

Universidad de Lima  
Facultad de Psicología  
Carrera de Psicología



# **ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES**

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en  
Psicología

**Carolina Bedoya Denegri**

**20000096**

**Asesor**

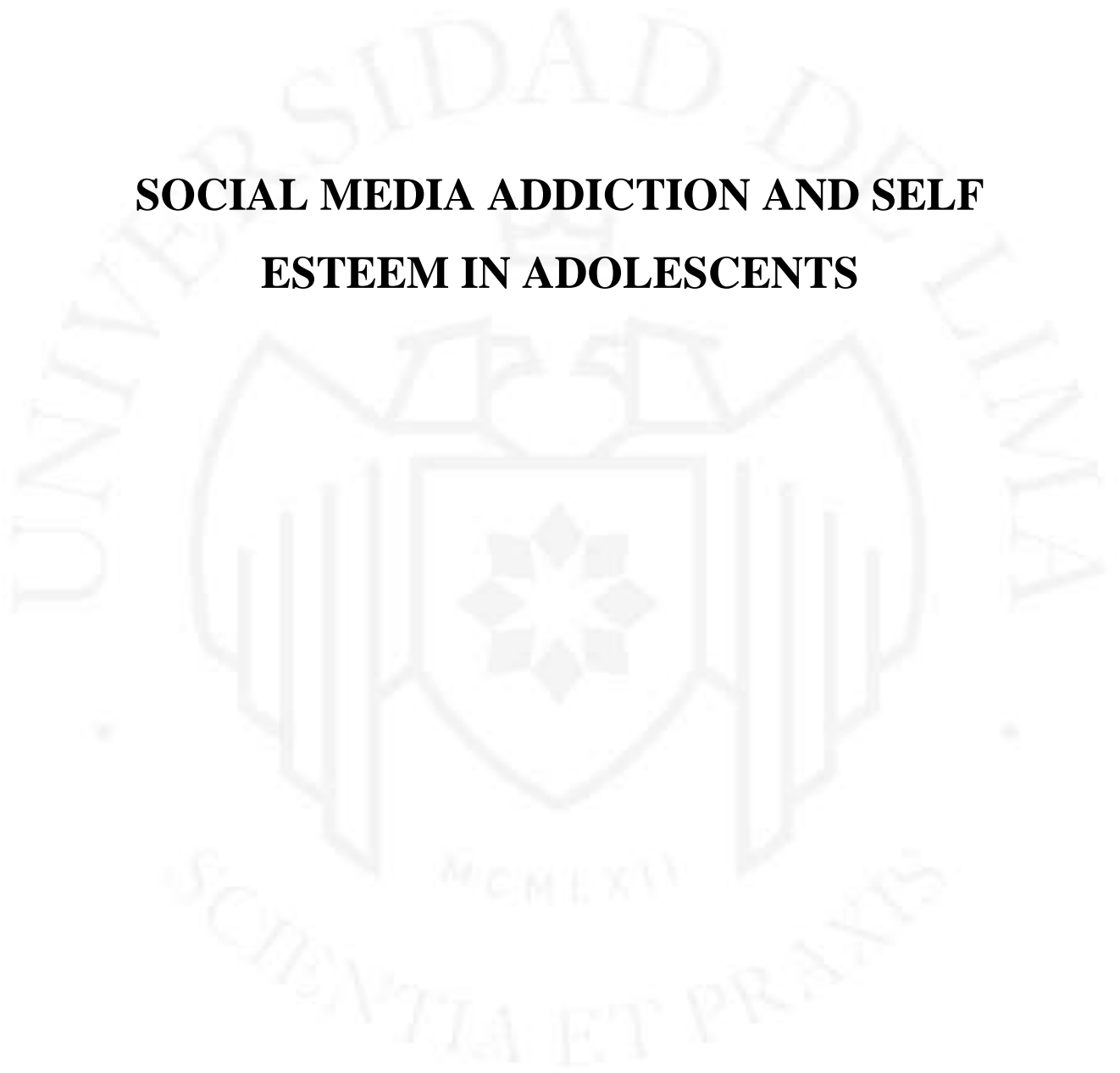
**Jessica Alicia Grieve Ramírez-Gastón**

Lima – Perú

Marzo de 2021



**SOCIAL MEDIA ADDICTION AND SELF  
ESTEEM IN ADOLESCENTS**



# TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	8
CAPÍTULO II: MÉTODO.....	12
2.1 Criterios de elegibilidad.....	12
2.1.1 Criterios de inclusión.....	12
2.1.2 Criterios de exclusión.....	12
2.2 Estrategia de búsqueda.....	12
CAPÍTULO III: RESULTADOS.....	14
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN.....	18
CONCLUSIONES.....	21
REFERENCIAS.....	22

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1 Cuadro de análisis de los estudios seleccionados.....	14
Tabla 3.2 Cuadro de análisis de la metodología de estudios seleccionados.....	15



## ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 2.1 Diagrama de flujo de los artículos seleccionados.....13



## **RESUMEN**

Actualmente las redes sociales se han convertido en una importante fuente de interacción social. Algunos estudios revelan que podrían existir riesgos frente a un uso compulsivo, generando conductas adictivas. Esta situación podría afectar con mayor impacto a los adolescentes, ya que son más susceptibles a la información que reciben y como afecta a su auto valoración. La presente investigación se interesó por conocer la relación entre autoestima y la adicción a las redes sociales en adolescentes. Mediante un estudio de revisión utilizando algunas pautas de la guía Prisma se definieron criterios de inclusión y exclusión consultando en la base de datos Scopus y Ebsco. Los resultados demuestran que existe una relación significativa entre el uso adictivo de las redes sociales y la baja autoestima. Las evidencias señalan que la baja autoestima explica el uso adictivo de las redes sociales. Sin embargo, los hallazgos indican también que el uso adictivo de redes puede explicar la baja autoestima cuando es mediado por problemas emocionales. Se discutieron algunos subtemas que ayudaron a profundizar la dinámica entre las variables: funcionamiento familiar, el conflicto interparental percibido, la soledad, el narcisismo, la esperanza, los problemas emocionales, la inteligencia emocional y la desconexión escolar.

