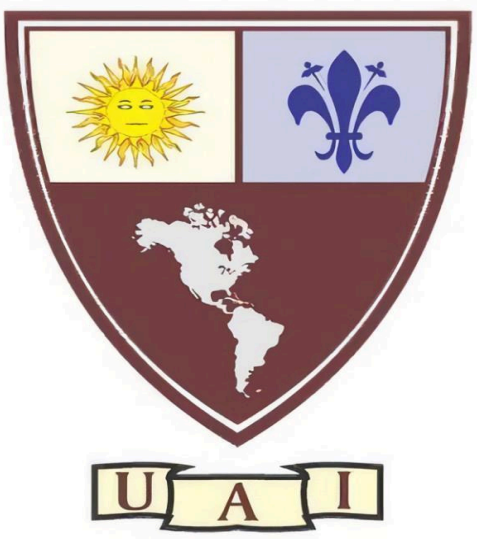


UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

LICENCIATURA DE PSICOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

Adicción a Redes Sociales e Impulsividad en Adultos residentes en el AMBA.

Alumna: Stefania Andrea Farina.

Legajo: B00060688-P1.

Mail de contacto: Stefania.a.farina@gmail.com

Tutor/es: María Carolina de Grandis.

Índice

Resumen…….….3

Introducción……6

Metodología……12

Análisis de datos……14

Resultados…...……...16

Discusión…...……....30

Conclusión……..34

Referencias……..38

Anexos……..…..42

Resumen

Actualmente, las redes sociales se convirtieron en una parte central de la vida de las personas, otorgando la comunicación y la posibilidad de compartir intereses en común. Sin embargo, usar de manera excesiva estas plataformas puede afectar negativamente la salud mental y el bienestar, llevando a situaciones de adicción. En este contexto, la impulsividad se correlaciona de manera significativa con los comportamientos adictivos. Contemplando este marco, el objetivo principal de la siguiente investigación, fue centrar el análisis y la investigación en la población adulta ya que, por más que los jóvenes suelen verse cómo los usuarios más frecuentes y visibles en este aspecto, los adultos también muestran respectivas conductas.

En coherencia con ello, está investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la impulsividad en adultos residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Utilizando un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 176 participantes, de entre 18 y 70 años, de ambos géneros. Se aplicaron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), la Escala de Impulsividad UPPS-P y un cuestionario sociodemográfico.

Los resultados mostraron correlaciones positivas y significativas entre las tres dimensiones de la adicción a redes, lo que refleja la coherencia interna del constructo. No obstante, se observaron correlaciones negativas entre las dimensiones de impulsividad y las de adicción a redes sociales, indicando que los individuos con menor control cognitivo y emocional tienden a presentar un uso más problemático de las redes. La dimensión Búsqueda de sensaciones no mostró asociaciones significativas con la adicción, sugiriendo que el uso excesivo de redes estaría más relacionado con la regulación emocional que con la búsqueda

de estímulos novedosos. Los hallazgos aportan evidencia sobre el papel de los factores impulsivos en el uso problemático de redes sociales, remarcando la importancia de promover estrategias de prevención y psicoeducación para un uso más sano.

Palabras claves: adicción a redes sociales, impulsividad, adultos, Buenos Aires.

Abstract

Currently, social media has become a central part of people's lives, providing communication and the opportunity to share common interests. However, excessive use of these platforms can negatively impact mental health and well-being, leading to addictive behaviors. In this context, impulsivity is significantly correlated with addictive behaviors. Within this framework, my objective was to focus the analysis and research on the adult population since, although young people are often the most frequent and visible users in this regard, adults also display similar behaviors.

Given this issue, the aim of this study was to analyze the relationship between social media addiction and impulsivity in adults residing in the Metropolitan Area of Buenos Aires (AMBA). A quantitative approach was used, with a non-experimental and cross-sectional design. The sample consisted of 176 participants, aged between 18 and 70 years, of both genders. The Social Media Addiction Questionnaire (ARS), the UPPS-P Impulsivity Scale, and a sociodemographic questionnaire were administered.

The results indicated positive and significant correlations among the three dimensions of social media addiction, reflecting the internal consistency of the construct. Additionally, negative correlations were found between the dimensions of impulsivity and social media addiction, suggesting that individuals with lower cognitive and emotional control tend to

exhibit more problematic social media use. The Sensation Seeking dimension showed no significant association with addiction, suggesting that excessive social media use may be more related to emotional regulation than to the pursuit of novel stimuli. The findings provide evidence on the role of impulsive factors in problematic social media use, highlighting the importance of promoting prevention and psychoeducational strategies to encourage healthier use.

Keywords**:** Social media addiction, impulsivity, adults, Buenos Aires

Introducción

El uso de redes sociales en la actualidad es significativo en la vida cotidiana de las personas. Las plataformas virtuales facilitan tanto la comunicación como la manera en que nos informamos. Es mucho más que una tecnología, es un medio de comunicación y de interacción y de organización social (Castells 2001).

Desde una perspectiva histórica, el estudio de las redes sociales surge a mediados del siglo XX, cuando diversos antropólogos comenzaron a analizar las conexiones entre individuos dentro de estructuras sociales más amplias (Kadushin, 2013). En esta misma línea, Nadel (1957) y Barnes (1971) definen la red como un conjunto de personas donde se relacionan y conectan personas de diferentes sociedades.

Décadas más tarde, con el surgimiento de internet, Boyd y Ellison (2007) definen a los sitios de redes sociales como servicios en línea que permiten a las personas: (1) crear un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, (2) hacer una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, y (3) ver y recorrer sus listas de conexiones y las realizadas por otros dentro del sistema. La naturaleza y la terminología de estas conexiones pueden variar de un sitio a otro. A su vez, Herrera (2012) las redes sociales se centran en actividades específicas como por ejemplo el deporte, cine u otros intereses. Esto es importante, ya que los individuos tienden a pertenecer a un grupo según intereses semejantes a los de ellos. Asimismo, consideran que las redes sociales son populares porque permiten que las personas se comuniquen de manera pública o privada sin dificultad.

Sin embargo, el uso intensivo y constante de estas plataformas ha suscitado preocupación en el ámbito científico, al observarse comportamientos que pueden derivar en un uso problemático o adictivo. La adicción comportamental se ha definido como un trastorno del control de los impulsos que comparte características con las adicciones químicas

(Brugal et al., 2006). Echeburúa y Corral (2010) destacan que la adicción a internet implica la pérdida de control sobre el tiempo de conexión y la aparición de consecuencias negativas en la vida cotidiana, reflejando síntomas similares a los observados en otras formas de dependencia. En esta línea, Villavicencio et al. (2019) amplían el concepto al señalar que la adicción a internet no se limita al uso excesivo de redes sociales, sino que también incluye otras actividades en línea, como los videojuegos, las compras o la navegación compulsiva.

