



**Revista EDUCATECONCIENCIA.**

**Volumen 16, No. 17.**

**ISSN: 2007-6347**

**Periodo: Octubre-Diciembre 2017**

**Tepic, Nayarit. México**

**Pp. 150-162**

**DOI: [https://doi.org/ 10.58299/edu.v16i17.129](https://doi.org/10.58299/edu.v16i17.129)**

**Recibido: 09 de Septiembre**

**Aprobado: 21 de Noviembre**

**Relación entre la adicción a Internet y redes sociales en estudiantes  
universitarios del Área Ciencias de la Salud**

**Relationship between Internet and social networks addiction in university  
students of the Health Sciences Area**

**Autores**

**Alejandro Ruiz Bernés**

Universidad Autónoma de Nayarit

[abernes@uan.edu.mx](mailto:abernes@uan.edu.mx)

**Salvador Ruiz Bernés**

Universidad Autónoma de Nayarit

[salvador@uan.edu.mx](mailto:salvador@uan.edu.mx)

## **Relación entre la adicción a Internet y redes sociales en estudiantes universitarios del Área Ciencias de la Salud**

### **Relationship between Internet and social networks addiction in university students of the Health Sciences Area**

#### **Autores**

**Alejandro Ruiz Bernés**

Universidad Autónoma de Nayarit  
abernes@uan.edu.mx

**Salvador Ruiz Bernés**

Universidad Autónoma de Nayarit  
salvador@uan.edu.mx

#### **Resumen**

El acceso excesivo a Internet sin finalidad productiva estimula el ocio, siendo atractivas las Redes Sociales generadoras de efectos negativos por uso inadecuado e inconsciente. El objetivo es caracterizar la relación entre la adicción a Internet y redes sociales en estudiantes universitarios del Área de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Nayarit. Se aplicaron escalas de Adicción a Internet y a redes sociales. El estudio es no experimental, transversal descriptivo. La muestra fue no probabilística de tipo homogénea conformada por 173 participantes de diferentes carreras. Se realizó la prueba del coeficiente de correlación de Pearson resultando una significancia de  $p \leq 0.0001$ . Se concluye que a mayor acceso a Internet mayor tendencia a utilizar las redes sociales adictivamente.

**Palabras clave:** Adicción, Internet, Redes Sociales, estudiantes universitarios, Ciencias de la Salud.

#### **Abstract**

Excessive access to the Internet without a productive purpose stimulates leisure, being attractive Social Networks generators of negative effects for inappropriate and unconscious use. The objective is to characterize the relationship between Internet addiction and social networks in university students of the Health Sciences Area of the Autonomous University of Nayarit. Internet and social networks addiction scales were applied. The study is non-experimental, transverse descriptive. A non-probabilistic and homogeneous group was conformed by 173 participants of different careers. The Pearson correlation coefficient test was performed, resulting in a significance of  $p \leq 0.0001$ . It is concluded that a more access to the Internet, more is the tendency to use social networks addictively.

**Keywords:** Addiction, Internet, Social Networks, university students, Health Sciences.

### **Introducción**

La historia de los sitios de redes sociales (SRS) se remonta a 1997, cuando surgieron los primeros Seis Grados de los SRS como resultado de la idea de que los individuos están vinculados a través de grados de separación (Boyd & Ellison, 2008), y se concibe como "el pequeño problema mundial" en que la sociedad se considera cada vez más interconectada (Travers & Milgram, 1967). En 2004, Facebook se puso en marcha como una comunidad en línea para los estudiantes de la Universidad de Harvard y se ha convertido en el SRS más popular del mundo (Kuss & Griffiths, 2011). En agosto de 2017, había 2.5 billones de usuarios de redes sociales en todo el mundo (Statista, 2017c). En el mismo año, el 26,6% de la población mundial utilizó Facebook (Statista, 2017b). En 2015, el promedio de los usuarios de redes sociales pasó a 1,7 horas por día en los medios de comunicación social en Estados Unidos y 1,5 horas en el Reino Unido, mientras que los usuarios de redes sociales en Filipinas tenían el mayor uso diario de 3,7 horas (Statista, 2017a). Esto sugiere que el uso de los medios sociales se ha convertido en una actividad adictivamente importante para muchos, permitiendo a los individuos conectarse entre sí en línea independientemente de las limitaciones de tiempo y espacio.