**Palabras claves:** Redes sociales, Internet, Autoestima, Adicción, Adolescentes

## **ABSTRACT**

In present times, social media has turned into an important means for social interaction. Studies reveal that there might exist certain risks from compulsive usage, generating addictive conducts. This situation could have a bigger impact on adolescents, as they are more susceptible to the information they receive and how it affects their own self esteem. The present investigation studies the relationship between self-esteem and Social Media addiction in adolescents. Inclusion and Exclusion criteria were defined using a study of revision and having guidance from Prisma Methodology. Scopus and Ebsco databases were consulted. The results reveal a significant relationship between an addictive social media use and low self-esteem. Evidence show that a low self-esteem explains social media addiction. However, findings also suggest that an addictive use could explain low self-esteem when mediated through emotional problems. Other sub themes were discussed in order to further understand the dynamics between these two variables: Family functioning, perceived inter parental conflict, loneliness, narcissism, hope, emotional problems, emotional intelligence and school disconnection.

**Key Words:** Social Media, Internet, Self-esteem, Addiction, Adolescents,



# CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas se ha podido presenciar cómo la aparición del internet ha modificado significativamente la vida de las personas, especialmente el modo en el cual se vinculan entre ellas. Actualmente, se calcula que casi el 60% de la población mundial está “en línea” (conectado a internet) y aproximadamente la mitad de ésta usa las redes sociales (Kemp, 2020). En el caso de la población peruana, la cantidad de usuarios de internet se contabilizó para diciembre del año 2018 en un aproximado de 22 millones (Internet World Stats, 2020).

Las redes sociales han sido definidas como comunidades virtuales donde los usuarios pueden crear perfiles públicos, interactuar con amigos reales y conocer a otras personas en función a los intereses compartidos (Kuss & Griffiths, 2011). Además, se ha señalado que el uso extendido del internet, específicamente en relación a las redes sociales, se debe a la necesidad humana de relacionarse (Griffiths et al., 2014) y al sentido de pertenencia (Ryan & Deci, 2017).

Si bien las redes sociales ofrecen beneficios para las personas, como: entretenimiento, actividad social, juegos, y comunicación (Allen et al., 2014), existen también aspectos desfavorables para la calidad de vida de éstas, como la depresión (Elthai et al., 2018; Malaeb et al., 2020), ansiedad (Azher et al., 2014), entre otras. Esto se vincula con el uso “desmedido” del internet, redes sociales y/o dispositivos que permitan acceder a dichas redes (celular, computadora, entre otros.) Este uso “desmedido” se ha definido en la literatura como adicción a las redes sociales. Vale resaltar que esto se puede considerar como una extensión de la adicción al internet debido a que las redes sociales son una funcionalidad accesible por internet (Andreassen et al. 2017; Donald et al., 2018).

La adicción al internet es un tema de preocupación mundial, con niveles de prevalencia del 0.8% en Islandia, 6.3% en China y 22.2% en Irán (Petry et al., 2018). A nivel mundial más de 4,5 billones de personas usan internet, mientras que 3,8 billones usan las redes sociales. (Kemp, 2020). En Perú, en el año 2020, se invirtió un aproximado de 62 millones de dólares en anuncios, dando cuenta del impacto de las redes sociales a nivel económico. Son 24 millones de personas, los usuarios registrados en redes sociales durante el 2020, incrementándose en un 4,8% de usuarios con respecto al año anterior.

Según las cifras, en el Perú, el 97,8% de las personas que acceden a redes lo hacen a través del celular (Kemp, 2020).

Para el presente estudio de revisión el enfoque se centra en identificar la literatura académica, la cual estudia los hallazgos más recientes entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes.

Es importante señalar que la presente investigación aborda la adicción a redes sociales y la adicción a internet como conceptos equivalentes. Por un lado, las redes sociales son un producto de internet, y, por otro lado, la población adolescente es un grupo importante de usuarios de internet. Es por este motivo que el concepto principal para la presente revisión será la adicción a redes sociales, o conceptos estrechamente vinculados que permitan evidenciar un vínculo con variables emocionales, especialmente la autoestima.

El estudio de la adicción a internet se remonta a la década del noventa, siendo descrita por los efectos físicos, psicológicos y sociales producto del “excesivo” uso la computadora y el internet (Pellerone et al., 2019).

Dentro de las poblaciones de mayor vulnerabilidad ante la adicción de las redes sociales, se encuentran los adolescentes. Esto, debido a características inherentes a su nivel de desarrollo psicológico. Los adolescentes enfrentan múltiples estresores psicosociales, pero no poseen los recursos personales adecuados (habilidades sociales, acceso económico, y psicológico) y/o la experiencia para afrontarlos, lo que los hace especialmente vulnerables a la adicción (Al' Absi, M. 2011).

La construcción de la identidad, así como la mayor confianza en los pares, hacen de los adolescentes los usuarios ideales para permanecer en las redes sociales más tiempo, buscando recompensas como *likes* o seguidores, lo cual influye en su popularidad y percepción de aceptación o rechazo entre sus grupos de interés (Beyens et al., 2016; Marengo et al., 2020; Nesi et al., 2018; Pellerone et al., 2019). Así también, el deseo de los adolescentes por mejorar su percepción ante sus pares, es una de las causas que los lleva a conductas adictivas en las redes sociales, lo que a su vez los expone a ciertos riesgos como “cyberbullying”, pues en el deseo de tener mayores seguidores (estímulos gratificantes), exponen su privacidad a un mayor número de desconocidos (Longobardi et al., 2020).

