

Universidad de Lima  
Facultad de Psicología  
Carrera de Psicología



# **RELACIÓN ENTRE LA ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y LAS HABILIDADES SOCIALES EN LA ADOLESCENCIA**

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

**Maria Alejandra Arriaran Valdivia**

**20132550**

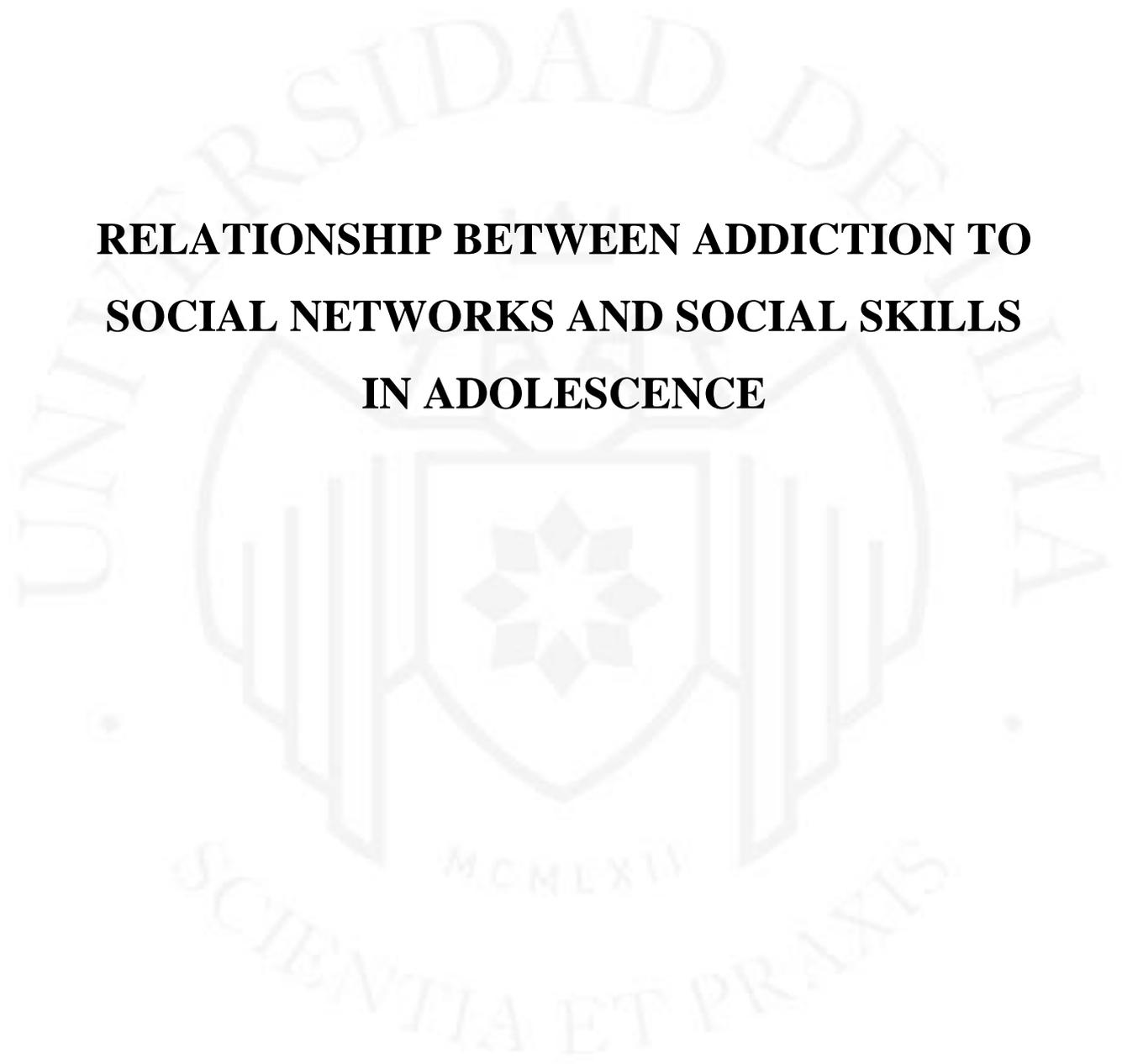
**Asesor**

**Georgette Natalia Guzmán Zegarra**

Lima – Perú  
Marzo de 2022



**RELATIONSHIP BETWEEN ADDICTION TO  
SOCIAL NETWORKS AND SOCIAL SKILLS  
IN ADOLESCENCE**



# TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO II: MÉTODO .....	6
2.1 Criterios de elegibilidad .....	6
2.1.1 Criterios de inclusión .....	6
2.1.2 Criterios de exclusión.....	6
2.2 Estrategia de búsqueda.....	6
CAPÍTULO III: RESULTADOS .....	8
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN.....	16
CONCLUSIONES.....	20
REFERENCIAS .....	21

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1 Análisis de los instrumentos utilizados.....	8
Tabla 3.2 Análisis de la relación entre la adicción a internet y las habilidades sociales.....	10



# ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 2.1 Diagrama de flujo de los artículos seleccionados.....7



## RESUMEN

En la actualidad, el uso de las redes sociales se ha vuelto un aspecto relevante en nuestra vida, siendo de las plataformas más utilizadas, ya que nos ayuda a tener una mayor conectividad con gente de nuestro entorno. Sin embargo, existen peligros como el deterioro de habilidades sociales cuando se convierte en una adicción. La población adolescente cuenta con un mayor riesgo de presentar este tipo de adicción por los cambios evolutivos que afronta. Es por esto que, el fin del presente trabajo es identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en los adolescentes. Para ello, tomando en cuenta los lineamientos PRISMA, se utilizaron las siguientes bases de datos: ProQuest, Ebsco, Dialnet y Scopus, de donde se seleccionaron 10 artículos, cuyos años de publicación van del 2014 al 2021. Los resultados indican la existencia de una relación estadísticamente significativa e inversa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales; así como, la presencia de una relación negativa y significativa entre las habilidades sociales y el uso adictivo de las redes; finalmente, los adolescentes con menor repertorio de habilidades sociales presentan tendencia de un uso patológico de las redes sociales.

