

Uso problemático de internet en personas universitarias: influencia de la inteligencia emocional, depresión, ansiedad, estrés, apoyo social percibido y rendimiento académico

José Luis Rodríguez-Sáez (autor de contacto)

Profesor ayudante doctor en la Universidad de Valladolid (Palencia, España)

joseluis.rodriguez@uva.es | <https://orcid.org/0000-0002-7736-9004>

Luis Jorge Martín-Antón

Profesor titular de universidad en la Universidad de Valladolid (Valladolid, España)

luisjorge.martin@uva.es | <https://orcid.org/0000-0003-0534-960X>

Alfonso Salgado-Ruiz

Catedrático de la Universidad Pontificia de Salamanca (Salamanca, España)

asalgadoru@upsa.es | <https://orcid.org/0000-0002-3534-2276>

Miguel Ángel Carbonero-Martín

Catedrático de la Universidad de Valladolid (Valladolid, España)

miguelangel.carbonero@uva.es | <https://orcid.org/0000-0002-2057-1762>

Extracto

El uso problemático de internet (UPI) es una tendencia creciente entre adolescentes y estudiantes universitarios. Es preocupante que, en España, un 3,50 % de la población manifiesta un UPI, con prevalencias más altas en jóvenes de 15 a 24 años. Este trabajo analiza la posible relación entre variables psicológicas y de aprendizaje con el UPI. En la investigación, tomaron parte 727 estudiantes provenientes de distintos campus universitarios, públicos o privados, de Castilla y León (España); siendo un 20,90 % varones (edad $21,4 \pm 2,6$ años) y un 79,10 % mujeres (edad $21 \pm 2,4$ años). La incidencia del UPI observada a través de la escala CIUS fue del 28,70 %. Las personas más jóvenes y mujeres muestran mayor autopercepción del UPI. No se encontraron diferencias en el rendimiento académico con relación al riesgo del UPI. Se determinó la influencia del apoyo familiar (escala MSPSS); la depresión, la ansiedad y el estrés (escala DASS-21); la atención y claridad, como componentes de inteligencia emocional (escala TMMS-24); y la edad en el riesgo del UPI en universitarios españoles. Es necesario investigar más a fondo la conexión entre el desempeño académico y el UPI. Y se precisa desarrollar programas que incrementen las competencias emocionales en los estudiantes universitarios optimizando su desarrollo y brindando protección contra conductas desadaptativas, como las adicciones tecnológicas, así como establecer los mecanismos de derivación terapéutica para quienes presenten un grado de interferencia que sea clínicamente significativo.

Palabras clave: uso problemático de internet (UPI); apoyo social percibido; inteligencia emocional; depresión; rendimiento académico; estudiantes universitarios.

Recibido: 09-09-2024 | Aceptado: 08-05-2025 | Publicado (por anticipado): 06-06-2025

Cómo citar: Rodríguez-Sáez, J. L., Martín-Antón, L. J. Salgado-Ruiz, A. y Carbonero-Martín, M. Á. (2025). Uso problemático de internet en personas universitarias: influencia de la inteligencia emocional, depresión, ansiedad, estrés, apoyo social percibido y rendimiento académico. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 32, 185-209. <https://doi.org/10.51302/tce.2025.24035>

Problematic internet use in university students: influence of emotional intelligence, depression, anxiety, stress, perceived social support and academic performance

José Luis Rodríguez-Sáez (corresponding author)

Assistant professor at the Universidad de Valladolid (Palencia, Spain)

joseluis.rodriguez@uva.es | <https://orcid.org/0000-0002-7736-9004>

Luis Jorge Martín-Antón

Associate professor at the Universidad de Valladolid (Valladolid, Spain)

luisjorge.martin@uva.es | <https://orcid.org/0000-0003-0534-960X>

Alfonso Salgado-Ruiz

Professor at the Universidad Pontificia de Salamanca (Salamanca, Spain)

asalgadoru@upsa.es | <https://orcid.org/0000-0002-3534-2276>

Miguel Ángel Carbonero-Martín

Professor at the Universidad de Valladolid (Valladolid, Spain)