Internet es una herramienta cotidiana que se utiliza para buscar información o mantenerse conectado con personas de todo el mundo. La creciente accesibilidad basada en el avance de la tecnología y la distribución de teléfonos inteligentes aumentan la popularidad de los SRS (Wu, Cheung, Ku & Hung, 2013). Sin embargo, además del uso funcional de Internet hay un número creciente de personas que experimentan consecuencias negativas debido al uso excesivo e inconsciente de los SRS. En consecuencia, existe un creciente interés por este fenómeno, frecuentemente denominado adicción a Internet (Pawlikowski, Altstötter-Gleich & Brand, 2013; Widyanto & McMurrin, 2004).

El uso de los SRS puede convertirse en adictivo, especialmente entre los jóvenes. Aunque no se reconoce formalmente como un diagnóstico clínico, la adicción a los SRS incorpora la experiencia de síntomas de adicción "clásicos" similares a la adicción química

(Andreassen, 2015; Griffiths, Kuss & Demetrovics, 2014; Kuss & Griffiths, 2011). Los síntomas de adicción incluyen: descuidar la vida personal / laboral, preocupación, alteración del estado de ánimo, abstinencia, incapacidad para reducir y recaída. Sin embargo, un uso excesivo de los SRS por sí mismo no necesariamente equivale a la adicción. Los estudios han demostrado que cerca del 12% de los adultos de los Estados Unidos eran adictos a Facebook, 24 a 35% de estudiantes universitarios chinos serían clasificados como adictos a los SRS, y una tarifa baja de 1.6% de adicción a Facebook fue encontrada entre estudiantes de pregrado Nigerianos (Andreassen, 2015; Kuss & Griffiths, 2011). No hubo hallazgos concluyentes que confirmen mayores tasas de adicción a los SRS entre las mujeres más que los hombres.

La adicción a Internet, o el uso problemático de Internet, se caracteriza por preocupaciones excesivas o mal controladas, impulsos o comportamientos relacionados con el uso de Internet que conducen a un deterioro o angustia (K. Young, 2009; K. S. Young, 1998). Hay una escasez en la evaluación del estudio entre la relación de la adicción a los SRS y la adicción a Internet. Un estudio preliminar sugirió que el uso de Facebook puede contribuir a la severidad de los síntomas asociados con la adicción a Internet (Kittinger, Correia & Irons, 2012). La adicción a Internet, de manera general, también tiende a ocurrir con otras adicciones como el consumo de sustancias, el juego, comer en exceso y el comportamiento excesivamente sedentario (Kuss & Griffiths, 2011). Un estudio encontró que el 61% de los participantes ocurrieron en al menos uno y el 31% ocurrieron en dos o más comportamientos problemáticos de comer en exceso y uso excesivo de Internet (Malat, Collins, Dhayanandhan, Carullo & Turner, 2010). Actualmente, todavía no hay datos publicados sobre la ocurrencia entre la adicción a los SRS y otras adicciones conductuales. Dado que el uso de los SRS toma una gran cantidad de tiempo disponible, sólo ocurriría con otra adicción conductual que también tiene una salida a través de los SRS. De hecho, los SRS hoy en día se han vuelto más diversificados, y algunos sitios también pueden ser utilizados para juegos, juegos de azar, así como compras en línea. Es plausible que los adictos a los SRS puedan desarrollar adicción con diversas actividades que están disponibles en estos sitios. Además, ya existen evidencias empíricas que documentaron la

asociación entre el uso de los SRS y el trastorno afectivo, incluyendo la depresión y la ansiedad tanto en países occidentales como asiáticos (Andreassen, 2015; Kuss & Griffiths, 2011; Rosen, Whaling, Rab, Carrier & Cheever, 2013; Ryan, Chester, Reece & Xenos, 2014). Por lo tanto, se argumenta que los adictos a los SRS están en alto riesgo de experimentar síntomas negativos de salud mental.

El objetivo de este estudio es caracterizar la relación entre la adicción a Internet y redes sociales en estudiantes universitarios del Área de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Nayarit.