**Palabras clave:** Adicción a redes sociales, adicción a internet, habilidades sociales, adolescentes

## ABSTRACT

Currently, the use of social networks has become a relevant aspect in our lives, being one of the most used platforms, since it helps us to have greater connectivity with people around us. However, there are dangers such as impaired social skills when it becomes an addiction. The adolescent population has a higher risk of presenting this type of addiction due to the evolutionary changes it faces. That is why the purpose of this work is to identify the relationship between addiction to social networks and social skills in adolescents. For this, taking into account the PRISMA guidelines, the following databases were used: ProQuest, Ebsco, Dialnet and Scopus, from which 10 articles were selected, whose years of publication range from 2014 to 2021. The results indicate the existence of a statistically significant and inverse relationship between addiction to social networks and social skills; as well as the presence of a negative and significant relationship between social skills and addictive use of networks; Finally, adolescents with a lower repertoire of social skills have a tendency to pathological use of social networks.

**Keywords:** Addiction to social networks, internet addiction, social skills, adolescents

# CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el mundo se encuentra regido por una tecnología que guarda influencia en diversos ambientes sociales, culturales y en el entorno de la comunicación, este es el internet. El creciente uso de la web 2.0 es un fenómeno a nivel global. Las implicaciones del COVID-19 han forzado que el internet sea una herramienta imprescindible en nuestras vidas. Uno de los grupos que mayor conectividad tiene son los adolescentes, siendo estos vulnerables a presentar conductas adictivas a internet (Vicente et al., 2019). Diversos estudios como el de los autores Echeburúa y De Corral, y el de Estrada et al., comprueban la relación existente entre la tendencia que hay a la adicción a las redes sociales y una menor capacidad de habilidades sociales (como se citó en Estrada et al., 2021).

Como primera variable tenemos que, para los autores Moqbel y Kock, la adicción a las redes sociales se especifica como el empleo patológico y desmesurado de la plataforma web, lo cual conlleva a repercusiones negativas por la intromisión de otras labores fundamentales (como se citó en Chinyamurindi et al., 2019). Autores como Andreassen, Kuss y Griffiths mencionan que esta adicción se asemeja a una de tipo conductual, ya que cumple con los parámetros de una adicción tradicional, donde la persona experimenta cambios en el estado anímico, así como síndrome de abstinencia, tolerancia, conflicto y recaída (como se citó en Kuss y Griffiths, 2017). En cuanto a las redes sociales, estos son sitios virtuales que permiten la creación de medios para compartir y comunicar contenido multimedia a las demás personas (Rissoan, 2019), además ayudan a interactuar en tiempo real con personas conocidas, y con gente de todo el mundo (García del Castillo, 2020). Se utilizará el concepto de adicción a internet como sinónimo para buscar la literatura del presente estudio, ya que son conceptos que se encuentran estrechamente relacionados, las redes sociales son parte del internet.

Dentro de los factores de riesgo para desarrollar una adicción a las redes sociales y al internet son de tipo personales, familiares, escolares y sociales; asimismo, en cuanto a los factores personales encontramos que, la constante búsqueda de aprobación social y una baja autoestima son causas para que se genere esta adicción (Malo et al., 2018), así como, para el autor Díaz, presentar un desequilibrio emocional, tendencia a la

irritabilidad, debilitamiento afectivo, descenso de la habilidad para tomar juicios e inconvenientes para resolver los problemas diarios (como se citó en Valencia y Cabero, 2019). Asimismo, Estrada et al. (2021), indican que un inadecuado manejo del estrés, ansiedad, depresión, un débil empleo de las habilidades sociales, tales como presentar un bajo repertorio para comunicarse y relacionarse con los demás, son factores importantes que estarían implicados para el desencadenamiento de esta patología, del mismo modo, para Caplan, los adolescentes que poseen habilidades sociales bajas prefieren la interacción virtual, ya que supone menos riesgo, donde su nivel de comodidad y confianza es más alto en comparación a una situación cara a cara (como se citó en Romero, et al., 2021).

En cuanto al factor familiar, el rol de esta presenta un papel crucial, ya que el uso de las pantallas por parte de los padres tendrá repercusiones en el adolescente (Malo et al., 2018). Además, Vackey et al., indican que un ambiente donde los progenitores no ponen límites o un estilo de crianza autoritario, influyen en la posible adicción (como se citó en Sánchez, 2017).

Dentro de los factores escolares, el presentar un bajo rendimiento académico, tener una baja participación dentro de las actividades extracurriculares y contar con escasas amistades, siendo predominante un ambiente educativo donde se desarrollen las malas relaciones, son circunstancias en las que el adolescente puede buscar las redes sociales como una fuente de protección y tratar de escapar de la realidad (Sánchez et al., 2018).

Respecto a los factores sociales como la soledad y tener a una persona cercana que abusa de las redes sirven como modelo para que se desarrolle este tipo de patología. Otros factores son el débil control de impulsos, gestión del estrés y un pobre desarrollo de habilidades sociales, es decir, el adolescente presentaría dificultades para expresar de una manera verbal como no verbal sus estados emocionales generando menos relaciones interpersonales (Estrada et al., 2021), esto tendría como consecuencia la búsqueda de interacción virtual, ya que supone una menor amenaza para el adolescente, debido a que tendría el control de la situación en un escenario virtual; además, poder dirigir la presentación que tiene de sí mismo en las diversas plataformas web o la posibilidad de

crear perfiles con información falsa, así como la diversidad de estímulos gratificantes inmediatos; siendo el like uno de los principales, son factores que hacen tan atractivas las redes sociales entre los adolescentes (Sánchez et al., 2018). Asimismo, la sensación de perderse algo hace que el adolescente sienta un impulso por estar permanentemente conectado a internet (Varchetta, 2020).

En cuanto a nivel individual, los adolescentes que presentan adicción a las redes sociales y un bajo nivel de habilidades sociales pueden poseer falta de sueño, descanso poco reparador, así como migrañas, dolores lumbares y cervicales, exceso de peso por la falta de actividad física; por otro lado, al hablar del análisis macro podemos encontrar que este problema puede conllevar a que la persona desarrolle un trastorno psicopatológico como trastorno de conducta alimentaria, ansiedad, o depresión, además que pueda arriesgar su vida personal, familiar, sus estudios y, en un futuro, su vida profesional (Valencia y Cabero, 2019).

La Unión Internacional de Telecomunicaciones, UIT, menciona que cuatro mil novecientos millones de personas en el 2021 se encontraron conectadas a internet, es decir, esta cifra representa un 63% de la población en el mundo (UIT, 2021), indicando que una de las posibles causas es la pandemia por COVID 19, ya que exige una mayor conectividad por el Home office y la educación virtual. Por otro lado, el informe realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2021), dio a conocer que los peruanos de 12 a 18 años pasaron a tener acceso a internet un 79,2% habiendo un incremento de 9,2% respecto al año anterior, asimismo, refiriéndonos a la población de 6 años a más, el 86,6% utiliza diariamente el internet.