miguelangel.carbonero@uva.es | <https://orcid.org/0000-0002-2057-1762>

Abstract

Problematic internet use (PIU) is a growing trend among adolescents and university students. It is worrying that, in Spain, 3.50 % of the population reports PIU, with higher prevalence in young people aged 15-24 years. This study analyses the possible relationship between psychological and learning variables and PIU. The research involved 727 students from different public and private university campuses in Castilla y León (Spain); 20,90 % were male (age $21,4 \pm 2,6$ years) and 79,10 % were female (age $21,0 \pm 2,4$ years). The incidence of PIU observed through the CIUS scale was 28,70 %. Younger people and women show higher self-perception of PIU. No differences were found in academic performance in relation to PIU risk. The influence of family support (MSPSS scale); depression, anxiety and stress (DASS-21 scale); attention and clarity as components of emotional intelligence (TMMS-24 scale), and age on PIU risk in Spanish university students was determined. The connection between academic performance and PIU needs to be further investigated. And there is a need to develop programmes that increase emotional competences in university students, optimising their development and providing protection against maladaptive behaviours such as technological addictions, as well as establishing mechanisms for therapeutic referral for those who present a clinically significant degree of interference.

Keywords: problematic internet use (PIU); perceived social support; emotional intelligence; depression; academic performance; university students.

Received: 09-09-2024 | Accepted: 08-05-2025 | Published (preview): 06-06-2025

Citation: Rodríguez-Sáez, J. L., Martín-Antón, L. J. Salgado-Ruiz, A. and Carbonero-Martín, M. Á. (2025). Problematic internet use in university students: influence of emotional intelligence, depression, anxiety, stress, perceived social support and academic performance. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 32, 185-209. <https://doi.org/10.51302/tce.2025.24035>

Sumario

- 1. Introducción
- 2. Objetivos
- 3. Método
 - 3.1. Participantes
 - 3.2. Diseño y procedimiento
 - 3.3. Instrumentos
 - 3.4. Análisis estadístico
- 4. Resultados
- 5. Discusión
- 6. Conclusiones
- Referencias bibliográficas

Nota: los autores del artículo declaran que todos los procedimientos llevados a cabo para la elaboración de este trabajo de investigación se han realizado de conformidad con las leyes y directrices institucionales pertinentes. Asimismo, los autores del artículo han obtenido el consentimiento informado (libre y voluntario) por parte de todas las personas intervinientes en este estudio de investigación.

1. Introducción

Internet se ha transformado en una herramienta multiuso indispensable en la vida cotidiana de las personas. Su empleo se encuentra ampliamente extendido en la población española, encontrando, entre los más jóvenes, a los usuarios más activos. Según la Encuesta de Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación en los Hogares en España elaborada en 2023, el 95,40 % de las personas entre 16 y 74 años ha accedido a internet en los últimos tres meses, mostrando un aumento de 0,9 puntos con respecto al año anterior. Durante los últimos años, se ha incrementado el número de personas que usan internet y las disparidades de género han cambiado, reduciendo la brecha del 1,8 en 2017 (a favor de los hombres) al 0,3 en 2023 (a favor de las mujeres). Los jóvenes de 16 a 24 años utilizan internet con mayor frecuencia, con un 99,80 % en los hombres y un 99,70 % en las mujeres (Instituto Nacional de Estadística [INI], 2023).

Los estudiantes universitarios son usuarios importantes de internet e interactúan con él a diario para diversos fines, como la obtención de información, el entretenimiento y la comunicación con amigos y familiares (Adorjan *et al.*, 2021). Sin embargo, los innumerables beneficios del uso de esta herramienta tecnológica pueden eclipsarse ante un uso incontrolado e, incluso, resultar una amenaza (Díaz Cárdenas *et al.*, 2019).

El UPI está en auge y afecta principalmente a la población universitaria, pero también en menor medida a adolescentes y adultos (Hinojo-Lucena *et al.*, 2021). El UPI es descrito como un uso extensivo y compulsivo de la red, vinculado a una pérdida de control y a consecuencias adversas para el individuo (Caplan, 2002). El aumento de la conexión constante en línea como forma de relación y la gratificación instantánea generada aumenta el interés y la voluntad de quedarse en un entorno social virtual para formar la identidad social de los jóvenes (Díaz-Aguado *et al.*, 2018). Puesto que las tecnologías de la información son regularmente utilizadas en actividades educativas, recreativas, de interacción social y laboral, es fundamental identificar y evitar los riesgos asociados con su uso (Ortuño-Sierra *et al.*, 2022).