En ese sentido, dentro del marco político, legal y de salud mental, en el Perú, se publicó (El Peruano, 2018) un decreto legislativo que incorporó el delito de acoso. Este decreto hace referencia al acoso sexual y difusión de imágenes, materiales audiovisuales o audios con contenido sexual en el Código Penal. Este decreto permite prevenir y sancionar la agresión sexual virtual por medio de redes sociales.

La dinámica adictiva de los adolescentes y el uso de las redes sociales tiene consecuencias conflictivas con el entorno. Por un lado, las relaciones familiares se ven afectadas en su dinámica principalmente por la falta de comunicación entre sus miembros (Bueno et al., 2017; Marín, 2018; Pinto, 2018; Yen, 2013). Por otro lado, se da una fatiga emocional por la exposición a estímulos y se presentan síntomas de depresión, estrés o ansiedad (Elthai et al., 2018; Malaeb et al., 2020). También se podría experimentar un temor por estar perdiéndose oportunidades sociales (Fabris et al., 2020; Oberst et al., 2017).

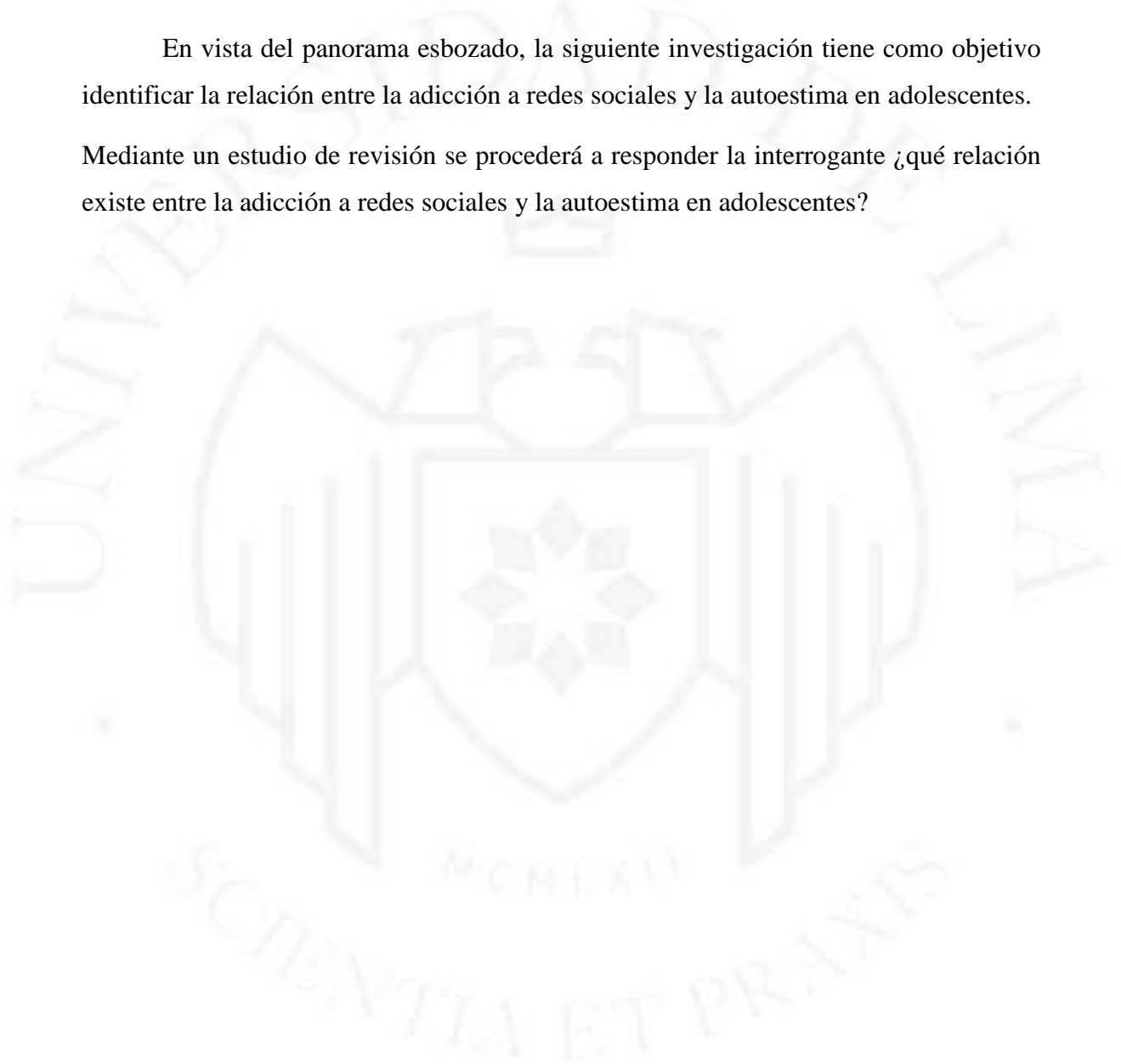
La adicción a las redes sociales se define como el uso compulsivo de las mismas (Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, etc.), manifestando conductas y sintomatología propia de las adicciones, tales como el síndrome de tolerancia, abstinencia, recaída, alteración del estado de ánimo (Hawi & Samaha, 2017). Por otro lado, la autoestima; entendida como percepción que tienen las personas sobre sí mismas, o creencias nucleares, en donde factores como los rasgos individuales, el entorno social, y la cultura, juegan un rol muy importante en el proceso de construcción de la propia identidad y valoración (Leavit et al., 2015; Minev et al., 2018), como ocurre especialmente en el caso de los adolescentes y su interacción con sus pares (Chen, 2019). La autoestima tiene que ver con los propios conceptos que tenga la persona sobre sí misma y el grado de aceptación que se tenga; aspectos fundamentales en el desarrollo adolescente que han sido indicados como responsables de conductas adictivas a internet (Davis, 2001).