Por otra parte, los datos estadísticos proporcionados por Ipsos, 2020, de la población peruana, muestran que un total de 7.1 millones utilizan la plataforma Instagram (como se citó en Santamaría y Vallejos, 2021). Teniendo presente que, el grupo con mayor vulnerabilidad son los adolescentes, las consecuencias de no tratar este problema están relacionadas en el ámbito social, ya que una adicción a las redes conlleva una menor interacción cara a cara y conflictos en diversas áreas, tales como en lo familiar, social y laboral, lo cual representaría futuros adultos con escasas habilidades socioemocionales y un mal manejo de problemas para enfrentarse al mundo (Estrada et al., 2021).

Respecto al marco político y legal, en el Perú existe un Proyecto de Ley N.º 4275/2018-CR (2019), el cual tiene como objetivo regular el uso inadecuado de las redes sociales, ya que estas suponen un potencial peligro para los usuarios, debido a la facilidad que existe para subir contenido inapropiado, así como poder presentar falsas acusaciones; es por esta razón que nace este proyecto, para velar por las necesidades y proteger tanto el honor como los derechos de los ciudadanos activos a internet.

En relación a la segunda variable, el autor Goldstein delimita que este concepto supone un grupo de capacidades que nos posibilitan interactuar de una manera eficaz; ocupaciones desde las más sencillas hasta las más difíciles (como se citó en Estrada et al., 2021). Asimismo, Caballo define el término habilidades sociales como un grupo de conductas que posibilita a la persona desenvolverse en un entorno individual o grupal manifestando sentimientos, posturas, anhelos, ideas o demandas, de una manera apropiada, y acorde a la situación; asimismo, frecuentemente, permiten encontrar la solución a problemas cercanos, así como la reducción de futuros dilemas si es que toma en cuenta y respeta las decisiones y conductas de otros; siendo la adolescencia una etapa muy importante, ya que se adquiere y se pone en práctica habilidades sociales de índole más difícil (como se citó en Ramírez et al., 2020). Para Lacunza y Cotini, la adolescencia es una etapa evolutiva fundamental para poder desarrollar las habilidades sociales, ya que vivencia conductas retadoras en torno a las normas sociales, así como la construcción de la identidad (como se citó en Ramírez et al., 2020). En cuanto a los aspectos que abarca las habilidades sociales, los autores Dávila, Retamozo y Vázquez, refieren que son los siguientes: la conducta asertiva, el poder comunicar a través del lenguaje verbal y no verbal, la valoración que uno tiene hacia su persona y la toma de decisiones (como se citó en Cacho et al., 2019). Asimismo, el fomento y fortalecimiento de las habilidades sociales en adolescentes sirven como un factor de protección frente a conductas de riesgo (Cacho et al., 2019; Klimenko, 2021); en este caso, a la adicción a redes sociales, ya que un manejo adecuado posibilitará que ocurra un buen ajuste social dentro de su entorno (Angelino; Muñoz, Crespi & Angrehs; como se citó en Ramos et al., 2020). Para los autores Jara, Olivera y Elmer, la teoría del aprendizaje Social de Albert Bandura explica que nuestras conductas socialmente habilidosas son aprendidas a

traves de la observación, para así posteriormente poder imitarlas en situaciones que lo ameriten (como se citó en Esteves et al., 2020).

Por otro lado, en cuanto a la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales se ha encontrado que, el creciente uso de la web 2.0 ha ocasionado que una gran cantidad de usuarios estén conectados a la red. Sin embargo, existen peligros en su uso indiscriminado llegando a crear una adicción de tipo conductual y teniendo repercusiones en distintas áreas, tal como la disminución de las habilidades sociales.

Referido a lo anterior, el modelo teórico que se ajusta a esta investigación es el cognitivo conductual, debido a que plantea que una mala gestión del tiempo al utilizar las redes sociales es el resultado de presentar distorsiones cognitivas, tales como los pensamientos rumiativos, donde la persona presenta pensamientos constantes respecto al uso del internet y se incrementa por dificultades externas (Kuss y Griffiths, 2017).

Por otra parte, la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales ha despertado un interés por su estudio, las investigaciones arrojaron que, efectivamente existe una correlación inversa, altamente significativa, entre la adicción de las redes sociales y las habilidades sociales, es decir que, a mayor uso desmesurado de las redes virtuales hay una disminución de las habilidades sociales en los adolescentes, esto se encontró en el estudio “Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana” realizado por Delgado, Escurra, Atalaya, Pequeña, Rodríguez y Cuzcano (2020), se evidenció en los resultados que los adolescentes son un grupo vulnerable a sufrir esta adicción a las redes virtuales, en este caso de Facebook, obteniendo un 10,3%.

El presente trabajo tiene como objetivo identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes, a partir de la siguiente pregunta: ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes?

## **CAPÍTULO II: MÉTODO**

### **2.1 Criterios de elegibilidad**

#### **2.1.1 Criterios de inclusión:**

En cuanto a los criterios de inclusión se cumplió lo siguiente: a) estudios cuantitativos, b) población adolescente, c) utilización de instrumentos de medición, d) intervalo de tiempo del 2014 al 2022, e) estudios que incluyan las variables de estudio: adicción a redes sociales o adicción a internet, y habilidades sociales, f) estudios en inglés y español, g) estudios nacionales e internacionales y h) estudios publicados en bases científica como ProQuest, Scopus, Dialnet, y Ebscot

#### **2.1.2 Criterios de exclusión:**

Respecto a los criterios de exclusión, se consideró los incumplimientos de los criterios de inclusión, además de lo siguiente: a) revisiones sistemáticas, b) meta análisis, c) estudios cualitativos, d) estudios sin datos concluyentes, e) solo abstracts, f) tesis, g) noticias, h) revistas de divulgación, i) manuales, y j) presentaciones a congresos.