Actualmente, el UPI todavía no ha recibido validación por los sistemas nosológicos clásicos (clasificación internacional de enfermedades [CIE-11] o *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* [DSM-5]), pero su interés se ha reflejado en la importante producción científica que se ha vertido sobre este tema. Aunque en la actualidad no hay consenso sobre cómo nombrar a las personas que muestran este comportamiento, la literatura utiliza diferentes términos para describir el mismo fenómeno, tales como «adicción a internet», «dependencia de internet» y «uso problemático de internet» o «UPI». Estos términos re-

saltan los patrones poco saludables del uso de internet que pueden provocar importantes problemas biopsicosociales, especialmente entre las personas más jóvenes (Barros *et al.*, 2019; Variamparampil, 2024).

Investigaciones epidemiológicas recientes han observado una amplia variación en las tasas del UPI en la población general (López-Fernández y Kuss, 2020). En el caso de la población universitaria, también se ha encontrado variabilidad en las tasas de prevalencia del UPI (4-51%), que puede explicarse por la falta de criterios diagnósticos y las diferencias culturales entre las muestras (Sánchez-Fernández *et al.*, 2023). Sin embargo, a pesar de esta variabilidad, estos problemas aumentan con el tiempo (Kuss *et al.*, 2021; López-Fernández y Kuss, 2020; Pan *et al.*, 2020; Shao *et al.*, 2018) y los estudiantes universitarios tienden a tener un mayor riesgo de UPI (Anderson *et al.*, 2017; Ferrante y Venuleo, 2021). Al mismo tiempo, otros autores indican que los universitarios no muestran complicaciones severas derivadas del uso que realizan de internet (Marín-Díaz *et al.*, 2019; Sánchez Rodríguez *et al.*, 2015).

España sobresale a nivel europeo por tener una alta proporción de adolescentes en riesgo de adicción a internet (Díaz-Aguado *et al.*, 2018). Según la Encuesta sobre Alcohol, Drogas y Otras Adicciones en España (EDADES), publicada por el Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA) en 2022, el 3,50 % de las personas encuestadas afirmaba realizar un uso compulsivo de internet. La tasa es casi la misma en mujeres y hombres (3,60 % versus 3,40 %, respectivamente), con una leve disminución respecto a 2020, que fue del 3,70 %. En cuanto a la edad, se observa que las prevalencias más altas del UPI las encontramos en el tramo de 15 a 24 años (10,80 %) y van descendiendo conforme avanza la edad de los encuestados (OEDA, 2023).

Las variables predictivas del UPI entre estudiantes universitarios han sido abordadas por diferentes estudios (Hinojo-Lucena *et al.*, 2021; Sánchez-Fernández, 2023). Revisiones previas han examinado los factores de riesgo para el UPI, encontrando que el hecho de ser más joven y hombre, tener un estatus socioeconómico familiar más alto, la duración del uso, las redes sociales y los juegos, el neuroticismo, la impulsividad, la soledad, la depresión, la ansiedad y la psicopatología general aumentan el riesgo de UPI generalizado (Aznar Díaz *et al.*, 2020; Kuss *et al.*, 2021); la depresión y la agresión fueron los principales factores de riesgo para la adicción al juego en línea; los problemas de juego en internet se asociaron con una menor inteligencia emocional y malestar psicológico, y el uso problemático de pornografía en línea se relacionó en mayor frecuencia con problemas de relación, preocupación disruptiva y desregulación conductual (Kuss *et al.*, 2021). En relación con estas variables y el UPI, la revisión de Sánchez-Fernández *et al.* (2023) concluye que hay 10 factores relacionados con el UPI, divididos en tres categorías (patrones de uso, variables psicológicas y estilos de vida). Entre estos, nueve fueron factores de riesgo sobre el funcionamiento psicológico (tiempo dedicado a internet, juegos en línea, depresión, afecto negativo, estrés vital, cogniciones desadaptativas, impulsividad, mala calidad del sueño, uso de sustancias [alcohol y drogas] y un factor protector [conciencia]). Por otro lado, estudios de metaanálisis han determinado la relación del UPI con un menor apoyo social (Lei *et al.*, 2018), un aumento

en las tasas de suicidio (Cheng *et al.*, 2018), carencia de autorregulación, ansiedad, baja autoestima, inactividad física y baja autoeficacia académica (Hinojo-Lucena *et al.*, 2021).