### **Revisión bibliográfica (marco teórico)**

Las redes sociales virtuales son ejemplos de lo que se conoce como Web 2.0. En la Web 1.0 los editores de páginas digitales generaban los contenidos que iban a ser utilizados por los usuarios. En la Web 2.0 los usuarios generan los contenidos que van a ser utilizados por el resto de usuarios.

Los SRS han ido experimentando un crecimiento significativo en la última década, ramificándose y especializándose cada vez más. El mayor crecimiento se desarrolla en las redes sociales de tipo generalistas y dirigidos al ocio, que potencialmente serían las más proclives a un proceso de adicción (Espinar-Ruiz & González-Río, 2009). Se pueden determinar tres patrones de actividades que las personas pueden realizar en este tipo de páginas web (Boyd & Ellison, 2008):

- Construir un perfil eligiendo el grado de apertura de la información (más o menos público de cara al resto de las personas de la web o usuarios).
- Articular una red de contactos con los que compartir dicha información.
- Ver y navegar a través de los perfiles dentro del sistema viendo las conexiones entre los usuarios.

Indudablemente nos encontramos ante un fenómeno relativamente reciente en cuanto a temporalidad, aunque el crecimiento haya sido alto. Quizás por este motivo no podamos aún determinar hasta qué punto estaríamos ante una potencial adicción. En una reciente revisión de Kuss y Griffiths (2011) sobre los SRS y su posible adicción, hay que destacar que la evidencia empírica sobre las cualidades adictivas de estos sistemas virtuales es escasa. Mantenerse activos y permanecer conectados a los SRS aumenta las oportunidades académicas y profesionales, además de convertirse en un factor potente de atracción, lo que podría explicar, en parte, el uso excesivo.

Cabe pensar que los SRS son potencialmente adictivos principalmente para la población más joven, por ello es importante tener en cuenta que las terapias dirigidas a las personas con adicción a los SRS deberán contemplar fundamentalmente (Echeburúa & De Corral, 2010):

- El control de la conducta como objetivo principal desde un punto de vista cognitivo conductual (uso controlado).
- Exposición gradual.
- Programa de prevención de recaídas.

Las características de personalidad que se han estudiado respecto de los usuarios de los SRS, las podemos sintetizar de la siguiente manera:

- Personas narcisistas (Barbera, Paglia & Valsavoia, 2009).
- Sentimiento de soledad y aburrimiento (Zhou & Leung, 2012).
- Extraversión, neuroticismo y apertura a la experiencia están asociados positivamente con la frecuencia de uso (Correa, Hinsley & De Zuniga, 2010).
- Alto grado de extraversión junto con un bajo grado de responsabilidad (K. Wilson, Fornasier & White, 2010).
- Los extrovertidos usan los SRS para mejorar sus relaciones sociales. Los introvertidos los utilizan para compensar sus relaciones sociales. Ambas

dimensiones parecen estar asociadas con un uso elevado (Kuss & Griffiths, 2011).

En la actualidad estamos viviendo el auge de los SRS, cuestión de la que se está haciendo eco mediante investigación con el fin de valorar hasta qué punto estamos entrando en nuevas adicciones tecnológicas. Gran parte de las investigaciones se centran en Facebook como una red social de uso mayoritario (Kittinger et al., 2012; Rosen et al., 2013; Sherman, 2011; R. E. Wilson, Gosling & Graham, 2012) y desarrollándose nuevos instrumentos de medida específicos para esta red (Andreassen, Torsheim, Brunborg & Pallesen, 2012; Griffiths, 2012), aunque no están exentos de críticas.

Según un estudio realizado por Lam, Peng, Mai y Jing (2009), quienes señalan cómo al ir aumentando la presencia de Internet, así como de todas sus herramientas, en el devenir diario de los sujetos, ha ido provocando nuevas adicciones, siendo los videojuegos y las redes sociales los que más adictos están generando.