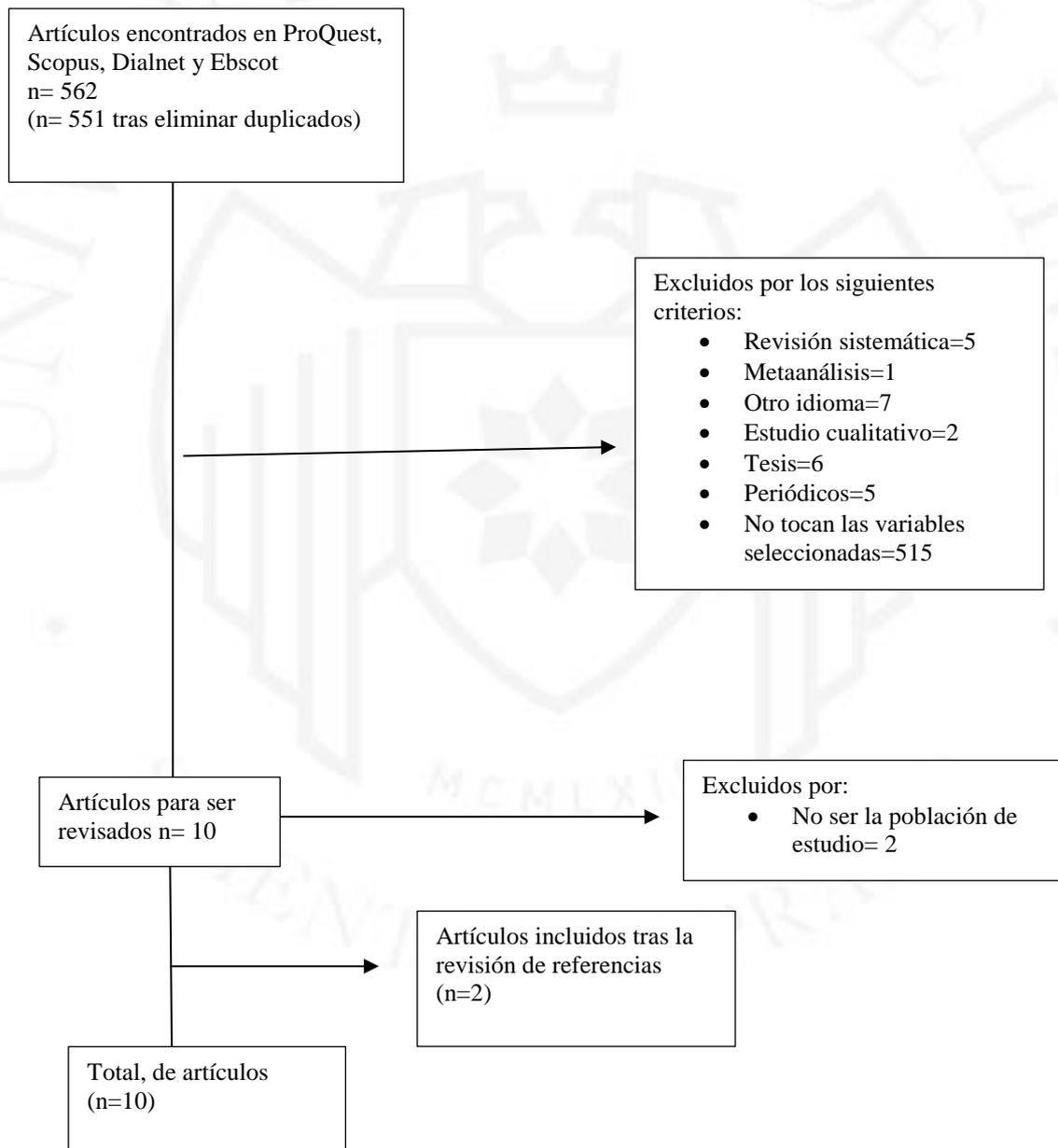
### **2.2 Estrategia de búsqueda**

La búsqueda del presente trabajo se realizó entre enero y febrero del 2022, en las siguientes bases electrónicas: Dialnet, Scopus, Ebsco y Proquest; asimismo, se buscaron estudios desde el 2014 hasta el 2021 y se utilizaron las siguientes palabras claves: adicción a redes sociales, adicción a internet, habilidades sociales, adolescentes, internet addiction, social media addiction, social skills y adolescents. Para el empleo de los operadores booleanos se realizaron las siguientes fórmulas de búsqueda: (“adicción a redes sociales” AND “habilidades sociales”), (“adicción a internet” AND “habilidades sociales”), (“social media addiction” AND “social skills”) y (“internet addiction” AND “social skills”).

Para la selección de artículos se manejó la guía de lineamientos PRISMA (Page et al., 2021), teniendo en total una suma de 562 artículos, después de revisar los criterios de inclusión y exclusión se quedó con un total de 10 artículos. En el siguiente flujograma se explica a detalle la ruta de selección.

**Figura 2.1**

*Diagrama de flujo de los artículos seleccionados*



## CAPÍTULO III: RESULTADOS

El presente capítulo se compone de la realización de dos tablas de análisis donde se incluyeron los datos de las 10 investigaciones seleccionadas y su posterior análisis.

Tabla 3.1

### *Análisis de los instrumentos utilizados*

<b>Autor</b>	<b>Año</b>	<b>Título</b>	<b>País</b>	<b>Instrumento</b> <b>Adicción a internet/ Confiabilidad</b>	<b>Instrumento</b> <b>Habilidades sociales/ Confiabilidad</b>
Estrada, E., Zuloaga, M., Gallegos, N., & Uchasara, H.	2021	Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria	Perú	La escala de la Adicción a internet de Lima (EAIL)  Alfa de Cronbach de 0,866	Lista de chequeo de habilidades Sociales de Goldstein  Alfa de Cronbach de 0,852
Delgado, A., Escurre, L., Atalaya, M., Pequeña, J., Rodríguez, R., & Cuzcano, A.	2020	Las habilidades sociales y uso de redes sociales virtuales en estudiantes de quinto grado de secundaria de instituciones educativas estatales y no estatales de Lima Metropolitana	Perú	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurre y Salas (2014), adecuado a estudiantes de quinto de secundaria por Delgado, Escurre y Torres (s. f.)  No reporta (dato incompleto)	Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2000)  No reporta (dato incompleto)
Hanimoğlu, E.	2019	The analysis of the relation among Internet Addiction and Social Skills level with logistic regression analysis in primary education second stage students.	Turquía	Escala de Adicción a Internet  No reporta (dato incompleto)	Evaluación Matson de Habilidades Sociales con Jóvenes  No reporta (dato incompleto)
Delgado, A., Escurre, L., Atalaya, M., Pequeña, J., Cuzcano, A., Rodríguez, R., & Álvarez, D.	2016	Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima	Perú	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurre y Salas (2014)	Escala de Habilidades Sociales (EHS) de la versión mexicana de Ramírez