Beck desde una perspectiva cognitiva, plantea un modelo que habla sobre el rol de las creencias nucleares en las conductas adictivas y sobre los pensamientos mal adaptativos, pensamientos automáticos, etc. (Beck, como se citó en Andreassen et al., 2017). Este modelo cognitivo, usado especialmente en terapias para superar adicciones, permite explicar un posible mecanismo mediante el cual la autoestima de los adolescentes se vincula con el uso adictivo de las redes sociales.

Teniendo en cuenta este modelo, es factible reconocer que en los adolescentes pueden convivir distintas creencias nucleares que conllevan a conductas desadaptadas (Wang et al., 2021). Por ejemplo, si un adolescente tiene la creencia nuclear que su identidad y propia valía está en función del nivel de popularidad y aceptación en las redes sociales, eso conllevará a tener conductas adictivas en el uso de las redes sociales para intentar satisfacer las necesidades de autoestima.

En vista del panorama esbozado, la siguiente investigación tiene como objetivo identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en adolescentes.

Mediante un estudio de revisión se procederá a responder la interrogante ¿qué relación existe entre la adicción a redes sociales y la autoestima en adolescentes?



## CAPÍTULO II: MÉTODO

### 2.1 Criterios de elegibilidad

#### 2.1.1 Criterios de inclusión

En la presente investigación se seleccionaron estudios que cumplieran con los siguientes requisitos: a) estudios correlacionales, b) estudios que midan ambas variables con cuestionarios especificados, c) instrumentos con propiedades psicométricas, d) estudios que especifiquen población adolescente, e) estudios en inglés: el inglés es un idioma global y al ser estudios que hablan sobre tecnología, se encuentran mayor cantidad de artículos y con contenidos de mayor amplitud, f) estudios dentro de un rango temporal entre el 2017 y 2021, siendo la adicción a redes sociales un tema que involucra tecnología, se considera de relevancia que sean estudios que den nota del contexto actual.

#### 2.1.2 Criterios de exclusión

Por otro lado, como criterios de exclusión, además del incumplimiento de los criterios de inclusión señalados, se excluyeron aquellos que no fueran artículos de investigación empírica. Así también, de acuerdo a la base de datos, se excluyeron aquellos que no pertenecieran al campo de estudio de psicología.

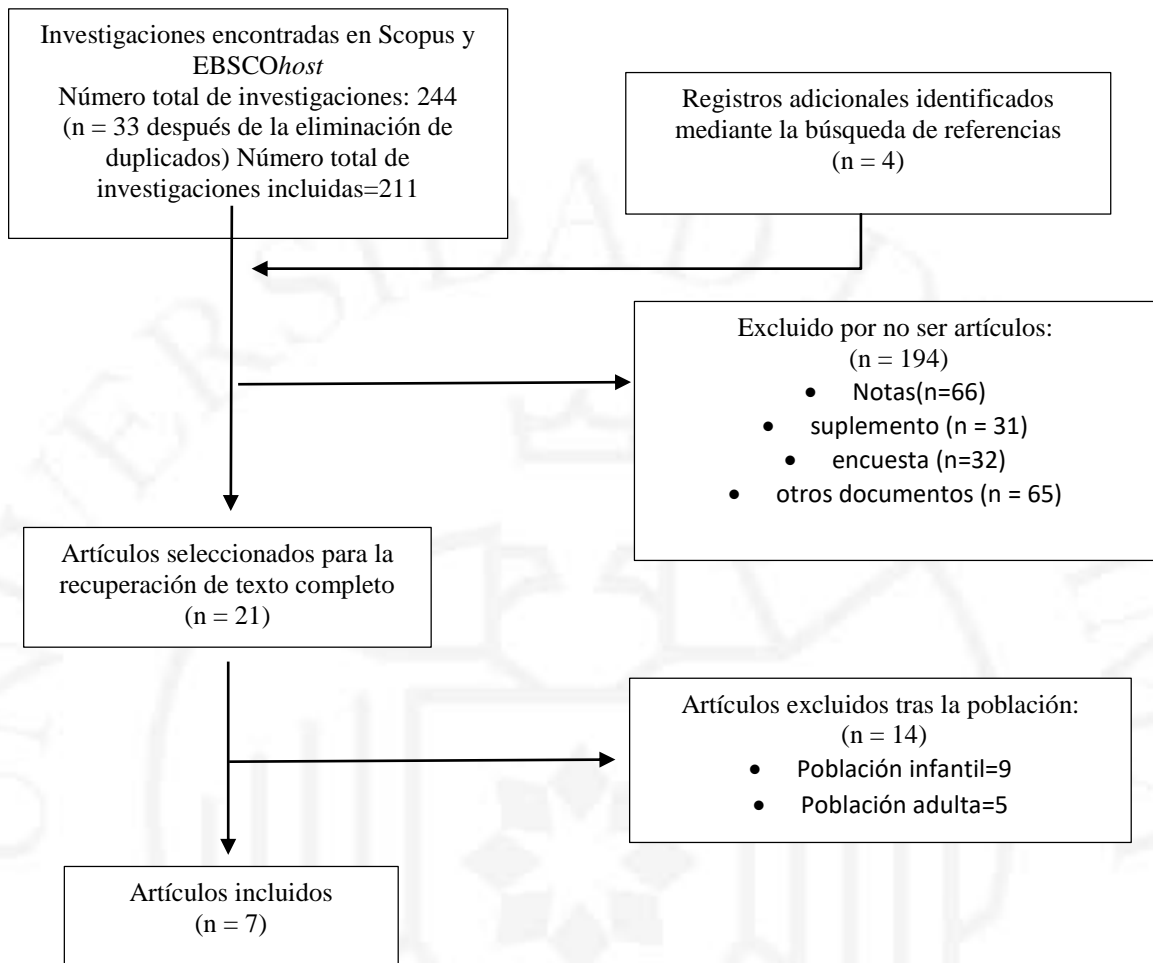
### 2.2 Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó entre enero de 2021 y febrero de 2021, en las bases de datos electrónicas Scopus y Ebsco. Se utilizaron las siguientes palabras clave: *social media addiction*, *internet addiction*, *self-esteem*, *adolescents*. Dichas palabras fueron combinadas como sigue: (“social media addiction” OR “internet addiction”) AND (“self-esteem”) AND (“adolescents”).