Es muy importante investigar sobre si las actividades de los estudiantes universitarios en las redes sociales provocan que estos sean adictos a ellas. Pero ¿qué hace que las redes sociales puedan generar situaciones de adicción entre los jóvenes? ¿por qué provocan que los jóvenes de hoy deseen pertenecer a una de ellas? ¿por qué emplean un gran número de horas de su tiempo en ellas? Si atendemos las características que Campos (2008) aportaba como rasgos definitorios de estas, “concepto de comunidad, a través de la creación de redes de usuarios que interactúan, dialogan, aportan comunicación y conocimiento; tecnología flexible y ancho de banda necesario para el intercambio de información y estándares web de aplicación libre; y una arquitectura modular que favorece la creación de aplicaciones complejas de forma más rápida, a un menor coste”, podemos considerar que son un servicio online en el cual se produce una comunicación social y donde, a través de las relaciones, se comparte información personal (Tiryakioglu & Erzurum, 2011). Por otra parte ¿por qué centrarnos en este colectivo?, la razón es muy sencilla, en la actualidad la presencia de los jóvenes, que actualmente realizan estudios universitarios a través de redes sociales académicas o no, es cada vez mayor, tal y como

refleja el estudio realizado por EDUCAUSE, en el cuál se señalaba como el 90% de los universitarios estadounidenses participaba en alguna red social (Dahlstrom, Grunwald, de Boor & Vockley, 2011). O en el caso de España, donde el 73.84% de los alumnos que cursaban enseñanza superior prefieren las redes sociales para la docencia universitaria (Túñez López & Sixto García, 2012). Por otra parte, son significativos los datos recogidos en el estudio realizado por Bernal Bravo y Angulo Rasco (2013), en el cual se refleja que el inicio de los jóvenes en las redes sociales es más temprano, situando la media de edad en 12 años, aspecto inquietante y que provoca que nos planteemos hasta dónde llega la dependencia de los jóvenes por este medio.

### **Metodología**

Las variables de esta investigación fueron de caracterización de la muestra (sexo, edad y programa académico) y de estudio (AI y ARS). La recolección de datos se realizó con base a la escala de AI de Kimberly Young conformada por 20 ítems con 5 categorías de respuesta y tres grados de adicción (normal, problemas ocasionales y problemas significativos); la escala de adicción a redes sociales estaba conformada por 20 ítems con 4 categorías de respuesta y cuatro grados de adicción (normal, adicción a redes incipiente, adicción media y adicción severa), la escala se construyó con propiedades del síndrome depresivo. El estudio es de enfoque cuantitativo, no experimental, transversal descriptivo. La muestra fue no probabilística de tipo homogénea conformada por 173 participantes de los programas académicos de Químico Farmacobiólogo (n=60), Nutrición (n=34) y Medicina (n=79). El análisis de los datos se hizo con el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS por sus siglas en inglés) versión 23.0, y el análisis de los resultados fue sobre las puntuaciones alcanzadas en las escalas para representarlas mediante estadística descriptiva con distribuciones de frecuencias y porcentajes. Se realizó la prueba del coeficiente de correlación de Pearson para determinar la significancia y el coeficiente de determinación para establecer la fuerza de asociación entre las variables.



## Resultados y Conclusiones

Cuadro 1. Características de los participantes, fuerza de asociación y significancia entre Adicción a Internet (AI) y Adicción a Redes Sociales (ARS).

Caracterización de los participantes	Frec.	%	$r^2$	$P$
<b>Sexo</b>				
Femenino	102	59.00	0.258	0.0001*
Masculino	71	41.00	0.410	0.0001*
<b>Programa Académico</b>				
Químico Farmacobiólogo	60	34.70	0.458	0.0001*
Nutrición	34	19.70	0.136	0.0320**
Medicina	79	45.70	0.244	0.0001*
Total	173	100.00	0.311	0.0001*

*Coefficiente de correlación de Pearson presentado por coeficiente de determinación*

*\*significativa con una  $p \leq 0.0001$ , \*\*significativa con una  $p \leq 0.05$ .*

Kittinger et al. (2012) ya habían señalado la necesidad de analizar la fuerza de asociación de las variables de AI y ARS, dado que al cumplir la facilidad de acceso a Internet estimulaba a los jóvenes a adherirse a redes sociales, pero más allá que esto, diferenciar en que grupos se presentaba con mayor intensidad tal como se observa en el Cuadro 1.

Los señalamientos de Andreassen (2015), Kuss y Griffiths (2011) sobre la similitud de percepción de la ARS fueron certeros tras analizar los resultados, dado que efectivamente existe una fuerza de asociación entre las variables AI y ARS totalmente diferente entre los sexos femenino y masculino.