La adicción comportamental es descrita como un trastorno en el control de los impulsos, lo que incluye la adicción a internet (Brugal et al., 2006). En este sentido, Echeburúa y Corral (2010) destacan que la adicción a internet, alude a la pérdida de control y el uso dañino de este avance tecnológico, destacando una sintomatología semejante presente en otro tipo de adicciones.

Por otro lado, la adicción a internet no solamente abarca el uso excesivo de redes sociales, sino que también otras actividades online (Villavicencio et al., 2019).

De manera complementaria, la impulsividad es uno de los factores predictores a las adicciones (Belin et al., 2008). Dalley et al. (2011) plantean que la conducta impulsiva es una manera sin provisión de actuar, además, se asocia estrechamente a las adicciones comportamentales como el consumo de drogas.

Asimismo, la impulsividad se caracteriza por la toma de decisiones o la manera de actuar de manera precipitada. Se basa en la manera de actuar de manera precipitada a través de los impulsos, sin tener en cuenta las consecuencias que conlleva dicha acción y por la presencia de comportamientos no regulados de forma automática no deliberada, e inconsciencia sobre la acción y sus efectos (Lassiter, 2009; Madden & Bickel, 2010).

Según la investigación de Dashcam et al., (2022) se encontró que la conducta impulsiva peligrosa puede generar tendencias adictivas. Este resultado evidencia la importancia de la impulsividad como un factor facilitador en el desarrollo de adicciones. Desde una perspectiva neurofisiológica Tereshchenko (2023) verifica, a partir de numerosos estudios que la adicción a internet guarda relación con ciertas características estructurales y funcionales del cerebro, estrechamente vinculada con una marcada dificultad en el control inhibitorio. Este aumento de la impulsividad se considera un elemento fundamental en el comportamiento adictivo.

Guo et al. (2022) demostraron que la impulsividad motora funciona como un mediador entre el uso excesivo de redes sociales y de smartphones, favoreciendo recaídas, síntomas de abstinencia y conflictos. De modo similar, Pan et al. (2024) confirmaron que un mayor tiempo de permanencia en plataformas como Instagram y X se asocia con decisiones impulsivas al preferir recompensas inmediatas frente a recompensas demoradas, a su vez el metaanálisis de Dezhkam et al. (2022) refuerza esta asociación concluyendo que la impulsividad actúa como un factor transdiagnóstico en diferentes adicciones, tanto químicas como comportamentales.

Por otra parte, Zhao et al. (2022), identificaron factores de riesgo vinculados con la adicción a redes sociales, destacando la impulsividad, la autoestima, las emociones y sesgos atencionales, los cuales fueron evaluados mediante instrumentos de autoreportes, a través de cuestionarios estandarizados que midieron tanto la adicción a las redes sociales como los constructos psicológicos asociados, sin utilizar medidas conductuales o experimentales directas. En coherencia con ello, Guzmán et al. (2023) indicaron que las personas que son capaces de controlar sus impulsos tienden a disminuir el uso excesivo a plataformas virtuales, mientras que la falta de autorregulación aumenta el riesgo de la adicción. Desde una mirada

complementaria Yang (2023), confirmó que los individuos con menor autocontrol son más propensos a desarrollar dependencia a redes sociales, especialmente en aplicaciones de alta estimulación como Tik Tok.

No obstante, no todos los autores coinciden en esta relación directa, Piko et al. (2024) encontraron que la búsqueda de sensaciones —una de las dimensiones de la impulsividad— no predice de manera significativa la adicción a redes sociales en jóvenes adultos. En cambio, variables como la baja autoestima y la falta de consciencia se muestran como factores más relevantes, sugiriendo que no todas las dimensiones de la impulsividad tienen el mismo impacto en el uso problemático de estas plataformas.

En cuanto al género, los hallazgos son heterogéneos. Zhao et al. (2022) encontraron un mayor predominio de adicción en mujeres, relacionada a la búsqueda de interacción segura y a la regulación emocional, mientras que Guzmán Brand y Gélvez García (2023) observaron que la necesidad de interacción social femenina incrementa la vulnerabilidad. Sin embargo, otros estudios como los de Álvarez Haro y Cueva Rubio (2024) y Días y del Castillo (2020) mostraron mayor dependencia e impulsividad en varones, lo que refleja que la relación entre género y adicción depende de factores contextuales y culturales. En esta misma línea, Ramos (2023) tampoco halló diferencias significativas en la preferencia de plataformas, aunque sí en los patrones de uso: los hombres reportaron mayor cantidad de horas de conexión, mientras que las mujeres usaban las redes con más frecuencia diaria. Complementariamente, Hernández Camblor y Moral Jiménez (2024) señalaron que no existen diferencias marcadas de género, aunque sí intergeneracionales, ya que los jóvenes de la generación Z mostraron un uso más acentuado que los de la generación Y.

En síntesis, el conjunto de investigaciones revisadas permite sostener que la impulsividad constituye un factor relevante en la comprensión de las adicciones a redes

sociales. Estas plataformas virtuales, al ofrecer recompensas inmediatas y estímulos constantes, incrementan los mecanismos impulsivos y comprometen el autocontrol, afectando la salud mental y el bienestar emocional de los usuarios. En consecuencia, resulta necesario promover estrategias de prevención que fomenten un uso saludable y autorregulado de las redes sociales. A partir de los datos obtenidos de dicha investigación podrían ser de manera útil para programas educativos, la psicoeducación, informando estrategias de prevención y dar a conocer un uso más saludable a redes sociales reduciendo el uso excesivo y poder utilizar dichas plataformas de forma equilibrada y saludable.

A partir de esta revisión, se plantea la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo se relaciona la adicción a redes y la impulsividad en adultos residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires? Para responder se plantearon los siguientes objetivos específicos:

1) Evaluar el nivel de adicción a las redes sociales y las distintas dimensiones de la impulsividad en adultos. 2) Relacionar los tipos de impulsividad y los tipos de adicción a las redes sociales

3) Comparar las diferencias en los niveles de adicción a las redes sociales y en las dimensiones de impulsividad según variables sociodemográficas como género, edad y otras características relevantes.

4) Analizar cuál es la red social más utilizada por los usuarios y cómo varía su preferencia según el género.

En concordancia, la hipótesis H1 de trabajo será que: Existe una relación positiva entre la adicción a las redes sociales y niveles más altos de impulsividad en Adultos. Es decir, a mayor adicción a redes sociales, mayor impulsividad en los individuos. Por otro lado, la hipótesis nula será: No existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales e

impulsividad en Adultos. Mientras que las hipótesis alternativas serán H2) Existe una asociación significativa entre las dimensiones de impulsividad y los factores de adicción a las redes sociales. H3) Existen diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales y en las dimensiones de impulsividad según variables sociodemográficas (género, edad, etc.). H4) La preferencia por las redes sociales varía según el género; se espera que los hombres utilicen más Instagram mientras que las mujeres utilicen más Tiktok.