Se buscaron artículos publicados entre 2017 y 2021 en las bases de datos Scopus y Ebsco. Siguiendo algunas indicaciones de la guía PRISMA, Urrútia y Bonfill (2010) se tuvo como resultado un total de 211 referencias, que nos permitió seleccionar 7 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión (ver figura 1). En la Figura 1 se muestra el diagrama de flujo en el que aparece sintetizado el proceso de selección de los trabajos analizados.

**Figura 2.1**

*Diagrama de flujo de los artículos seleccionados*



## CAPÍTULO III: RESULTADOS

**Tabla 3.1**

*Cuadro de análisis de los estudios seleccionados*

Autor	Año	Título del Artículo	Lugar Población	Participantes
Shi,X., Wang,J.,y Zou,H	2017	Family functioning and internet addiction among Chinese Adolescents: The mediating roles of self-esteem and loneliness	China	3289
Andreassen C., Pallesen,S., y Griffiths,K	2017	The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey	Noruega	23 532
Seabra, L., Loureiro, M., Pereira, H., Monteiro, S., Alfonso, R., y Esgahaldo, G	2017	Relationship Between Internet Addiction and Self-Esteem: Cross- Cultural Study in Portugal and Brazil	Brasil y Portugal	1399
Donald, J., Ciarrochi, J., Parker, P., y Sahdra, B	2018	Compulsive internet use and the development of self-esteem and hope: A four-year longitudinal study	Australia	2809
Peng, W., Li, D., Jia, J., Wang, Y., y Sun, W	2019	School disconnectedness and Adolescent Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence	China	2758
Acar, I., Avcilar, G., Yazici, G., y Bostanci, S	2020	The roles of adolescents' emotional problems and social media addiction on their self-esteem	Turquía	221
Wang, M., Xu,Q., y He,N	2021	Perceived interparental conflict and problematic social media use among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and maladaptive cognition toward social network sites	China	688

**Tabla 3.2***Cuadro de análisis de la metodología de estudios seleccionados*

Autor	Instrumentos de evaluación de v1 y evaluación v2	Diseño de estudio	Relación entre V1 y V2
Shi,X., Wang,J., y Zou,H	Escala de autoestima Rosenberg (1965)	Descriptivo correlacional	Relación negativa
Andreassen C., Pallesen,S., y Griffiths,K	The Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (IADQ; Young, 1996)  Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) is a modified version of the previously validated Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS; Andreassen et al., 2012).	Descriptivo correlacional	Relación negativa
Seabra, L., Loureiro, M., Pereira, H., Monteiro, S., Alfonso, R. y Esgahaldo, G	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) The Internet Addiction Test (IAT) (Young, 1998b)  Escala de autoestima Rosenberg (1965)	Descriptivo correlacional	Relación negativo
Donald, J., Ciarrochi, J., Parker, P., y Sahdra, B	Rosenberg Self-Esteem scale (RSE; Rosenberg, 1979)  Escala de uso compulsive de internet (Meerkerk et al., 2009).	Descriptivo correlacional	Relacion negativa
Peng, W., Li, D., Jia, J., Wang, Y., y Sun, W	Escala de autoestima Rosenberg (1965)  Cuestionario de diagnóstico de adicción a internet (Li, Zhang, Li, Zhen, & Wang, 2010	Descriptivo correlacional	Relación negativa
Acar, I., Avcilar, G., Yazici, G., y Bostanci, S	Escala de adicción a redes sociales (SMAC: Şahin, 2018)  Escala de autoestima Rosenberg (1965)	Descriptivo correlacional	Relación negativa
Wang, M., Xu,Q., y He,N	Facebook Intrusion Questionnaire (FIQ, Elphinston & Noller, 2011); Escala de autoestima Rosenberg (1965)	Descriptivo correlacional	Relación negativa



Los trabajos seleccionados utilizan como instrumento para medir la autoestima la escala de Rosenberg (1965), la cual cuenta con 10 ítems para determinar los niveles de autoestima. Por otro lado, encontramos que se utilizan distintas pruebas y cuestionarios para medir la adicción a las redes, que cubren temáticas similares. Además, los artículos brindan datos sobre la confiabilidad y/o validez de las pruebas.

De forma más concreta pasamos a indicar los datos fundamentales de cada uno de los 7 estudios seleccionados:

En el estudio hecho por Shi et al., (2017) en China, participaron 3289 adolescentes. Se tomó como modelo “el ecosistema de funcionamiento familiar”. Se investigó la posibilidad que la autoestima y la soledad actúen como enlaces mediadores entre el funcionamiento familiar y la adicción a internet. Los resultados revelaron que el funcionamiento familiar estuvo negativamente asociado a la adicción a internet, y que la autoestima y la soledad fueron enlaces mediadores entre la familia y la adicción a internet.

Andreassen et al., (2017) evaluaron un total de 23 532 participantes de Noruega con edades entre 16 y 18. Se tuvo como objetivo evaluar las asociaciones entre el uso adictivo de redes sociales, narcisismo y la autoestima. Se utilizó una encuesta que incluía la escala de adicción a las redes Sociales de Bergen, el inventario de personalidad narcisista y la escala de autoestima de Rosenberg. Los resultados demostraron que la adicción a las redes sociales estaba relacionada con niveles más altos de narcisismo y con niveles más bajos de autoestima.