Se observa que en el Cuadro 1 ambos sexos presentan una significancia muy elevada ( $p \leq 0.0001$ ) pero existe un mayor coeficiente de determinación en los hombres ( $r^2 = 0.410$ ). Con relación al análisis por Programas Académicos, es notoria la significancia, pero llama la atención como el programa de Nutrición disminuye esta relación entre variables ( $r^2 = 0.136$ ), y al contrario el programa de Químico Farmacobiólogo muestra una fuerte asociación ( $r^2 = 0.458$ ). Probablemente existen otros factores en las instalaciones o formación de la carrera que generen interés a acceder o no acceder con frecuencia a Internet y posteriormente a las redes sociales.

Cuadro 2. Fuerza de asociación y significancia entre AI y ARS por estratos de edad.

Variables	Frec.	%	$r^2$	$p$
<b>Edad</b>				
18	41	23.70	0.505	0.0001*
19	69	39.90	0.574	0.0001*
20	34	19.70	0.055	0.1810
21	29	16.80	0.093	0.1060
<b>Edad por sexo femenino</b>				
18	25	24.50	0.351	0.0020**
19	40	39.20	0.574	0.0001*
20	23	22.50	0.098	0.1450
21	14	13.70	0.038	0.4990
<b>Edad por sexo masculino</b>				
18	16	22.50	0.698	0.0001*
19	29	40.80	0.609	0.0001*
20	11	15.50	0.009	0.7720
21	15	21.10	0.305	0.0330**

*Coefficiente de correlación de Pearson presentado por coeficiente de determinación*

*\*significativa con una  $p \leq 0.0001$ , \*\*significativa con una  $p \leq 0.05$*

Se puede ver en el Cuadro 2 que existe un mayor coeficiente de determinación en los estudiantes de ambos sexos de 18 años ( $r^2=0.505$ ) y los de 19 años ( $r^2=0.574$ ) con fuerte asociación a la AI y la ARS, así como además presentan una significancia muy elevada ( $p \leq 0.0001$ ), pero se aprecia también un descenso significativo en el coeficiente de determinación de las edades en los estudiantes de 20 años ( $r^2=0.055$ ) y de 21 años ( $r^2=0.093$ ).

En el caso del sexo femenino el coeficiente de determinación es mayor para las edades de 18 años ( $r^2=0.351$ ) y 19 años ( $r^2=0.574$ ), mostrando una mayor AI y ARS, se puede observar que existe un incremento significativo en el coeficiente de determinación para el sexo femenino en la AI y ARS de los 18 años a los 19 años. De manera similar para el caso del sexo masculino, se tiene un coeficiente de determinación para los estudiantes de 18 años ( $r^2=0.698$ ) y los de 19 años ( $r^2=0.609$ ) de AI y ARS. Y se aprecia un incremento en el coeficiente de determinación para los estudiantes del sexo masculino de 21 años ( $r^2=0.305$ ).

Por lo que se puede apreciar claramente que existe una fuerte asociación de AI y ARS en los estudiantes de sexo masculino en las edades de 18 y 19 años, como lo confirma en su estudio Echevorúa y De Corral (2010) diciendo que existe la población más joven es potencialmente más adictiva a Internet y a los SRS.

Además, es posible comprobar que existe una mayor AI y ARS por parte del sexo masculino que por parte del sexo femenino, contrario al señalamiento que hacía Andreassen (2015) y Kuss y Griffiths (2011) en su estudio en el que indicaba que no había hallazgos concluyentes que confirmaran mayores tasas de adicción a los SRS entre las mujeres más que en los hombres.

Finalmente, para este estudio, se concluye que, a mayor acceso a Internet sin una intención productiva, se prevé un mayor riesgo a generar una AI y ARS.