Metodología

Diseño

Se realizó una investigación de tipo no experimental con enfoque cuantitativo, No experimental de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal, (Sampieri et al., 2016).

Muestra

La muestra fue seleccionada mediante un muestreo probabilístico adaptado por bola de nieve. Estuvo conformada por adultos de ambos géneros, con edades comprendidas entre 18 y 70 años, residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), con un total de participantes de $n = 176$.

La edad promedio fue de 27.52 años, con una mediana de 23 años y un rango de edad entre los 18 y los 70 años.

Como criterios de exclusión, se consideró a los sujetos que desempeñan una profesión vinculada con redes sociales, a aquellos con diagnóstico de trastornos psiquiátricos o que se encontraran bajo tratamiento psicológico, a los participantes que no residen en el área

metropolitana de Buenos Aires (AMBA), así como a las personas menores de 18 años. (n = 35)

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico ad hoc

Se desarrolló un cuestionario ad hoc para la presente investigación, cuenta con 13 ítems referidos al género, edad, lugar de residencia, estado civil, si trabaja o no, si requiere el uso de redes sociales en su trabajo, si posee algún diagnóstico de adicción y cual, si usa redes sociales, horas de uso, red social más utilizada por el sujeto.

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Para medir adicción a redes sociales se utilizó e**l Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)** validado por Escurra y Salas (2014), está conformado por 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, para la validación de los ítems se implementa el sistema de calificación de 5 puntos (de 0 a 4), considerando la frecuencia desde nunca hasta siempre. Está formado por tres factores internos: Factor 1: obsesión por las redes sociales (10 ítems), factor 2: falta de control personal en el uso de las redes sociales (6 ítems), y factor 3: uso excesivo de las redes sociales (8 ítems).

Cabe destacar que los ítems 8, 9, 21, 23, 25, 27 y 30 fueron excluidos del instrumento, debido a que presentaban valores fuera del rango aceptable de ±2. La inclusión de estos ítems podría haber provocado distorsiones en la construcción y validez del cuestionario.

El valor obtenido del coeficiente Alfa de Cronbach fue de 0.858, indicando que la escala posee una excelente consistencia interna.

Impulsive Behavior Scale Urgency, Lack of Premeditation, Lack of Perseverance, Sensation Seeking and positive Urgency

Por otro lado, para medir la impulsividad se utilizó la escala UPPS-P (Impulsive Behavior Scale Urgency, Lack of Premeditation, Lack of Perseverance, Sensation Seeking and positive Urgency et al., 2006) adaptada en la versión argentina en adultos (Pinter et al., 2022). El cuestionario en cuestión está compuesto por 20 ítems que miden cuatro dimensiones de impulsividad: Urgencia (que combina Urgencia Positiva y Negativa), Búsqueda de Sensaciones, Falta de Premeditación y Falta de Perseverancia. La unificación de la dimensión Urgencia ocurrió al resultado de un análisis factorial que las unificó en un solo factor. A diferencia de la versión original (Billieux et al., 2012) que está conformada por 5 dimensiones.

Para la validación de los ítems se implementó el sistema de calificación de cinco puntos (de 0 a 4), considerando la frecuencia desde absolutamente en desacuerdo hasta absolutamente de acuerdo. Exhibe valores de coeficiente de alfa de Cronbach bajos (.386), se concluye que la escala, presenta una consistencia interna deficiente.

Procedimiento

La muestra fue contactada de manera virtual por distintas aplicaciones como WhatsApp, Facebook, Instagram y X, con el fin que llegue a los adultos que cumplan con el requisito de la investigación. Al inicio del cuestionario se informa que será de manera anónima, considerando la confiabilidad de los datos y la participación de manera voluntaria. Además, en este apartado se describieron los fines académicos con los objetivos de la investigación. En el siguiente apartado sigue el cuestionario socio-demográfico, luego el

cuestionario ARS para medir adicción a redes sociales y por último la escala de impulsividad. Los datos fueron recolectados entre diciembre de 2024 hasta agosto de 2025.

Para llevar a cabo este proyecto y garantizar el bienestar y los derechos de los participantes cumplió con ciertos resguardos éticos. En primera instancia, los participantes obtuvieron el consentimiento informado, donde están explícitos los objetivos del estudio y los procedimientos involucrados. Sumado a esto, se explicó que la participación es de manera voluntaria y que el sujeto puede abandonar si es que así lo desea sin consecuencias. Además, se informó la confidencialidad de los datos recopilados y que fueron utilizados con fines exclusivamente educativos. Dichas medidas buscaron realizar una investigación que respete y proteja la integridad de los sujetos involucrados.

Análisis de datos

Una vez administrados los instrumentos, los datos recolectados fueron volcados en Microsoft Excel para su organización preliminar. Posteriormente, se procesaron y analizaron utilizando el software Jamovi, basado en RStudio.

En primer lugar, se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk con el fin de evaluar la distribución de las variables. Dado que los resultados evidenciaron una distribución no normal, se optó por emplear estadísticos no paramétricos para el análisis de los datos.

En segundo lugar, se realizaron análisis descriptivos. Para las variables sociodemográficas se calcularon frecuencias y porcentajes, mientras que, para las subdimensiones de las variables de interés, se obtuvieron medidas de tendencia central y de dispersión.

En tercer lugar, para evaluar la relación entre las variables, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman, dado que estas variables presentan una distribución no normal. Esta

prueba permitirá determinar tanto la fuerza como la dirección de la asociación entre las variables de interés.

En cuarto lugar, en lo que respecta a las comparaciones entre grupos, se aplicará la prueba U de Mann-Whitney, una alternativa no paramétrica apropiada cuando las variables no cumplen con el supuesto de normalidad.

Para las comparaciones múltiples entre más de dos grupos, se emplea el análisis de varianza ANOVA.

Por último, se calcularon frecuencias y porcentajes para determinar la red social más utilizada. Asimismo, se aplicó la prueba de chi-cuadrado de independencia para analizar si la preferencia por la red social variaba según el género de los participantes

En todos los análisis se establece un nivel de significación estadística de $p < .05$.

Resultados

La muestra final está compuesta por 176 personas que residen en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). En relación a la distribución por género, 119 participantes fueron hombres y 57 fueron mujeres. La gran parte de participantes residen en el Gran Buenos Aires (N=122), mientras que los demás habitan en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Respecto al estado civil, el grupo predominante fue el de personas solteras, con un $n = 141$.

En cuanto a las horas diarias de uso de redes sociales la mayor parte de los participantes informó utilizar redes alrededor de 4 horas por día.