			No reporta (dato incompleto)	No reporta (dato incompleto)
Domínguez y Ybañez	2016	Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada	Perú	<p>Escala de Actitudes hacia las redes sociales</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,95</p> <p>Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,94</p>
Moral, M., & Suárez, C.	2016	Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles	España	<p>Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI), adaptación del cuestionario PRI de Young</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,868</p> <p>Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM)</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,862</p> <p>Escala de Uso Problemático y Generalizado de Internet (GPIUS2) validada por Labrador, Villadangos, Crespo y Becoña (2013)</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,905</p> <p>Escala de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT) formada por 50 ítems validados por Gámez-Guadix, Orue y Calvete (2013)</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,912</p> <p>Evaluación de Habilidades Sociales seleccionada del informe de la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía coordinado por Oliva et al. (2013)</p> <p>Alfa de Cronbach de 0,726</p>

Terroso, L., & Argimon, I.	2016	Adicción a Internet y habilidades sociales en adolescentes	Brasil	Test de Adicción a Internet Alfa de Cronbach de 0,85	Inventario de Habilidades Sociales para Adolescentes Alfa de Cronbach de 0,75
Karimzadeh, N.	2015	Investigating the relationship between Internet addiction and strengthening students' social skills	Iran	Test de adicción a Internet Alfa de Cronbach de 0,92	El cuestionario de habilidades sociales Alfa de Cronbach de 0,96
Torrente, E., Piqueras, JA, Orgilés, M., Espada, JP	2014	Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles	España	Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet, CERI; Carbonell et al., 2009). Es una adaptación del cuestionario elaborado por De Gracia et al. (2002) Alfa de Cronbach de 0,79	Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia, CEDIA; Inglés, Méndez & Hidalgo, 2000
Mejía Bejarano, G., Paz Guerrero, J., & Quinteros Zúñiga, D	2014	Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima	Perú	Cuestionario de adicción a Facebook, adaptado por Mariani 2009 Alfa de Cronbach de 0,913	La escala de habilidades sociales (EHS) Alfa de Cronbach de 0,88

Tabla 3.2

*Análisis de la relación entre la adicción a Internet y las habilidades sociales*

<b>Autor</b>	<b>Participantes</b>	<b>Diseño del estudio</b>	<b>Relación entre la adicción a Internet y las habilidades sociales</b>
--------------	----------------------	---------------------------	---

Estrada, E., Zuloaga, M., Gallegos, N., & Uchasara, H.	102 estudiantes de quinto grado de secundaria	Descriptivo-correlacional transeccional	Existe una correlación inversa entre la adicción a internet y las habilidades sociales
Delgado, A., Ecurra L., Atalaya, M., Pequeña, J., Rodríguez, R., & Cuzcano, A.	1066 estudiantes de quinto de secundaria	Descriptivo-correlacional	Correlaciones negativas significativas en cuanto a las habilidades sociales y los índices de adicción a redes sociales
Hanimoğlu, E.	558 estudiantes, 283 mujeres y 275 varones, que continuaron en los grados 6, 7 y 8 en los distritos de Çukurova y Seyhan de Adana, con edades entre 12 y 14 años	Regresión logística	Puntuaciones negativas en comportamiento habilidades sociales, comportamiento social negativo, sirve como predictor significativo para demostrar los niveles elevados de adicción a Internet
Delgado, A., Ecurra L., Atalaya, M., Pequeña, J., Cuzcano, A., Rodríguez, R. & Álvarez, D.	1405 estudiantes de una universidad pública y una particular	Descriptivo-correlacional	Correlaciones negativas y significativas entre las variables de estudio
Domínguez y Ybañez	205 estudiantes, 104 hombres y 101 mujeres, de primero a quinto de secundaria, entre 12 y 16 años de edad	Descriptivo-correlacional	Relación significativa entre la adicción a Internet y las habilidades sociales

Moral, M., & Suárez, C.	200 estudiantes, 104 chicos y 96 chicas de 12 a 17 años, de varios centros de educación secundaria del Principado de Asturias	Transversal-descriptivo	Falta de habilidades comunicativas predican el uso problemático del Internet
Terroso, L., & Argimon, I.	482 escolares, 12 a 14 y de 15 a 18 años, que cursaban enseñanza básica y media en escuelas municipales, estadales y privadas	Transversal	Los adolescentes con adicción a internet presentarion puntuaciones altas en la dificultad para realizar conductas socialmente habilidosas
Karimzadeh, N.	345 estudiantes de pregrado de la Universidad Islámica Azad de Shahrekord, 142 chicas y 212 chicos	Correlacional	Existe una relación entre la variable adicción a internet y la variable habilidades sociales.
Torrente, E. , Piqueras, JA , Orgilés, M. , Espada, JP	446 estudiantes, 22 chicos y 224 chicas entre 12 y 16 años, que asistían a dos centros educativos públicos de la Provincia de Alicante	Correlacional	Puntuaciones altas en el uso problemático del Internet se relaciona con la falta de habilidad social
Mejía Bejarano, G., Paz Guerrero, J., & Quinteros Zúñiga, D	300 estudiante, entre 18 y 24 años	Transversal-descriptivo-correlacional	Correlación inversa altamente significativa entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales

El primer estudio, realizado por Estrada et al., (2021), en Perú, tuvo como fin investigar la relación entre las habilidades sociales y el uso patológico de las redes sociales, se utilizó una muestra de 102 estudiantes de quinto grado de secundaria. En cuanto a los resultados, se evidenció que existe una relación inversamente significativa entre ambas variables, es decir que, a mayor adicción a internet, los adolescentes presentaron un menor grado de habilidades sociales. Además, se reconoció que una gran parte de los evaluados obtuvo un grado medio de adicción a internet y, respecto a sus habilidades sociales, estas solo se encontraron parcialmente desarrolladas.

En la investigación de Delgado et al., (2020), realizada en Perú, se utilizó una muestra de 1066 estudiantes de quinto de secundaria de instituciones públicas y privadas, con el fin de averiguar la relación entre las habilidades sociales y el uso del internet. Respecto a los resultados, estos mostraron correlaciones negativas y significativas entre las habilidades sociales y el uso adictivo de las redes sociales, lo cual significó que a mayor grado de habilidad social hubo un menor uso adictivo de los espacios virtuales.

Respecto al tercer estudio, Hanimoğlu, (2019), empleó una muestra de 558 estudiantes, con edades comprendidas entre 12 y 14 años, donde 283 eran mujeres y 275 varones, de segundo grado de primaria que continuaron en los grados sexto, séptimo y octavo en los distritos de Çukurova y Seyhan de Adana, Turquía. En cuanto al objetivo, este fue averiguar si el nivel de habilidades sociales, sexo y grado son variables predictoras sobre el grado de adicción a internet. Los resultados obtenidos mediante la regresión logística, mostraron que los estudiantes hombres, así como los que se encuentran en grados superiores, y poseen conductas sociales negativas, fueron propensos a presentar conductas adictivas a internet.

