using social networks" OR "risk factor of social networks" OR "social media addiction" OR "influence of social networks" OR "use and abuse of social networks" OR "impact of social networks" OR "positive and negative aspects of social networks" OR "cyberbullying" OR "loss of privacy on social networks" OR "self-control on social networks" OR "Effectiveness" OR "Effects" OR "impact results") AND TITLE-ABS-KEY ("mental hygiene" OR "positive mental health" OR "protective factors" OR "mental health coping" OR "positive and negative aspects" OR "socio-emotional well-being OR emotional health" OR "psychological well-being" OR "psychological health" OR resilience OR "self-care" OR "emotional intelligence" OR "family satisfaction" OR "positive mental health") AND TITLE-ABS-KEY (adolescents OR youth OR adolescence OR "High school students")) AND PUBYEAR > 2019 AND PUBYEAR < 2026 AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , "ar")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE , "English") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Spanish") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Portuguese")) AND (LIMIT-TO (SUBJAREA , "PSYC")) AND (LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Adolescent") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Young Adult") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Randomized Controlled Trial") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Risk Factors") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Parenting") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Psychological Distress") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Social Interaction") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Self Esteem") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Social Behavior") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Risk Assessment") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Personality") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Emotional Regulation") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Emotional Intelligence") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Social Media") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Family") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Self-esteem") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Psychotherapy") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Family Relation") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Mental Disorders") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Anxiety Disorders")) AND (LIMIT-TO (PUBSTAGE , "final")) AND (LIMIT-TO (OA , "all"))</p>		<p>1020</p>
<p>Web of Science</p>	<p>(TITLE-ABS-KEY ("effects of social networks" OR "consequences of using social networks" OR "excessive use of social networks" OR "latent risk of using social networks" OR "risk factor of social networks" OR "social media addiction" OR "influence of social networks" OR "use and abuse of social networks" OR "impact of social networks" OR</p>		

	<p>"positive and negative aspects of social networks" OR "cyberbullying" OR "loss of privacy on social networks" OR "self-control on social networks" OR "Effectiveness" OR "Effects" OR "impact results") AND TITLE-ABS-KEY ("mental hygiene" OR "positive mental health" OR "protective factors" OR "mental health coping" OR "positive and negative aspects" OR "socio-emotional well-being OR emotional health" OR "psychological well-being" OR "psychological health" OR resilience OR "self-care" OR "emotional intelligence" OR "family satisfaction" OR "positive mental health") AND TITLE-ABS-KEY (adolescents OR youth OR adolescence OR "High school students")) AND PUBYEAR > 2019 AND PUBYEAR < 2026 AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , "ar")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE , "English") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Spanish") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Portuguese")) AND (LIMIT-TO (SUBJAREA , "PSYC")) AND (LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Adolescent") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Young Adult") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Randomized Controlled Trial") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Risk Factors") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Parenting") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Psychological Distress") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Social Interaction") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Self Esteem") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Social Behavior") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Risk Assessment") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Personality") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Emotional Regulation") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Emotional Intelligence") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Social Media") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Family") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Self-esteem") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Psychotherapy") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Family Relation") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Mental Disorders") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD , "Anxiety Disorders")) AND (LIMIT-TO (PUBSTAGE , "final")) AND (LIMIT-TO (OA , "all"))</p>		4
--	---	--	---

Web of science

The screenshot shows a search results page on the Web of Science platform. The interface includes a left sidebar with navigation icons and a main content area. The top navigation bar contains a search input field with the text "+ Agregar palabras clave", a document count of "4 Documentos", and buttons for "Analizar resultados", "Informe de citación", and "Crear alerta". The left sidebar features a "Refinar resultados" section with an "Exportar Refinar" button, a search box for the results, and "Filtros rápidos" including "Open Access" and "Enriched Cited References". Below this is the "Años de publicación" section with a "Show Final Publication Year" toggle and a list of years including 2024. The main content area displays a search result for the article "IMPACTOS DEL BULLYING TRADICIONAL Y ACOSO CIBERNÉTICO EN LA SALUD MENTAL DE ESCUELA MEDIA Y ESTUDIANTES DE SECUNDARIA" by Hase, CN; Goldberg, SB; and Campaña, J. The article is from July 2015, published in "PSICOLOGÍA EN LAS ESCUELAS", volume 52, issue 6, pages 607-617. It has 88 citations and 45 references. A summary of the article is provided, along with a link to the full text in the journal. A "Registros relacionados" button with a question mark icon is located at the bottom right of the article entry.