Tabla 1 *Datos sociodemográficos de la muestra*

Variable	Etiqueta	N	Perdidos	Porcentaje
Sexo	Hombre	119	0	67.6
	Mujer	57	0	32.4
Lugar de residencia	CABA	54	0	30.7
	GBA	122	0	69.3
Estado Civil	Soltero/a	141	0	80.1
	Casado/a	12	0	6.8
	Concubinato	23	0	13.1
	Viudo/a	0	0	0
Horas de Uso de Redes Sociales.	1-2 horas	32	0	18.2
	4 horas	82	0	46.6

	8 horas	58	0	33.0
	16 horas	4	0	2.3
Red Social más utilizada.	Tiktok	89	0	50.9
	Instagram	63	0	36.0
	Twitter	11	0	6.3
	WhatsApp	9	0	5.1
	Facebook	3	0	1.7

Nota: N=177

Tabla 2 *Estadística descriptiva de las variables*

								Shapiro-Wilk	
	N	**Perdidos**	**Media**	**Mediana**	**DE**	**Mínimo**	**Máximo**	**W**	**P**
Obs ARS	176	0	27.43	28.00	6.69	8.00	40.00	0.976	0.004
F. de control ARS	176	0	14.47	15.00	3.45	6.00	24.0	0.985	0.060
Uso Excesivo ARS	176	0	21.03	21.00	5.82	7.00	35.0	0.990	0.270
Busq UPPS	176	0	15.17	15.00	3.37	6.00	24.0	0.987	0.103
UPPS Pe	176	0	7.88	8.00	1.	4.00	16.0	0.9	<. 0

					8 5			4 5	0 1
UP **PS** **Pr**	1 7 6	0	8. 1 8	8.0 0	1 . 9 8	4. 00	14 .0	0 9 6 5	<. 0 0 1

Nota: N = 176

En términos descriptivos, las puntuaciones obtenidas en las dimensiones del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) permiten identificar un perfil de implicación media a alta con el uso de las plataformas digitales. La subescala Obsesión (M = 27.43; DE = 6.69) presenta los valores más elevados dentro del instrumento, lo que sugiere una tendencia a la preocupación constante o intrusiva por la actividad en redes. Este promedio, combinado con un rango amplio (mínimo 8 – máximo 40), evidencia heterogeneidad en la muestra, es decir, coexistencia de participantes con un uso meramente habitual y otros con un uso marcadamente problemático o de rasgos compulsivos.

Por su parte, las dimensiones Uso excesivo (M = 21.03; DE = 5.82) y Falta de control (M = 14.47; DE = 3.45) refuerzan la presencia de patrones de conexión prolongada y dificultad para regular la frecuencia del uso, aunque con menor dispersión relativa (menores desvíos), lo que podría interpretarse como una conducta extendida y culturalmente naturalizada entre los adultos participantes, más que como un fenómeno extremo.

En el caso de la Escala de Impulsividad (UPPS-P), la Búsqueda de sensaciones (M = 15.17; DE = 3.37) alcanza la media más alta, indicando una predisposición moderada a la

exploración y a la novedad, coherente con la franja etaria predominante (jóvenes adultos). En cambio, las subescalas Perseverancia (M = 7.88; DE = 1.85) y Premeditación (M = 8.18; DE = 1.98) se ubican en niveles más bajos y homogéneos, lo cual sugiere una tendencia general a la desorganización cognitiva o a la dificultad para sostener tareas prolongadas sin distracción, aunque sin llegar a valores disfuncionales.

Si se considera la relación entre las medidas de tendencia central y los valores extremos, se observa que la mayoría de los promedios se ubican cercanos a sus medianas, lo que denota una distribución sin grandes asimetrías. Sin embargo, las desviaciones estándar relativamente altas en las dimensiones obsesivas y de uso excesivo sugieren diferencias individuales relevantes en la intensidad del vínculo con las redes. Este patrón refleja la coexistencia de sujetos que mantienen un uso instrumental o recreativo con otros que manifiestan rasgos de dependencia psicológica o emocional.

Desde una lectura integral, el conjunto de los descriptivos muestra que los participantes no se ubican en niveles extremos de adicción ni impulsividad, pero sí evidencian un patrón de vulnerabilidad moderada, caracterizado por la dificultad para limitar el tiempo de conexión y por una búsqueda persistente de estimulación digital, lo que puede interpretarse como un estilo de afrontamiento emocional en contextos de alta conectividad social.

Tabla 3 *Correlación entre variables.*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1. Obsesión ARS.	-						
2.Falta de control ARS	0.629***	-					
3. Uso excesivo de ARS.	0.811***	0.721***	-				
4. Urgencia UPPS	-0.450***	-0.339**	-0.460***	-			
5. Búsqueda UPPS	0.032	0.042	-0.019	0.074	-		
6. Per UPPS	-0.259***	-0.167*	-0.226**	0.309***	0.012	-	
7. Pre UPPS	-0.189*	-0.135	-0.178***	0.366***	-0.004	0.296***	-

*p<.05, **p<.01, ***p <.001

Los resultados evidencian altas correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre las tres dimensiones de la ARS —Obsesión, Falta de control y Uso excesivo—.

En particular, la relación entre Obsesión y Uso excesivo fue la más fuerte (r = 0.811, p < .001), lo que indica que a medida que aumenta la tendencia obsesiva hacia las redes sociales, también se incrementa el uso excesivo de las mismas. Asimismo, la falta de control se asoció significativamente con las otras dos dimensiones de la ARS, mostrando una estructura interna coherente del constructo de adicción a redes sociales.

En cuanto a las relaciones entre ARS y UPPS, se observaron correlaciones negativas significativas entre las dimensiones de ARS y las de Urgencia, Perseverancia y Premeditación. Esto sugiere que mayores niveles de impulsividad (particularmente de urgencia emocional y menor control cognitivo) se asocian con un uso más problemático y compulsivo de las redes sociales. Es decir, los individuos con menor capacidad de planificación y persistencia, y mayor tendencia a actuar impulsivamente ante emociones intensas, presentan una propensión más alta a desarrollar comportamientos adictivos en relación con el uso de redes sociales.

Por otro lado, la dimensión Búsqueda de sensaciones no mostró correlaciones significativas con ninguna de las dimensiones de la ARS, lo que indica que la inclinación a buscar experiencias novedosas o estimulantes no se asocia directamente con el uso problemático de redes. Esta ausencia de relación sugiere que el uso adictivo de redes sociales estaría más vinculado a mecanismos de regulación emocional (como la urgencia y la falta de control), que a la búsqueda de estimulación per se.

Finalmente, las dimensiones internas del UPPS también mostraron correlaciones significativas entre sí. En particular, Urgencia se asoció positivamente con Perseverancia (r = 0.309, p < .001) y Premeditación (r 0.366,

$p < .001$), mientras que estas dos últimas dimensiones también correlacionaron entre sí ($r = 0.296$, $p < .001$), reflejando la coherencia interna del modelo de impulsividad.