Por otro lado, Delgado et al., (2016), ejecutaron un estudio en Perú, con 1405 participantes de una universidad pública y una particular, con el objetivo de averiguar la relación entre las habilidades sociales y el manejo de las redes sociales. En cuanto a los resultados, se encontraron correlaciones negativas y significativas entre los puntajes totales, lo cual indicó que un adecuado manejo de habilidades sociales supuso una menor probabilidad de desarrollar adicción a las redes sociales virtuales.

Domínguez e Ybáñez, (2016), en Perú, realizaron un estudio, donde se analizó la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales, en una muestra de 205 estudiantes, siendo 104 hombres y 101 mujeres, de primero a quinto de secundaria, con edades que fluctuaban entre los 12 y 16 años, en Perú. En cuanto al resultado, se encontró una relación significativa, es decir, a mayor adicción a las redes sociales virtuales se evidenció una menor habilidad social en el adolescente.

Respecto a la investigación de Moral y Suárez, (2016), evaluaron a 200 estudiantes, 104 chicos y 96 chicas, de 12 a 17 años, de diversas instituciones de educación secundaria del Principado de Asturias en España con el objetivo de investigar

la relación entre el uso inadecuado de internet y el celular, y variadas conductas desadaptativas respecto a las habilidades sociales, empelo del estrés, autoestima y satisfacción con la vida, al igual que analizar los abusos de las variables sociodemográficas. Para medir las habilidades sociales se utilizó una escala que abarcaba el tema de habilidades comunicativas, asertividad y la resolución de conflictos. La falta de habilidades comunicativas predice el uso problemático del internet, así como el inadecuado manejo del estrés. Además, se ha encontrado que el grupo de 16 y 17 años, y mujeres, presentaron puntuaciones medias más altas, donde se indicó las diferencias estadísticamente significativas respecto al uso comunicacional y emocional del celular.

Terroso y Argimon, (2016), realizaron un estudio, con el propósito de analizar la relación entre las habilidades sociales y la adicción a internet, así como la relación entre las variables sociodemográficas, donde contaron con la participación de 482 escolares, 12 a 14 y de 15 a 18 años, que cursaban enseñanza básica y media en escuelas municipales, estatales y privadas de Brasil. Se evidenció que, los adolescentes con adicción a internet obtuvieron puntuaciones altas respecto a la dificultad para realizar conductas socialmente habilidosas, lo cual supone que un adolescente con un menor repertorio de habilidades sociales corre el riesgo de desarrollar una adicción a los medios digitales. En cuanto a las variables sociodemográficas, el sexo, situación escolar del padre y la madre, y sitio donde más se utiliza internet, no presentaron diferencias significativas.

En cuanto a Karimzadeh, (2015), investigó a una muestra de 345 estudiantes, donde 142 eran chicas y 212 chicos, de pregrado de la Universidad Islámica Azad de Shahrekord, en Irán, con el fin de identificar si el reforzamiento de habilidades sociales era un factor para que se desarrollara la adicción al internet. Se evidenció que, existe una relación estadísticamente significativa e inversa, lo cual significó que a una mayor adicción a internet habrá una disminución de las habilidades sociales. Además, 294 participantes presentaron una dependencia leve hacia el internet, donde 160 eran varones y 134, mujeres, mientras que 60 estudiantes obtuvieron niveles moderados, de los cuales 52 fueron hombres y 8, chicas.

Por otro lado, autores como Torrente et al., (2014), evaluaron la relación de la adicción a internet con la ansiedad social y los problemas en las habilidades sociales en una población de 446 estudiantes, donde 22 eran chicos, y 224, chicas entre 12 y 16 años, que asistían a dos centros educativos públicos de la Provincia de Alicante, España. Dentro de los hallazgos principales, se encontró que solo 80 participantes obtuvieron una puntuación alta en la adicción a internet. Asimismo, los adolescentes que tuvieron un puntaje elevado en la adicción a internet presentaron un mayor nivel de ansiedad social, problemas en las habilidades sociales y falta de asertividad. En cuanto al sexo, edad y nivel socio económico, se evidenció que no fueron factores para que se desarrollará un uso patológico del internet.

Por último, Mejía et al., (2014), exploraron la relación entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales, donde contó con una muestra de 300 estudiantes, entre 18 y 24 años, de una universidad privada de Lima. Respecto a los resultados, se evidenció la existencia de correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre las variables, lo cual demostró que, a mayor adicción a Facebook el adolescente presentó una disminución de las habilidades sociales. Asimismo, otro hallazgo es que los hombres presentaron una tendencia con la adicción a Facebook, así como el grupo etario, siendo el de mayor prevalencia los jóvenes de 18 a 19 años.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

El objetivo del presente trabajo fue investigar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes.

Como primer hallazgo, tenemos la evidencia de una relación estadísticamente significativa e inversa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales, es decir que, a mayor uso de estas plataformas, menor será el repertorio de habilidades sociales de los adolescentes (Estrada et al., 2021; Hanımoğlu, 2019; Domínguez e Ybañez, 2016; Terroso y Argimon, 2016; Karimzadeh, 2015; Torrente et al., 2014; Mejía et al., 2014). Esto provocaría que el joven se aisle socialmente y que no ponga en práctica la interacción cara a cara, siendo algo peligroso en la etapa evolutiva de la adolescencia, ya que necesita el establecimiento de relaciones para desarrollar sus habilidades interpersonales y no convertirse en un futuro adulto con escasas habilidades y una menor capacidad de resolver problemas (Romero, et al., 2021). Asimismo, este tipo de aislamiento por pasar varias horas del día frente a un ordenador causaría que no haya un modelo real para observar las “conductas socialmente habilidosas” y por ende, saber en qué tipo de situaciones se utilizan (Esteves et al., 2020). Además, el poder de las redes sociales al brindarle al adolescente una gratificación instantánea como el recibimiento de likes por parte de otras personas ayuda a crear una situación donde el adolescente se sienta aceptado por parte de sus pares y; también, disminuye el malestar emocional que genera una interacción en persona como es la ansiedad o el miedo, esto propicia el escenario perfecto para que la persona prefiera pasar un mayor tiempo en las redes sociales, donde surge una mayor sensación de control respecto a las interacciones (Sánchez et al., 2018).