Por su parte Seabra et al., (2017) evaluaron la relación entre adicción a internet y la autoestima en un estudio realizado en Brasil y Portugal. Con un total de 1623 participantes con edades entre 14 y 83 años. Se aplicó una encuesta, que incluía el “Internet addiction test” (IAT) (Young, 1998), y La escala de autoestima de Rosenberg (1965). Los resultados mostraron que los grupos con mayores niveles de adicción eran hombres, brasileños y con edades entre 14 y 25 años.

En la investigación realizada por Donald et al., (2018), en Australia se exploró las relaciones entre el uso compulsivo de internet y el desarrollo de la autoestima y la esperanza en adolescentes en un periodo de 4 años. En este estudio, participaron 2809 adolescentes de escuelas secundarias católicas que cursaban los grados 8vo, 9no, 10mo y 11avo. Se encontró que el uso compulsivo de internet tenía como consecuencia la

reducción de la esperanza y la autoestima. En contraste, no se encontró evidencia que el uso compulsivo de internet sea la consecuencia de baja autoestima y esperanza.

Por su parte, Peng et al., (2019) evaluaron si la autoestima es un mediador de la relación entre desconexión escolar y adicción al internet y si este proceso mediador es moderado por la inteligencia emocional. Una muestra de adolescentes de China completó una encuesta con variables de desconexión escolar, autoestima, inteligencia emocional y adicción a internet. Fueron 2758 los participantes, con una edad promedio de 13 años. Los resultados demostraron una asociación positiva de adicción a internet con la desconexión escolar, y una relación negativa entre desconexión escolar y autoestima. La escuela es considerada el primer contexto luego de la relación familiar, en la que el individuo, en este caso el adolescente, estudia y vive. En este ambiente buscan ser apoyados y tener relaciones de cuidado con maestros y pares (Peng et al., 2019).

Acar et al., (2020) y colaboradores tuvieron como objetivo relacionar la contribución de los problemas emocionales en adolescentes y la adicción a las redes sociales a la autoestima. Participaron 221 adolescentes provenientes de Estambul, (Turquía) con edades entre 13 y 17 años. Se llegó a la conclusión que a niveles más elevados de problemas emocionales y adicción a redes sociales están asociados a menores niveles de autoestima. Mientras que la adicción a redes sociales medió parcialmente las asociaciones entre problemas emocionales y autoestima, indicando que los adolescentes con niveles más altos de problemas emocionales tienden a reportar niveles más elevados de adicción a internet. Esta tendencia está relacionada a menores niveles de autoestima.

Wang et al., (2021) y colaboradores estudiaron la relación entre la percepción de conflicto interparental y el uso problemático de redes sociales en adolescentes, así como también los efectos mediadores de la autoestima y los pensamientos desadaptados hacia los sitios de redes sociales. Una muestra de 688 participantes respondió una encuesta con la Escala de Autoestima de Rosenberg y el “Chinese Adolescent’s maladaptive cognition scale and facebook intrusion questionnaire”. Los resultados demostraron que la percepción de conflicto interparental está asociado positivamente con el uso problemático de las redes sociales, y a su vez mediada significativamente por pensamientos desadaptativos hacia los sitios de redes sociales. En esta dinámica familiar se suma el concepto de conflicto interparental, entendido como la percepción de eventos estresantes entre padre y madre, los cuales están fuertemente asociados con autoevaluaciones negativas de los hijos (Wang et al., 2021).

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo buscar los hallazgos más recientes entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes.

Por un lado, los resultados indican que la baja autoestima puede funcionar como un antecedente al mayor uso de las redes sociales en adolescentes (Andreassen et al., 2017; Seabra et al., 2017 5, Peng et al., 2019, Shi et al., 2017; Wang et al., 2021). Una explicación de esto parece ser que menores niveles de autoestima fomentan una búsqueda de validación por parte de los pares. En la medida que los adolescentes con una menor valoración de sí mismos, tenderán a buscar en las redes sociales los estímulos necesarios para aumentarla. En ese sentido y desde una mirada clínica, las redes sociales estarían funcionando como una forma de incrementar la autoestima.

Sin embargo, se ha encontrado evidencias que indican lo contrario a lo mencionado previamente. En otras palabras, que el uso adictivo de redes sociales puede funcionar como predictor de una menor autoestima (Donald et al., 2018, Acar et al., 2020). Esto puede ser explicado por cogniciones mal adaptativas que pueden desarrollar los adolescentes respecto a las redes sociales (sesgos cognitivos sobre las creencias o expectativas de resultado sobre el uso de internet) (Davis 2001), que donde un ejemplo sería creer que a mayor número de “likes” o seguidores, implica una mayor estima por el grupo de referencia lo que a su vez aumenta la autovalía. (Beyens et al., 2016; Marengo et al., 2020; Nesi et al., 2018; Pellerone et al., 2019).

Complementariamente se han encontrado evidencias que indican que el uso adictivo de las redes sociales estaría precedido por problemas emocionales (ansiedad, depresión, etc.) (Acar et al., 2020). En otras palabras, el uso adictivo funcionaría como una variable mediadora entre los problemas emocionales y la autoestima. Esto provee de información relevante para los profesionales de la salud mental que tratan con pacientes adolescentes, permitiéndoles poder considerar a las redes sociales como un aspecto a tomar en consideración en intervenciones psicoterapéuticas, sobre todo en aquellas que buscan intervenir una problemática asociada a la autovalía del paciente.

Por otro lado, también da algunos alcances para instituciones escolarizadas de modo que les da información sobre la necesidad de desarrollar políticas y actividades

dirigidas a la prevención de las consecuencias no deseadas del uso de las redes sociales (ejemplo “cyberbullying”) y al control del uso de las mismas.

Adicionalmente, las investigaciones consideradas en este estudio de revisión utilizan variables adicionales que permiten una mayor profundización en el entendimiento entre la adicción a redes sociales y la autoestima en adolescentes. Las variables utilizadas por dichos estudios son: el funcionamiento familiar, la soledad, el narcisismo, la esperanza, la desconexión escolar, la inteligencia emocional, la percepción de conflicto interparental, y los pensamientos mal adaptativos. A continuación, se analizarán y agruparán dichas variables de acuerdo a contextos interpersonales e intrapersonales.