En conjunto, los resultados sugieren que los aspectos más disfuncionales de la impulsividad (falta de control y urgencia) constituyen factores relevantes para comprender el uso problemático de redes sociales, apoyando la hipótesis de una relación significativa entre ambas variables.

Tabla 4 *prueba para Muestras Independientes, Género,UPPS,ARS.*

		Estadístico	P		Tamaño del Efecto
Obsesión ARS	**U de Mann-Whitney**	2750	0.042	Correlación biseriada de rangos	-0.1893
Falta de control ARS	**U de Mann-Whitney**	3179	0.500	Correlación biseriada de rangos	-0.0628
Uso excesivo ARS	**U de Mann-Whitney**	2863	0.095	Correlación biseriada de rangos	-0.1558
Urgencia	**U de Mann-Whitney**	2533	0.006	Correlación biseriada de rangos	0.2531
Búsqueda	**U de Mann-Whitney**	2803	0.061	Correlación biseriada de rangos	-0.1737

Perseverancia	**U de Mann-Whitney**	3162	0.462	Correlación biseriada de rangos	-0.0677
Premeditación	**U de Mann-Whitney**	2998	0.206	Correlación biseriada de rangos	0.1162

Nota. $H_a\ \mu_1 \neq \mu_2$

Se realizaron pruebas U de Mann-Whitney para comparar los niveles de adicción a redes sociales e impulsividad según el género.

Los resultados mostraron diferencias significativas en la dimensión Obsesión de la adicción a redes sociales (U = 2750, p = .042, r_b = −.19) y en la dimensión Urgencia de la impulsividad (U = 2533, p = .006, r_b = .25).

En ambos casos, el tamaño del efecto fue pequeño a moderado, indicando que el género influye levemente en estas dimensiones.

En el resto de las variables no se hallaron diferencias estadísticamente significativas ($p > .05$).

Tabla 5 *Chi cuadrado Red social más utilizada según el género.*

Genero	Tiktok	IG	X	WhatsApp	Facebook	Total
Femenino	18	26	8	3	2	57
Masculino	71	37	3	6	1	118
Total	89	63	11	9	3	175

Se analizaron las diferencias en la red social más utilizada de acuerdo con el género.

Al comparar por género, se observó que las mujeres utilizan en mayor proporción TikTok (18 mujeres - 71 hombres), mientras que los hombres reportaron un mayor uso de Instagram (37 hombres -. 26 mujeres). En el caso de las demás redes sociales (Twitter, WhatsApp y Facebook), las frecuencias fueron bajas y no se observaron diferencias relevantes entre género

Tabla 6 *Comparación de las variables UPPS según estado civil.*

	M_1	M_2	M_4	$\chi^2(2)$	*p*	ε^2	Pruebas post-hoc (Estado Civil)
Urgencia UPPS	24.9	28.9	27.6	0.93 (2, 23.6)	.408	.07	1–2 = .531; 1–3 = .600; 2–3 = .952
Búsqueda UPPS	33.2	28.5	33.0	4.90 (2, 23.3)	.017	.30	1–2 = .007; 1–3 = .912; 2–3 = .051
Perseverancia UPPS	25.8	26.5	27.2	1.28 (2, 22.6)	.298	.10	1–2 = .340; 1–3 = .522; 2–3 = .149
Premeditación UPPS	24.7	26.1	25.4	1.64 (2, 24.7)	2.14	.12	1–2 = .220; 1–3 = .924; 2–3 = .473

M_1 = Solteros, M_2 = En pareja, M_3 = Otro. Las diferencias significativas ($p < .05$)

Se realizó un ANOVA de un factor para hallar las diferencias en las dimensiones de impulsividad (UPPS) y adicción a redes sociales (ARS) en función del estado civil de los participantes. El resultado muestra la comparación de las puntuaciones obtenidas en las distintas dimensiones del cuestionario UPPS según el estado civil de los participantes (M_1 = solteros, M_2 = en pareja, M_3 = concubinato).

En la dimensión “urgencia", no se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, $\chi^2(2, 23.6) = 0.93$, $p = .408$, $\varepsilon^2 = .07$.

En cambio, en la dimensión “búsqueda de sensaciones", si se observaron diferencias significativas en función a lo observado, χ^2 (2, 23.3) = 4.90, $p = .017$, $\varepsilon^2 = .30$. Los análisis post-hoc revelaron que, las personas en pareja, obtuvieron puntuaciones significativamente menores que las solteras ($p = .007$), mientras que no se hallaron diferencias entre solteros y en concubinato ($p = .912$), ni entre en pareja y otros ($p = .051$).

Respecto a la “perseverancia”, no se detectaron diferencias significativas entre los grupos, χ^2 (2, 22.6) = 1.28, $p = .298$, $\varepsilon^2 = .10$.

Por último, en la dimensión “premeditación", tampoco se observaron diferencias estadísticamente significativas.

En síntesis, los resultados indican que sólo la dimensión “búsqueda de sensaciones" varía significativamente según el estado civil, mostrando puntuaciones más bajas en quienes mantienen una relación de pareja.

Tabla 7 *Comparación de las variables ARS y Estado Civil*

	M_1	M_2	M_4	$\chi^2(2)$	*p*	ε^2	Pruebas post-hoc (Estado civil)
Obsesión ARS.	28.4	24.9	22.7	7.17 (2, 23.5)	.004	.38	1–2 = .061; 1–3 = .008; 2–3 = 1.000
Falta de control ARS	15.2	13.1	11.9	5.47 (2, 22.8)	.001	.32	1–2 = .013; 1–3 = .035; 2–3 = .677
Uso excesivo ARA	22.6	18.7	16.4	8.31 (2, 23.3)	.002	.42	1–2 = .007; 1–3 = .008; 2–3 = .781

Nota. M_1 = Solteros, M_2 = En pareja, M_3 = Concubinato.

ε^2 = tamaño del efecto estimado (equivalente a η^2 parcial en ANOVA de Welch)

En la dimensión “obsesión”, se observaron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, χ^2 (2, 23.5) = 7.17, p = .004, ε^2 = .38. Los análisis post-hoc evidenciaron que las personas solteras obtuvieron puntuaciones significativamente mayores que aquellas clasificadas como otras (p = .008). No se registraron diferencias relevantes entre los grupos solteros y en pareja (p = .061) ni entre en pareja y otros (p = 1.000).

En cuanto a la dimensión “falta de control", también se identificaron diferencias significativas, χ^2 (2, 22.8) = 5.47, p = .001, ε^2 = .32. Las comparaciones, realizadas luego, mostraron que las personas solteras presentaron puntuaciones superiores en comparación a las que están en pareja (p = .013) como a las del grupo otro (p = .035), sin diferencias entre los dos últimos grupos (p = .677).