Por otro lado, se presenció que, un bajo repertorio de habilidades sociales funcionaría como una variable predictora para que se desarrolle la adicción a los medios digitales (Terroso y Argimon, 2016; Moral y Suárez, 2016). Los adolescentes que tienen problemas para interactuar con sus pares en el ámbito escolar son más propensos a desarrollar este tipo de adicción, ya que no cuentan con un soporte adecuado ni con modelos reales para imitar y replicar en la vida, dentro de la misma línea, la capacidad

que brindan las redes sociales para interactuar con otras personas utilizando información de perfil verídica o falsa genera en el adolescente un espacio de seguridad para pasar horas frente a una pantalla (Sánchez et al, 2018).

Luego, se encontraron correlaciones negativas y significativas entre las habilidades sociales y el uso adictivo de las redes (Delgado, et al., 2020; Delgado, et al., 2016) lo cual significa que, a mayor grado de habilidad social hay una menor utilización de los espacios virtuales. Aquí el rol de las habilidades sociales es crucial, debido a que estas sirven como un factor protector para el adolescente, ya que cuenta con las herramientas necesarias para lograr relaciones satisfactorias y significativas; por consiguiente, los espacios virtuales servirían para mantener estas relaciones (Cacho et al., 2019; Kilmenko, 2021). Asimismo, un manejo adecuado de estas habilidades posibilitará que el adolescente pueda desarrollar un buen ajuste social dentro de su entorno (Angelino, 2014; Muñoz, Crespi & Angrehs, 2011; como se citó en Ramos et al., 2020), teniendo como prioridad otras actividades y no pasar la mayor parte del día frente a las redes sociales. De acuerdo a la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura, el adolescente que contó con modelos para aprender por observación respecto a las conductas socialmente habilidosas, tendrá la capacidad de poder replicarlas en situaciones que lo ameriten (como se citó en Esteves et al., 2020); además, la familia y la escuela sirven como entes donde el adolescente aprenderá parte de estas conductas socialmente habilidosas a través de la observación (Estrada et al., 2021).

En cuanto al sexo y grado, se halló que estas variables sí mostraron evidencias significativas en cuanto a la adicción a internet, se evidenció que los estudiantes hombres y de grados superiores de secundaria como el sexto, séptimo y octavo, contaban con una mayor prevalencia a presentar conductas adictivas a internet (Hanımoğlu, 2019). Asimismo, la investigación de Mejía et al., 2014, indicó que los varones tenían mayor prevalencia a presentar conductas adictivas a Facebook. Sin embargo, en el estudio de Terroso y Argimon, 2016, no se encontraron diferencias significativas respecto a la variable sexo y uso desmesurado del internet.

En relación a la ansiedad social, falta de asertividad y el inadecuado manejo del estrés, fueron variables que se encontraron en los adolescentes que obtuvieron

puntuaciones altas respecto a la adicción al internet (Moral y Suárez, 2016; Torrente, et al., 2014). Una de las posibles explicaciones es que el poder interactuar a través de una pantalla proporciona seguridad y hace que disminuyan los niveles de ansiedad frente a este tipo de interacciones.

En cuanto a la utilización de los modelos descritos en la literatura del marco teórico, las investigaciones no brindaron información respecto a ello.

Respecto a las limitaciones del estudio, se presenció que, el idioma actuó como una barrera, ya que se encontró investigaciones más recientes internacionales, pero solo estaban disponibles en idiomas que no pertenecían ni al español, ni inglés. Por otro lado, no se obtuvo el acceso completo a investigaciones que tocaban la relación de la adicción con las redes virtuales y las habilidades sociales en los adolescentes, las cuales tuvieron que ser descartadas por solo contar con el abstract. Adicionalmente, no se utilizó un solo tipo de evaluación para obtener la información de la adicción a redes sociales o la adicción a internet y las habilidades sociales, lo cual conllevaría a tener una muestra diversa. Asimismo, el uso de auto informes en la investigación de Moral y Suárez del 2016, para medir las habilidades sociales, trae consigo un posible sesgo.

En lo concerniente a futuras líneas de investigación, se recomienda seguir abordando la adicción a redes sociales y su relación con las habilidades sociales de los adolescentes, ya que existen pocos estudios actuales en el contexto latinoamericano, además, la situación de pandemia causada por el COVID 19 nos ha impuesto una mayor utilización de los ordenadores y del internet, lo cual fuerza al adolescente a pasar largas horas frente a una pantalla, reduciendo drásticamente la interacción cara a cara con sus pares y pudiendo tener repercusiones negativas en sus habilidades sociales y, por ende, mostrarse en peligro de desarrollar una adicción al internet.

En cuanto a mi experiencia laboral, en el área clínica, me desempeñé en un hospital, y a partir de lo vivido recomendaría realizar programas de prevención sobre el abuso y los peligros que conlleva la utilización de las redes sociales y el internet; esto iría dirigido a los padres de los adolescentes hospitalizados y a los mismos pacientes, para poder realizar una concientización respecto a las consecuencias de un uso patológico

y los diversos efectos que conlleva, haciendo hincapié en el deterioro las habilidades sociales de los adolescentes, también, centrarse en explicar las señales de alarma a la que deben estar atentos para saber si su hijo presenta este tipo de comportamiento. Asimismo, otra sugerencia iría en torno a un programa de habilidades sociales para los adolescentes hospitalizados ya que, por la misma situación, muchos de ellos vienen de provincia por un periodo prolongado para los tratamientos, exámenes y cirugías correspondientes, lo cual hace que se dificulte la interacción con pares y pueda haber un repertorio más bajo de conductas socialmente habilidosas. Además, el reforzamiento de estas habilidades es un punto crucial, debido a que estas servirán como un factor protector para evitar que se desencadene una adicción a las redes sociales.



## CONCLUSIONES

Para terminar, se presentan las conclusiones luego de haber analizado los 10 artículos con el fin de responder el objetivo de la investigación, el cual fue identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en población adolescente.

- Se encontró la presencia de una relación estadísticamente significativa e inversa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales, lo cual indica que a mayor grado de adicción hay un menor repertorio de habilidades sociales.
- Se encontró la existencia de una relación negativa y significativa entre las habilidades sociales y el uso adictivo de las redes, es decir que, a mayor habilidad social el adolescente presenta un menor uso de los espacios virtuales, donde un repertorio adecuado de estas habilidades sirve como un factor de protección para que no se desarrolle un uso desmesurado de las redes.
- Se evidenció que los adolescentes que tienen disminuidas sus habilidades sociales presentan mayor tendencia a una adicción a las redes, siendo el bajo repertorio de habilidades sociales una variable que causa la adicción.
- Se observó que los hombres tienen una mayor tendencia a sufrir de adicción al internet y, por ende, presentar un bajo nivel de habilidad social.
- Se halló que variables complementarias como la ansiedad social, falta de asertividad y el inadecuado manejo del estrés, muestran relación con la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales de los adolescentes.