La inteligencia emocional juega un papel crucial como factor relacionado con el UPI en el alumnado universitario. Los estudios muestran que los niveles elevados de inteligencia emocional están relacionados con menores tasas de adicción a internet y al UPI, lo que implica que las competencias emocionales pueden disminuir los efectos negativos del uso excesivo de internet o permitir un mayor control de su uso (Vu *et al.*, 2022). Varios estudios sugieren una correlación entre bajos niveles de inteligencia emocional y un incremento del UPI. Esta conexión es particularmente evidente entre los adolescentes y adultos jóvenes, donde la regulación emocional desempeña un papel crucial (Alshakhsi *et al.*, 2023; Fernández-Martínez *et al.*, 2023).

El apoyo social percibido está inversamente relacionado con el UPI entre el alumnado universitario (Sánchez-Fernández *et al.*, 2023), ya que los estudiantes pueden recurrir a internet en busca de mecanismos para hacer frente a la falta de redes sociales sólidas. La alfabetización sanitaria y el bienestar subjetivo, influenciados por el apoyo social, desempeñan un papel fundamental a la hora de mitigar el UPI entre la población universitaria (Liu *et al.* 2024). Por otro lado, Hu *et al.* (2024) descubrieron que los individuos que perciben un escaso respaldo social tienen más probabilidades de involucrarse en un uso problemático de redes sociales, indicando que el apoyo social puede actuar como un factor de protección frente a tales conductas (González Retuerto y Estévez Gutiérrez, 2017). Por su parte, Sánchez-Fernández *et al.* (2024) enfatizan las conexiones entre el UPI y la angustia psicológica, sugiriendo que el apoyo social puede aliviar la angustia emocional y, por lo tanto, reducir el UPI.

La interacción entre la depresión y el UPI entre los estudiantes universitarios es compleja y multifacética. El UPI se asocia con la depresión en la población universitaria (Sánchez-Fernández *et al.*, 2024; Villanueva-Silvestre *et al.*, 2022). Así, las personas que sufren sintomatología depresiva pueden recurrir a las nuevas tecnologías como medio para regular su estado de ánimo. Sin embargo, aunque ambos factores estén relacionados, González Retuerto y Estévez Gutiérrez (2017) destacan la importancia del apoyo social como una variable moderadora entre el UPI y la depresión, enfatizando la importancia de seguir explorando este aspecto en futuras investigaciones.

Otros estudios también han demostrado que existe una asociación estadísticamente significativa, positiva y sólida entre el estado emocional negativo evaluado por el DASS 21 (*depression anxiety stress scales*) y el UPI (Jelleli *et al.*, 2024).

El rendimiento académico se relaciona negativamente con el UPI, ya que los estudiantes con niveles de rendimiento académico más bajos suelen mostrar niveles más altos de adicción a internet. Por el contrario, pasar más tiempo usando internet puede conducir a un menor rendimiento académico por un exceso de tiempo y de implicación en actividades con la red, lo que pone de relieve una relación compleja entre ambos (Jiang *et al.*, 2024). Asimismo,

varios estudios señalan que el UPI puede conducir a resultados académicos negativos (Jian *et al.*, 2024; Marín Vila *et al.*, 2018), principalmente a través de mecanismos como la procrastinación y el estrés académico (Doktorová *et al.*, 2023), aunque otras investigaciones señalan que no hay relación entre el UPI y el bajo desempeño académico (Bahrami *et al.*, 2024; Díaz Cárdenas *et al.*, 2019).

2. Objetivos

Esta investigación persigue examinar las relaciones entre las siguientes variables: apoyo social percibido, inteligencia emocional, malestar psicológico, rendimiento académico y uso problemático de internet en la población universitaria.