Por último, en la dimensión “uso excesivo", se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, χ^2 (2, 23.3) = 8.31, p = .002, ε^2 = .42. Los resultados de las pruebas post-hoc indicaron que las personas solteras obtuvieron puntuaciones más altas que quienes estaban en pareja (p = .007) y que las clasificadas como otro (p = .008), mientras que no se observaron diferencias entre en pareja y otros (p = .781).

En conclusión, los hallazgos muestran que las personas solteras tienden a manifestar mayores niveles de obsesión, falta de control y uso excesivo en comparación con las personas en pareja o con otro estado civil.

Discusión

La presente investigación se propuso identificar la relación entre la adicción a las redes sociales (ARS) y la impulsividad en adultos jóvenes residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires. Bajo la hipótesis de que, a mayor impulsividad, mayor adicción a redes.

Partiendo de este planteo, se propuso explorar diferencias según variables sociodemográficas y patrones de uso, con el fin de aportar evidencia al debate actual sobre las adicciones comportamentales y los mecanismos autorregulatorios implicados.

Los resultados obtenidos permitieron evaluar la presencia de niveles elevados de uso problemático de redes y su asociación con distintas dimensiones de la impulsividad, así como explorar posibles diferencias según variables sociodemográficas y patrones de uso.

En primer lugar, cabe destacar que la muestra estuvo compuesta por 176 personas, de las cuales 119 fueron hombres y 57 mujeres. La mayoría de los participantes residía en el Gran Buenos Aires (N=122), mientras que el resto en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. En cuanto al estado civil, predominó el grupo de personas solteras (n=141).

Respecto al tiempo de uso diario, la mayor parte informó utilizar redes sociales alrededor de cuatro horas por día, evidenciando una exposición frecuente a estos entornos digitales.

Con respecto a los resultados obtenidos, se puede evidenciar, por un lado, que las correlaciones halladas entre las dimensiones de adicción a redes sociales dan cuenta de una fuerte asociación interna -y con ella su relación- entre obsesión, uso excesivo y falta de control, lo que respalda la consistencia del constructo.

Por otro lado, al analizar la relación con la impulsividad los resultados fueron diferentes, esto es, tanto las urgencias de la perseverancia muestran correlaciones negativas con los niveles de adicción. En correspondencia con lo anterior, la búsqueda de sensaciones y la premeditación no revelaron asociaciones significativas. Sin embargo, esto contradice la hipótesis principal que predecía una relación positiva entre ambas variables, y no concuerda de lo que sostienen los autores Dezhkam et al. (2022), Guo et al. (2022) y Pan et al. (2024). Ellos demostraron que la impulsividad, fundamental motora y la urgencia por recompensas inmediatas, funcionan como un facilitador del uso conflictivo de las redes y otras conductas adictivas.

En un nivel más específico se puede interpretar que los niveles de adicción podrían estar relacionados a un patrón de conducta pasivo, es decir, teniendo en cuenta la relación del tiempo extenso de conexión, pero no a conductas impulsivas de acción inmediata.

Asimismo, la impulsividad puede expresarse de diferentes maneras, teniendo en cuenta la población, y en concordancia con los resultados de Guzmán at al. (2023), quienes determinaron al control de los impulsos como un factor protector frente al uso excesivo.

Desde otra perspectiva teórica, se puede pensar que los resultados se aproximan a lo planteado por Piko et al. (2024), quienes observaron que no todas las

dimensiones de impulsividad son predictoras a la adicción a redes sociales y, especialmente, que la búsqueda de sensaciones no tiene relación significativa con la adicción, resultado que también se repitió en la siguiente investigación.

Por otro lado, con respecto a las variables sociodemográficas -y aunque el estado civil no suele ser una variable considerada en este campo- los estudios arrojaron datos relevantes, tanto en las dimensiones de impulsividad (UPPS) como en las de adicción (ARS).

En el caso del UPPS, se encontraron diferencias significativas únicamente en la Búsqueda de sensaciones, donde las personas en pareja obtuvieron puntuaciones menores que las solteras. Este hallazgo podría sugerir que las personas que mantienen una relación afectiva tienden a buscar menos estimulación o novedad, posiblemente debido a la estabilidad relacional.

Respecto a la ARS, se observaron diferencias significativas en todas sus dimensiones: Obsesión, Falta de control y Uso excesivo. En los tres casos, las personas solteras obtuvieron puntuaciones más elevadas que las en pareja o las clasificadas como otro estado civil, lo que indica una mayor tendencia hacia el uso problemático y la dependencia de las redes sociales

Se podría pensar que esto podría relacionarse con la necesidad de interacción social y regulación emocional que, otros autores como Zhao et al. (2022) y Guzmán Brand y Gélvez García (2023) habían señalado como factores de riesgo para la adicción, especialmente en las personas que buscan sustituir carencias afectivas mediante la virtualidad.

Con respecto al género, se encontraron diferencias significativas en las dimensiones Obsesión de la adicción a redes sociales y Urgencia de la impulsividad. A

pesar de ello, en las demás dimensiones no se hallaron diferencias significativas. Estos hallazgos sugieren que el género podría influir levemente en algunos aspectos relacionados a la impulsividad y al uso problemático de redes sociales, particularmente a la preocupación por conectarse y en la reacción impulsiva ante emociones intensas.

Estos resultados se vinculan parcialmente con los hallazgos de Hernández Camblor y Moral Jiménez (2024), quienes tampoco encontraron diferencias significativas en la mayoría de las dimensiones analizadas entre hombres y mujeres. Por el contrario, contradicen lo planteado por Álvarez Haro y Cueva Rubio (2024), señalando una mayor impulsividad en los hombres, destacando la influencia de variables de género en conductas impulsivas. Es importante destacar que, al analizar variables como géneros, no pueden ser evaluadas fuera de su contexto socio-cultural y las características de cada sujeto.

Por otro lado, y lo que respecta al uso de las redes sociales, los datos señalaron que TikTok e Instagram son más utilizadas por los participantes, coincidiendo con lo señalado por Yang (2023) respecto a la predominancia de Tik Tok entre usuarios jóvenes. Teniendo en cuenta esto, podemos dar cuenta de que ambos géneros utilizan las mismas redes sociales. Es decir, las mujeres tienden a usar más Instagram, mientras que un número relativamente alto de varones eligió Tik Tok. Esto se relaciona con los resultados encontrados por Ramos (2023), argumentando que más que la elección de plataforma, lo que varía son los patrones de uso y la intensidad de conexión.

Cabe agregar que los usos de tiempos de las plataformas virtuales arrojan datos negativos con adicción a redes sociales y positivos con urgencia, lo cual puede parecer un resultado bastante contradictorio en relación con estudios como los de Pan et al. (2024), donde vinculan un mayor tiempo de conexión con decisiones impulsivas y

conductas adictivas. Esto indica que la relación entre tiempo de uso, impulsividad y adicción no se da de forma lineal, es algo que merece ser investigado y analizado de manera más objetiva.