En el ámbito interpersonal, se consideran dos esferas: la familiar y la escolar. En la primera, se ha encontrado evidencias que indican que los adolescentes con mayores niveles de uso de redes sociales presentan mayores problemas con el funcionamiento familiar (Shi et al., 2017), como por ejemplo percibir, por parte de los hijos, altos niveles de conflictos entre padres, asociándose positivamente con el uso adictivo a las redes sociales (Wang et al., 2021). En la segunda, se observó que a mayores niveles de uso de redes sociales los adolescentes tienden a tener una mayor desconexión con el colegio. En otras palabras, los adolescentes que se encuentran con un menor vínculo con profesores y pares dentro de la escuela, muestran un mayor uso de redes sociales (Peng et al., 2019).

En el ámbito intrapersonal, los adolescentes que destinan mayor tiempo al uso de las redes sociales presentan mayores niveles de narcisismo, buscando constantemente una retroalimentación subjetivamente gratificante hacia ellos mismos (Andreassen et al., 2017). Por otro lado, un mayor uso de redes sociales tiende a reducir el nivel de soledad percibida (Shi et al., 2017). En el caso de la percepción de esperanza (tendencia a percibir que los resultados de una situación serán favorables) a mayor percepción de esta, se da un menor uso de redes sociales. (Snyder et al., 1991). Finalmente, la inteligencia emocional y los pensamientos mal adaptativos estuvieron indirectamente relacionados con la autoestima y la adicción a las redes.

Tomando en consideración lo mencionado sobre los ámbitos intra e interpersonales se puede empezar a perfilar a los adolescentes que tienen un uso riesgoso de redes sociales, en donde se puede encontrar rasgos narcisistas, con mayores niveles de soledad, tendencia a la desesperanza, cuadros ansiosos/depresivos, cogniciones mal

adaptativas sobre la autovalía, desconexión escolar y disfuncionalidad en la dinámica familiar. En la práctica, desde la mirada clínica, surge la oportunidad de orientar de una forma más precisa la identificación de perfiles de riesgo y su intervención psicoterapéutica. Una posibilidad para poder desarrollar dichas intervenciones se puede realizar desde el modelo de Beck, donde se trabaja las creencias nucleares que llevan a pensamientos perjudiciales o desadaptados asociados a las conductas adictivas.

Entre las limitaciones se señala la pluralidad de modelos teóricos, esto no permite tener un modelo teórico uniforme o integrado para explicar el fenómeno. Por otro lado, las investigaciones, si bien utilizaron la prueba de Rosenberg para medir la autoestima, han utilizado instrumentos distintos para medir la adicción a redes sociales, lo que hace heterogénea la métrica ya que evalúan aspectos parcialmente distintos.

Otras de las limitaciones tienen que ver con que las métricas de los instrumentos son de auto reporte lo que podría sesgar sus resultados. La auto percepción no necesariamente va a corresponder con la realidad de uno.

## CONCLUSIONES

La presente investigación ha permitido recabar siete estudios recientes que permiten brindar evidencias sobre la relación de la autoestima y el uso adictivo de las redes sociales en adolescentes. A través de un análisis de estos se puede concluir lo siguiente:

- Existe una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y la adicción a redes sociales, en donde un menor nivel de autoestima conlleva a un mayor uso de redes sociales.
- Si bien el uso adictivo a redes sociales antecede una menor autoestima, existe evidencia que lo inverso también es posible. Complementariamente los problemas emocionales (cuadros ansiosos/depresivos), parecen ser uno de los causantes del uso adictivo de redes y una consecuente menor autoestima. En otras palabras, pareciera que el uso adictivo a redes sociales opera como un mediador y no necesariamente como una causa.
- Las investigaciones permiten identificar características intra e interpersonales que se encuentran vinculadas al uso adictivo de redes. Estas permiten perfilar a los adolescentes que se encuentran en mayor riesgo de desarrollar una baja autoestima y otras consecuencias no deseadas.

## REFERENCIAS

- Acar, I. H., Avçılar, G., Yazıcı, G y Bostancı, S. (2020). The roles of adolescents' emotional problems and social media addiction on their self-esteem. *Current Psychology*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01174-5>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., y Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Al'Absi, M. (2011). *Stress and addiction: Biological and psychological mechanisms*. Academic Press.
- Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M., & Waters, L. (2014). Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 31, 18–31. <https://doi.org/10.1017/edp.2014.2>
- Azher, M., Khan, R. B., Salim, M., Bilal, M., Hussain, A., & Haseeb, M. (2014). The relationship between internet addiction and anxiety among students of University of Sargodha. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(1), 288-293.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). “I don't want to miss a thing”: Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.083>.
- Bueno, R., Martínez, R., Barboza, E., & Araujo, D. (2017). Relación entre indicadores de adicción a redes sociales y satisfacción familiar en escolares de secundaria en Lima. *Cátedra Villarreal Psicología*, 2(2), 325-336. <http://revistas.unfv.edu.pe/index.php/CVFP/article/view/319>
- Chen, K.-H. (2019). Self-identity and self-esteem during different stages of adolescence: The function of identity importance and identity firmness. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 55, 27–56. <https://psycnet.apa.org/record/2019-31820-002>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Comput. Hum. Behav.* 17, 187–195. [https://doi.org/10.1016/s0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/s0747-5632(00)00041-8)
- Donald, J. N., Ciarrochi, J., Parker, P. D., & Sahdra, B. K. (2018). Compulsive Internet Use and the Development of Self-Esteem and Hope: A Four-Year Longitudinal Study. *Journal of Personality*, 87(5), 981-995. <https://doi.org/10.1111/jopy.12450>