## REFERENCIAS

- Cacho, Z., Silva, M., & Yengle, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Transformación*, 15(2), 186-205. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-29552019000200186](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-29552019000200186)
- Chinyamurindi, W., Van, Z., & Cilliers, L. (2019). Social network addiction and advertising on social networks: A case study of rural students in South Africa. *South African Journal of Information Management*, 21(1), 1-7. <https://doi.org/10.4102/sajim.v21i1.1081>
- Delgado, A., Ecurra, L., Atalaya, M., Pequeña, J., Cuzcano, A., Rodríguez, R. & Álvarez, D. (2020). Las habilidades sociales y uso de redes sociales virtuales en estudiantes de quinto grado de secundaria de instituciones educativas estatales y no estatales de Lima Metropolitana. *Persona*, 23(2). [https://doi: 10.26439/persona2020.n023\(1\).483](https://doi.org/10.26439/persona2020.n023(1).483)
- Delgado, A., Ecurra, L., Atalaya, M., Pequeña-Constantin, J., Cuzcano, A., Rodríguez, R., & Álvarez, D. (2016). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Persona*, (019), 55-75. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.971>
- Domínguez, J., & Ybáñez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181 - 230. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Estrada, E., Zuloaga, M., Gallegos, N., & Uchasara, H. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Archivos Venezolanos De Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 74-80. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.4675699>
- Esteves, A., Paredes, R., Calcina, C., & Yapuchura, C. (2020). Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. *Comuni@cción*, 11(1), 16-27. <https://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>
- García del Castillo, J., García del Castillo-López, Á., Dias, P., & García-Castillo, F. (2020). Social networks as tools for the prevention and promotion of health among youth. *Psicologia, reflexão e crítica*, 33(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-020-00150-z>
- Hanimoğlu, E. (2019). The analysis of the relation among internet addiction and social skills level with logistic regression analysis in primary education second stage student. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2). <https://doi.org/10.24106/kefdergi.2559>

- Karimzadeh, N. (2015). Investigating the Relationship between Internet Addiction and Student Social skills. *Academic Journals*, 10(15), 2146-2152. [https:// doi: 10.5897/ERR2015.2338](https://doi.org/10.5897/ERR2015.2338)
- Klimenko, O., Cataño, Y. A., Otalvaro, I., & Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de envigado. *Revista Psicogente*, 24(46). <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- 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>
- La Union Internacional de Telecomunicaciones [UIT] (2021). Measuring digital development Facts and figures 2021. *ITUPUBLICATIONS*. <https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/facts/default.aspx>
- Malo, S., Martín, M., & Viñas, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*, 26(56), 101-110. <http://dx.doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Mejía Bejarano, G., Paz Guerrero, J., & Quinteros Zúñiga, D. (2014). Adicción a facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de lima. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 7(1). <https://doi.org/10.17162/rccs.v7i1.134>
- Moral, M., & Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana De Psicología y Salud*, 7(2), 69-78. <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.03.001>
- Mejía, G., Paz, J., & Quinteros, D. (2014). Adicción a facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 7(1). <https://doi.org/10.17162/rccs.v7i1.985>
- Nieves, I., & Ruiz, E. (2018). La adicción a las redes sociales en una muestra de empleados de varias organizaciones del sureste de puerto rico. *Avances En Psicología*, 26(2), 201-210. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2018.v26n2.1191>
- Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Wilson, M., Mcdonald, S., McGuinness, L., Stewart, L., Thomas, J., Tricco, A., Welch, V., Whiting, P., & Moher, D. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Sociedad Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Proyecto de Ley N.º 4275/2018-CR, Ley que regula la utilización indebida de redes sociales (2019, 03 de mayo). [https://www.leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016\\_2021/Proyectos\\_de\\_Ley\\_y\\_de\\_Resoluciones\\_Legislativas/PL0427520190503](https://www.leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Proyectos_de_Ley_y_de_Resoluciones_Legislativas/PL0427520190503)

- Ramírez, A., Suárez, P., Mejía, J., Andrade, P., Torracchi, E., & Carpio, M. (2020). Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia. *Archivos Venezolanos De Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 209-214. <https://www.proquest.com/docview/2422402946/fulltextPDF/FA3B9CFBCD414272PQ/1?accountid=45277>
- Rissoan, R. (2019). *Redes sociales: Comprender y dominar las nuevas herramientas de comunicación (Quinta. ed.)*. ENI. <https://www-eni-training-com.ezproxy.ulima.edu.pe/portal/client/mediabook/home>
- Romero-López, M., Pichardo, C., De Hoces, I., & García-Berbén, T. (2021). Problematic internet use among university students and its relationship with social skills. *Brain Sciences*, 11(10), 1301. <http://dx.doi.org/10.3390/brainsci11101301>
- Romero, J., Martínez, N., Campos, M., & Ramos, M. (2021). Influencia de la adicción a internet en el bienestar personal de los estudiantes universitarios. *Salud y Drogas*, 21(1). <https://doi.org/10.21134/haaj.v21i1.559>
- Ramos, P., Muchotrigo, J., & Bonilla, A. (2020). Conductas parentales y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria del Callao. *Propósitos y Representaciones*, 8(1), 1-19. <http://dx.doi.org.ezproxy.ulima.edu.pe/10.20511/pyr2020.v8n1.234>
- Sánchez, L., Benito, R., Serrano, A., Benavent, R., & Bueno, F. (2018). Programa de prevención del uso problemático de internet y redes sociales “Clickeando.” *Concejalía de Sanidad, Salud y Deportes*. <https://www.cendocbogani.org/es/f-pmd/2282/1/anyo-0/8/programa-de-prevencion-del-usoproblematico-de-internet-y-redes-sociales-clickeando>
- Terroso, L., & Argimon, I. (2016). Internet addiction and social skills in adolescents. *Estudos e Pesquisas Em Psicologia*, 16(1), 200-219. <https://doi.org/10.12957/epp.2016.24839>
- Torrente, E., Piqueras, A., Orgilés, M., & Espada, J. (2014). Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles. *Terapia psicológica*, 32 (3), 175-184. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000300001>
- Vicente, J., Saura, P., López, C., Martínez, A., & Alcántara, M. (2019). Adicción al móvil e internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras. *Escritos de Psicología*, 12(2), 103-112. <https://dx.doi.org/10.24310/epsiescpsi.v12i2.10065>