Finalmente, teniendo en cuenta los objetivos planteados en este trabajo de investigación, es decir, analizar la relación entre adicción a las redes sociales y la impulsividad en adultos residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). A través de los datos arrojados por los resultados, se puede reflexionar que la complejidad de este vínculo, que no siempre se manifiesta de manera lineal con lo planteado en la hipótesis de trabajo ni con lo hallado en investigaciones anteriores.

Conclusión

Esta investigación permitió mostrar correlaciones positivas entre las dimensiones de la adicción a redes sociales, evidenciando la coherencia interna del constructo. A su vez, se encontraron asociaciones negativas entre las dimensiones de adicción a redes sociales y las de impulsividad. Este resultado sugiere que la relación entre impulsividad y uso de redes sociales podría ser más compleja a comparación de lo habitual, posiblemente modulada por variables contextuales o por diferencias en los patrones de uso y en la regulación emocional de esta población.

De todos modos, es importante entender a la impulsividad como un factor fundamental en la adicción a redes sociales, en especial en sus aspectos más desadaptativos, relacionados a la regulación emocional y la dificultad para sostener conductas planificadas.

En la práctica, es necesario evaluar los niveles de impulsividad y su relación con el uso de redes. Promover habilidades de autocontrol, regulación emocional y planificación consciente puede aportar un uso saludable y moderado a las redes sociales.

En este sentido, modelos terapéuticos como la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT; Hayes et al., 2012) son de gran interés, ya que promueven la regulación emocional, el manejo de impulsos y la toma de decisiones coherentes con los valores personales. Adquirir este enfoque psicológico en programas psicoeducativos o preventivos podría favorecer un uso más consciente de las redes sociales, fortaleciendo la autorregulación y el bienestar digital.

Como limitaciones a recalcar de este trabajo de investigación, podemos reconocer que el instrumento utilizado para medir la impulsividad (UPPS-P) otorgó al análisis un "Alfa de Cronbach" inaceptable en términos de medición psicológica en comparación al umbral de fiabilidad aceptable (George et al., 2003). Esta baja consistencia interna, es un indicador de presencia de errores sistemáticos de codificación. Si bien el estudio propuesto por Pinter (2022) ya había advertido sobre la inestabilidad factorial del UPPS-P en muestras hispanohablantes, el valor en las observaciones demuestra que dicha oscilación se vió magnificada por un error metodológico o muestral. El resultado obtenido es un artefacto estadístico de la falla de medición, no una conclusión sobre la ausencia de relación entre las variables de estudio.

Otra limitación posible, es que la muestra estuvo compuesta por una mayor cantidad de hombres, lo cual puede haber influido en la dirección de las correlaciones y en la ausencia de diferencias entre géneros. Por otro lado, el empleo de cuestionarios autoadministrados en modalidad online pudo favorecer respuestas rápidas o poco reflexivas, afectando la validez de los datos.

En un nivel más específico, es importante reflexionar acerca de los instrumentos que se concentraron de manera exclusiva en la adicción a las redes sociales, dando cuenta de una limitación al no incorporar otras variables como autoestima, autorregulación emocional, o

ansiedad social (Zhao et al., 2022). En conclusión, se trató de un estudio transversal, donde no es posible establecer relaciones causales entre las variables analizadas.

En síntesis, se sugiere incluir en estudios futuros variables emocionales y cognitivas, que podrían evidenciar una comprensión integrada del vínculo entre impulsividad y adicción, que permitan observar cómo evolucionan estas conductas a lo largo del tiempo y si la impulsividad es un factor que predomina o varía en situaciones problemáticas de adicción. Es decir, abordar el tema desde una perspectiva aplicada, teniendo en cuenta el contexto sociocultural, donde se subraya la importancia de desarrollar estrategias psicoeducativas que ayuden a fomentar el uso responsable de las redes sociales.

A causa de la limitación metodológica identificada en la presente investigación, se sugiere utilizar instrumentos alternativos, como por ejemplo el UPPS-P con estabilidad factorial comprobada en la población sujeta al estudio, o mismo también explorar la pertinencia de utilizar un modelo de cuatro factores tal como lo sugirió la evidencia en contextos hispanohablantes (Pinter et al., 2022), para la medición de la impulsividad. Los instrumentos seleccionados deben demostrar fiabilidad y validez en la población de estudio, garantizando credibilidad en las mediciones y en los resultados obtenidos.

Referencias

Álvarez Haro, M. J.., & Cueva Rubio, M. A. (2024). Apoyo social percibido y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria Penta Ciencias*, 6(4), 199–209. https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1132 Apoyo social percibido y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios | Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS (editorialalema.org),

Belin, D., Mar, A. C., Dalley, J. W., Robbins, T. W., & Everitt, B. J. (2008). *High impulsivity predicts the switch to compulsive cocaine-taking. Science,* 320(5881), 1352-1355. https://doi.org/10.1126/science.1158136 La alta impulsividad predice el cambio al consumo compulsivo de cocaína | Ciencia (science.org)

Billieux, J., Rochat, L., Ceschi, G., Carré, A., Offerlin-Meyer, I., Defeldre, A.-C., Khazaal, Y., Besche-Richard, C., & Van der Linden, M. (2012). Validation of a short French version of the UPPS-P Impulsive Behavior Scale. *Comprehensive Psychiatry,* 53(5), 609-615.

Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1*), Article 11. Retrieved November 20, 2013, from http://www.danah.org/papers/JCMCIntro.pdf

Brugal, M. T., Rodríguez-Martos, A., & Villalbí, J. R. (2006). Nuevas y viejas adicciones: implicaciones para la salud pública. *Gaceta Sanitaria,* 20, 55-62.Nuevas y viejas adicciones: implicaciones para la salud pública (sciencedirectassets.com)

Castells, M. (2001). Internet y la sociedad red. *La factoría, 14(15), 1-13.*

CONICET_Digital_Nro.4effe070-4b93-4651-80a6-f78e6acac3ef_A.pdf

Dalley, J. W., Everitt, B. J., & Robbins, T. W. (2011). Impulsivity, compulsivity, and top-down cognitive control. *Neuron*, 69(4), 680-694. Impulsividad, compulsividad y control cognitivo de arriba hacia abajo: Neurona (cell.com)

Dezhkam, N., Bahri, M. R. Z., & Keshi, A. K. (2022). El efecto de la impulsividad sobre la adicción y las tendencias adictivas: un meta-análisis. *Revista de Informes de Salud y Tecnología, 8(3).* El efecto de la impulsividad sobre la adicción y las tendencias adictivas: un metaanálisis | Revista de Informes de Salud y Tecnología | Texto completo (brieflands.com) https://doi.org/10.5812/jhrt-120846

Dias, P. C., & del Castillo, J. A. G. Dependencia del móvil e impulsividad: Diferencias entre sexos y rango etario Mobile phone dependence and impulsivity: Sex and age-based differences.02-REV_123-_1918_ok.pdf_filename_UTF-802-REV_123-_1918_ok-libre.pdf

Echeburúa, E. & Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones,* 22(2), 91-96. DOI: 10.20882/ADICCIONES.196

Echeburúa, E. (1999). ¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones. *Bilbao: Desclée de Brouwer.* Enrique Echeburúa (1999): ¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: Juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet. Bilbao: Desclée de Brouwer. - Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología

Escurra,M y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) a07v20n1.pdf (scielo.org.pe)

Guo Z, Liang S, Ren L, Yang T, Qiu R, He Y y Zhu X (2022) Aplicación del análisis de redes para comprender las relaciones entre la impulsividad y la adicción a las redes sociales y entre la impulsividad y el uso problemático de teléfonos inteligentes.