- El Peruano. (11 de Setiembre 2018) *Decreto legislativo que incorpora el delito de acoso, acoso sexual, chantaje sexual y difusión de imágenes, materiales audiovisuales o audios con contenido sexual al código penal*.  
<https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-legislativo-que-incorpora-el-delito-de-acoso-acoso-decreto-legislativo-n-1410-1690482-3/>
- Elthai, J., Hall, B. & Claycomb, M. (2018). Emotion regulation's relationships with depression, anxiety and stress due to imagined smartphone and social media loss, *Psychiatry Research*, 261, 28-34.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.12.045>
- Fabris, M., Marengo, D., Longobardi, C. & Settani, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106, 1-6.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An overview of preliminary findings. En K.P. Rosenberg & L.C. Feder (Eds.), *Behavioral Addictions. Criteria, evidence and treatment* (pp. 119–141). Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/b978-0-12-407724-9.00006-9>
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review*, 35(5), 576-586. <https://doi.org/10.1177/08944393166660340>
- Internet World Stats [IWS] (2020). South America 2020 Stats. *Internet World Stats*.  
<https://www.Internetworldstats.com/south.htm>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Kemp, S. (30 de enero del 2020). Digital 2020: 3.8 billion people use social media. *We Are Social*. <https://wearesocial.com/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media>
- Leavitt, P. A., Covarrubias, R., Perez, Y. A., & Fryberg, S. A. (2015). “Frozen in time”: The impact of native American media representations on identity and self-understanding. *Journal of Social Issues*, 71(1), 39–53.  
<https://doi.org/10.1111/josi.12095>
- Longobardi, C., Settanni, M., Fabris, M. & Marengo, D. (2020). Follow or be followed: Exploring the links between Instagram popularity, social media addiction, cyber victimization, and subjective happiness in Italian adolescents. *Children and Youth Services Review*, 113, 2-7.  
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104955>



- Malaeb, D., Salameh, P., Barbar, S. Award, E., Haddad, C., Hallit, R., Sacre, H., Akel, M., Obeid, S. & Hallit, S. (2020). Problematic social media use and mental health (depression, anxiety, and insomnia) among Lebanese adults: Anymediating effect of stress? *Perspectives in Psychiatric Care*, 1-11. <https://doi.org/10.1111/ppc.12576>
- Marengo, D., Poletti, I., & Settanni, M. (2020). The interplay between neuroticism, extraversion, and social media addiction in young adult Facebook users: Testing the mediating role of online activity using objective data. *Addictive Behaviors*, 102, 106150. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106150>
- Marin, C. (2018). Adicción a Internet y funcionalidad familiar en universitarios de Lima Norte. *Casus: Revista de investigación y casos en salud*, 3(1), 1-8. [www.casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/download/63/47/](http://www.casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/download/63/47/)
- Minev, M., Petrova, B., Mineva, K., Petkova, M., & Strebkova, R. (2018). Self-esteem in adolescence. *Trakia Journal of Sciences*, 2, 114–118. <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018). Transformation of adolescent peer relations in the social media context: Part 1-a theoretical framework and application to dyadic peer relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 267–294. <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0261-x>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>.
- Pellerone, M., Ramaci, T. & Heshmati, R. (2019). The “mask” filtered by the new media: family functioning, perception of risky behaviors and internet addiction in a group of Italian adolescents. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 7(1), 1-20. <http://dx.doi.org/10.6092/2282-1619/2019.7.2237>
- Petry, NM., Zajac, K. & Ginley, MK (2018). Las adicciones conductuales como trastornos mentales: ¿ser o no ser? *Revisión anual de psicología clínica* , 14 , 399-423. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045120>
- Pinto, A. J. (2018). *Funcionamiento familiar y adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria* [Tesis de grado, UNMSM]. <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/9785>
- Peng, W., Li, D., Li, D., Jia, J., Wang, Y. & Sun, W. (2019). School disconnectedness and Adolescent Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 98, 111-121. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.011>
- Ryan, R., & Deci, E. (2017). *Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. The Guilford Press

- Seabra, L., Loureiro, M., Pereira, H., Monteiro, S., Marina Afonso, R., & Esgalhado, G. (2017). Relationship between Internet addiction and self-esteem: Cross-cultural study in Portugal and Brazil. *Interacting with Computers*, 29(5), 767-778  
<https://academic.oup.com/iwc/article-abstract/29/5/767/3924442>
- Shi, X., Wang, J. & Zou, H. (2017). Funcionamiento familiar y adicción a Internet entre adolescentes chinos: los roles mediadores de la autoestima y la soledad. *Computadoras en el comportamiento humano*, 76, 201-210.
- Snyder, CR, Harris, C., Anderson, JR, Holleran, SA, Irving, LM, Sigmon, ST, y Harney, P. (1991). La voluntad y los caminos: desarrollo y validación de una medida de esperanza de diferencias individuales. *Revista de personalidad y psicología social*, 60 (4), 570  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>
- Urrútia, G., & Bonfill, X. (2010). The PRISMA statement: a step in the improvement of the publications of the Revista Española de Salud Pública. *Revista Española de Salud Pública*, 87(2), 99-102. <http://dx.doi.org/10.4321/S1135-57272013000200001>.
- Wang, M., Xu, Q., & He, N. (2021). Perceived interparental conflict and problematic social media use among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and maladaptive cognition toward social network sites. *Addictive Behaviors*, 112, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106601>.
- Yen, Y. (2013) Comunicación familiar y predisposición a la adicción a Facebook en adolescentes de instituciones educativas de Paita. *Revista Heraldo de Piura*. 1, 30-35.  
<http://www.piuraheraldo.net/jspui/bitstream/123456789/30/1/YenSanchez.pdf>.
- Young, K.S. (1998). Adicción a Internet: la aparición de un nuevo trastorno clínico. *Ciberpsicología y comportamiento*, 1(3), 237-244.