MENÚ

+ Agregar palabras clave

4 Documentos También te puede interesar...

Analizar resultados Informe de citación Crear alerta

Refinar resultados Exportar Refinar

Buscar dentro de los resultados...

Filtros rápidos

- Open Access 1
- Enriched Cited References 1

Años de publicación ^

Show Final Publication Year

2024 1

0/4 Agregar a la lista marcada Exportar v Pertinencia < 1 de 1 >

1 **IMPACTOS DEL BULLYING TRADICIONAL Y ACOSO CIBERNÉTICO EN LA SALUD MENTAL DE ESCUELA MEDIA Y ESTUDIANTES DE SECUNDARIA** 88 Citas 45 Referencias

Hase, CN; Goldberg, SB; (...); Campaña, J.
Julio de 2015 | PSICOLOGÍA EN LAS ESCUELAS v 52 (6), págs.607-617

Un debate crítico dentro del campo de la psicología escolar se ha centrado en la relación entre el acoso escolar y el acoso cibernético en términos de prevalencia, superposición e impacto. El estudio actual buscó abordar las siguientes preguntas: (1) ¿El acoso cibernético...? [Mostrar más](#)

[Texto completo en la editorial](#) ...

Registros relacionados ?

16 ?

Pubmed

Scopus

Guardar búsqueda | Establecer alerta de búsqueda | Editar en búsqueda avanzada

Documentos | Preimpresiones | Patentes | Documentos secundarios

1.020 documentos encontrados [Analizar resultados](#)

Refinar la búsqueda

Buscar dentro de los resultados

Filtros [Limpiar todo](#)

Año [Claro](#)

Rango Individual

2015 - 2025

Nombre del autor

Document title | Authors | Source | Year | Citations

<input type="checkbox"/>	1	Article • Open access Increasing student well-being through a positive psychology intervention: changes in salivary cortisol, depression, psychological well-being, and hope	Laakso, M., Fagerlund, Å., Lagerström, M.	Applied Psychology: Health and Well-Being , 17(1), e12616	2025	0
		Show abstract SFX View at Publisher Related documents				
<input type="checkbox"/>	2	Article • Open access Exploring the association between sleep problems and loneliness in adolescents: Potential mediating effects of rumination and resilience	Shen, T., Wan, L., Lin, S., ... Niu, G., Hao, X.	Applied Psychology: Health and Well-Being , 17(1), e12620	2025	0
		Show abstract SFX View at Publisher Related documents				
<input type="checkbox"/>	3	Article • Open access Psychological needs related to civil inattention: A qualitative and quantitative view on public encounters	Diefenbach, S., Riehle, A., Jannott, H., ... Markhoff, L.	Br...		

Exportación de 1.020 documentos a RIS

Rayyan

The screenshot displays the Rayyan web application interface. At the top, the Rayyan logo is visible on the left, and navigation icons (Need Training?, chat, help, settings, profile) are on the right. The main header area includes a search bar and an 'Upgrade' button. Below this, the 'MARIA' project dashboard is shown, with tabs for Overview, Review Data (selected), Screening, and Full Text Screening. The 'Review Data' section is divided into 'Imported References' and 'Possible Duplicates'. The 'Imported References' section lists files: 'All References' (1,091), 'savedrecs.ris' (4), 'csv-effectssofs-se...' (67), and 'scopus (1).ris' (1,020). Below this is an 'Add References' button. The 'Possible Duplicates' section shows counts for 'Unresolved' (0), 'Deleted' (3), 'Not Duplicate' (0), and 'Resolved' (2), with a 'Detect Duplicates' button. The main content area, titled 'Showing 0 / 1,088 Articles', contains a table for 'Unresolved Duplicates' with columns for Title, Date, Authors, and Similarity. The table is empty, and a large message reads: 'Hooray! there are no articles left unresolved!' accompanied by a cartoon character icon.