Frente. Psiquiatría 13:993328. doi: 10.3389/fpsyt.2022.993328 Fronteras | Aplicación del análisis de redes para comprender las relaciones entre la impulsividad y la adicción a las redes sociales y entre la impulsividad y el uso problemático de teléfonos inteligentes (frontiersin.org)

Guzmán Brand, V. A., & Gélvez García, L. E. (2023). Adicción o uso problemático de las redes sociales online en la población adolescente. Una revisión sistemática. *Psicoespacios, 17(31), 1–22.* https://doi.org/10.25057/21452776.1511

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The process and practice of mindful change (2nd ed.).* Guilford Press. Terapia de aceptación y compromiso: Segunda edición: El proceso y la práctica del cambio consciente

Hernández Camblor, C., & Moral Jiménez, M. de la V. (2024). Uso de las redes sociales virtuales, percepción de soledad y habilidades sociales en jóvenes adultos españoles de la generación Z y la generación Y. *Acta Colombiana de Psicología, 27*(1), 229–245. https://doi.org/10.14718/ACP.2024.27.1.13

Hernández Sampieri, R., Fernández Collao, C., y Baptista Lucio, M. (2016). *Metodología de la investigación. McGraw Hill education.*

https://scholar.google.com.ar/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Manuel+Castells%3A+redes+sociales&btnG=#d=gs_cit&t=1720904417424&u=%2Fscholar%3Fq%3Dinfo%3ACiK-8Y0F5TwJ%3Ascholar.google.com%2F%26output%3Dcite%26scirp%3D0%26hl%3Des

Huamani Calloapaza, K. E. . (2022). Redes sociales virtuales y la salud mental en tiempos de COVID-19: una revisión de literatura. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades, 3(2), 773-783.* https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.146

Hutt Herrera, H. (2012). Las redes sociales: Una nueva herramienta de difusión. *Revista Reflexiones, 91(2).* https://doi.org/10.15517/rr.v91i2.1513

INFLUENCIA DEL GÉNERO EN EL USO DE REDES SOCIALES VIRTUALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS | Congreso Nacional de Ciencia y Tecnología – APANAC (utp.ac.pa) DOI https://doi.org/10.33412/apanac.2023.3944

Lassiter, G. H. (2009). *Impulsividad: Causas, Control y Trastornos.* Nova Biomedical Books.ttps://www.researchgate.net/publication/291120100_Impulsivity_Causes_control_and_disorders

Madden, G. J., & Bickel, W. K. (2010). *Impulsivity: The Behavioral and Neurological Science of Discounting. USA:* American Psychological Association. APA PsycNet

Pan, D., Lewin, K. M., Freestone, D., & Meshi, D. (2024). El tiempo en las redes sociales se asocia con la toma de decisiones impulsivas. **Comportamiento y Tecnología de la Información*, 1–6.* https://doi.org/10.1080/0144929X.2024.2374006

Piko, B. F., Krajczár, S. K., & Kiss, H. (2024). Adicción a las redes sociales, factores de personalidad y miedo a la evaluación negativa en una muestra de adultos jóvenes. *Juventud, 4(1), 357-368.* https://doi.org/10.3390/youth4010025Adicción a las redes sociales, factores de personalidad y miedo a la evaluación negativa en una muestra de adultos jóvenes

Pinter, K., González Caino, P. C., & Resett, S. (2022). Propiedades psicométricas de la Escala de Impulsividad (UPPS-P) en una muestra de adultos argentinos. *Interdisciplinaria*, 39(1), 91-112. https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.1.6

Ramos, A. L. (2023, September). Influencia del género en el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios. *In Congreso Nacional de Ciencia y Tecnología–APANAC (pp. 253-258).*

Tereshchenko, S. Y. (2023). Neurobiological risk factors for problematic use of social media as a specific form of Internet addiction: A narrative review. *World Journal of Psychiatry, 13(5), 160-173.* https://doi.org/10.5498/wjp.v13.i5.160

Villavicencio, J. C., Álava, V. P. C., & Loor, M. G. T. (2019). La ciberadicción en la conducta de los estudiantes. *Rev. Atlante Cuad. Educ. Desarro, 11763, 1-13.* https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/07/ciberadiccion-estudiantes.html

Yang, Z. (2023). Por qué los adolescentes son adictos a las redes sociales. *Revista de Educación, Humanidades y Ciencias Sociales, 8, 1430-1436.* Por qué los adolescentes son adictos a las redes sociales | Revista de Educación, Humanidades y Ciencias Sociales (drpress.org)

Zhao J, Jia T, Wang X, Xiao Y y Wu X (2022) Factores de riesgo asociados con la adicción a las redes sociales: un estudio exploratorio. *Frente. Psychol. 13:837766.Volumen 13 - 2022 | doi: 10.3389/fpsyg.2022.837766* Fronteras | Factores de riesgo asociados con la adicción a las redes sociales: un estudio exploratorio (frontiersin.org)

Anexos

Cuestionario Sociodemográfico.

Edad: (En números, ejemplo: 20)

Tu respuesta

Género

Femenino
masculino
Otro

Prefiero no decirlo

Lugar de residencia

CABA
Provincia de Buenos Aires

Estado civil

Soltero/a
Casado/a
Viudo/a

Concubinato

¿Trabajas?

Si

No

En el caso de ser afirmativa la pregunta anterior ¿En tu trabajo requerís el uso de redes sociales?

Si

No

¿Posee algún trastorno por adicciones diagnosticado?

Si

No

En caso de ser afirmativa su respuesta anterior, especifique:

Tu respuesta

¿Usas redes sociales?

SI

No

¿Cuántas horas por día utilizas redes sociales?

1-2 horas por día
4 horas
8 horas
16 horas

20 horas

¿Qué red social usas más?

Tiktok
Instagram
Twitter
Facebook
WhatsApp

Ninguna de las mencionadas (otras)