## Referencias

- Andreassen, C. S. (2015). Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184. doi:10.1007/s40429-015-0056-9
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S. & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological reports*, 110(2), 501-517.
- Barbera, L., Paglia, L. & Valsavoia, R. (2009). Social network and addiction. *Stud Health Technol Inform*, 144, 33-36.
- Bernal Bravo, C. & Angulo Rasco, F. (2013). Interacciones de los jóvenes andaluces en las redes sociales. *Comunicar*, 20(40).
- Boyd, D. M. & Ellison, N. B. (2008). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Campos Freire, F. (2008). Las redes sociales trastocan los modelos de los medios de comunicación tradicionales. *Revista Latina de comunicación social*, 11(63).
- Correa, T., Hinsley, A. W. & De Zuniga, H. G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in Human Behavior*, 26(2), 247-253.
- Dahlstrom, E., Grunwald, P., de Boor, T. & Vockley, M. (2011). ECAR National study of students and information technology in higher education, 2011. *EDUCUASE Center for Applied Research*.
- Echeburúa, E. & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2).
- Espinar-Ruiz, E. & González-Río, M.-J. (2009). Jóvenes en las redes sociales virtuales: un análisis exploratorio de las diferencias de género. doi:10.14198/fem.2009.14.06
- Griffiths, M. D. (2012). Facebook addiction: concerns, criticism, and recommendations—a response to Andreassen and colleagues. *Psychological reports*, 110(2), 518-520.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. & Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview of preliminary findings. *Behavioral addictions: Criteria, evidence and treatment*, 119-141.
- Kittinger, R., Correia, C. J. & Irons, J. G. (2012). Relationship Between Facebook Use and Problematic Internet Use Among College Students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(6), 324-327. doi:10.1089/cyber.2010.0410
- 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.
- Lam, L. T., Peng, Z.-w., Mai, J.-c. & Jing, J. (2009). Factors associated with Internet addiction among adolescents. *Cyberpsychology & behavior*, 12(5), 551-555.
- Malat, J., Collins, J., Dhayanandhan, B., Carullo, F. & Turner, N. E. (2010). Addictive behaviors in comorbid addiction and mental illness: Preliminary results from a self-report questionnaire. *Journal of addiction medicine*, 4(1), 38-46.
- Pawlikowski, M., Altstötter-Gleich, C. & Brand, M. (2013). Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1212-1223.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M. & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating “iDisorders”? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders

- and technology use, attitudes and anxiety. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243-1254. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.012>
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J. & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of behavioral addictions*, 3(3), 133-148. doi:10.1556/jba.3.2014.016
- Sherman, E. (2011). Facebook addiction: factors influencing an individual's addiction.
- Statista. (2017a). Average numbers of hours per day spent by social media users on all social media channels as of 4th quarter 2015, by country. Retrieved from <https://www.statista.com/statistics/270229/usageduration-of-social-networks-by-country/>
- Statista. (2017b). Most famous social network sites worldwide as of August 2017, ranked by number of active users (in millions). Retrieved from <https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>
- Statista. (2017c). Social media usage worldwide. Retrieved from <https://www.statista.com/study/12393/social-networks-statista-dossier/>
- Tiryakioglu, F. & Erzurum, F. (2011). Use of social networks as an education tool. *Contemporary Educational Technology*, 2(2).
- Travers, J. & Milgram, S. (1967). The small world problem. *Psychology Today*, 1, 61-67.
- Túñez López, M. & Sixto García, J. (2012). Las redes sociales como entorno docente: análisis del uso de Facebook en la docencia universitaria. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*(41).
- Widyanto, L. & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & behavior*, 7(4), 443-450.
- Wilson, K., Fornasier, S. & White, K. M. (2010). Psychological Predictors of Young Adults' Use of Social Networking Sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(2), 173-177. doi:10.1089/cyber.2009.0094
- Wilson, R. E., Gosling, S. D. & Graham, L. T. (2012). A Review of Facebook Research in the Social Sciences. *Perspectives on Psychological Science*, 7(3), 203-220. doi:10.1177/1745691612442904
- Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L. & Hung, E. P. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of behavioral addictions*, 2(3), 160-166.
- Young, K. (2009). Facebook Addiction Disorder. *The Center for Online Addiction: Bradford, PA, USA*.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction-- and a winning strategy for recovery*: John Wiley & Sons.
- Zhou, S. X. & Leung, L. (2012). Gratification, loneliness, leisure boredom, and self-esteem as predictors of SNS-game addiction and usage pattern among Chinese college students. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning (IJCBL)*, 2(4), 34-48.