3. Método

3.1. Participantes

La muestra estaba constituida por un grupo de 727 estudiantes de diferentes instituciones de educación superior públicas y privadas de Castilla y León (España) elegidos a través de un muestreo no aleatorio por conveniencia. Los requisitos para ser parte del estudio fueron tener entre 18 y 29 años y estudiar en alguna universidad de Castilla y León.

El 79,10 % de las personas que participaron en el estudio eran mujeres. La media de edad fue de 21,09 ($DT = 2,45$). La mayoría de quienes participaron estudiaba en universidades públicas (73,30 %). El 56,30 % vivía en el domicilio familiar. Principalmente, eran personas solteras (99,40 %). Solamente un 20,40 % estudiaba y trabajaba. El 62,60 % pertenecían a grados del área de Ciencias Sociales y Jurídicas. La muestra tenía una nota media de 7,2.

3.2. Diseño y procedimiento

La investigación es de naturaleza cuantitativa, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance descriptivo-correlacional. Su finalidad es analizar la conexión entre variables psicológicas y de rendimiento académico con el uso problemático de internet en estudiantes universitarios de Castilla y León (España). Los participantes fueron contactados a través de las plataformas de aprendizaje *online* de las distintas universidades en las que los profesores colgaron el enlace a un formulario *online* donde se recogían las respuestas. Cada uno de los participantes recibió el consentimiento informado, donde se detalló el objetivo del estudio, se mencionó que la participación era opcional y se aseguró que la información recolectada sería confidencial y anónima. Este estudio recibió la aprobación del Comité de Ética de la Investigación del Área de Salud Valladolid Este (número de aprobación PI 21-2241 NO HCUV).

3.3. Instrumentos

Todos los participantes cumplimentaron un autoinforme anónimo, con variables socio-demográficas y rendimiento académico (nota media), la escala CIUS, la escala DASS-21, la escala TMMS-24 y la escala MSPSS.

A) *Compulsive internet use scale* (CIUS; Meerkkerk et al., 2009)

Es una escala de cribado del uso problemático de internet. Se trata de una escala que consta de 14 ítems en una escala Likert de cinco puntos. Evalúa cinco dimensiones: pérdida de control (ítems 1, 2, 5 y 9), preocupación (ítems 4, 6 y 7), síntomas de abstinencia (ítem 14), afrontamiento o modificación del estado de ánimo (ítems 12 y 13) y conflicto (ítems 3, 8, 10 y 11). La escala consta de un total de 56 puntos, en la que una puntuación mayor o igual a 28 indica un riesgo para un posible uso compulsivo de internet. La versión española de Ortuño-Sierra et al. (2022) presenta un coeficiente omega de McDonald para la puntuación total de la CIUS de 0,91. Todos los índices de discriminación estaban por encima de 0,30. En el estudio original, el α de Cronbach reportado fue de 0,89. En el presente estudio, el α fue de 0,93, lo que indica una alta confiabilidad interna.

B) *Depression anxiety stress scales* (DASS-21; Lovibond y Lovibond, 1995)

Se utilizó la versión española de Bados et al. (2005), que evidencia buenos niveles de consistencia interna para las subescalas, que oscilan entre 0,70 y 0,82. En este estudio están entre 0,83 y 0,90. En esta prueba, cada enunciado describe un sentimiento negativo experimentado durante la última semana. El sujeto debe categorizar cada ítem en una escala de tipo Likert de cuatro puntos, desde 0 («No me ha ocurrido») a 3 («Me ha ocurrido mucho o la mayor parte del tiempo»). La evaluación consta de 21 ítems distribuidos en tres dimensiones que miden depresión, ansiedad y estrés. Cada dimensión está formada por siete elementos. Se tuvieron en cuenta las puntuaciones de corte examinadas por Antony et al. (1998) para clasificar los diversos síntomas según su gravedad (por ejemplo, «sin sintomatología», «leve», «moderada», «severa» o «extremadamente severa»).

C) *Trait meta mood scale* (TMMS-24; Salovey et al., 1995)

Se recurrió a la versión española de Fernández-Berrocal et al. (2004). Se trata de una «escala rasgo» de inteligencia emocional que mide el metaconocimiento de los estados emocionales a través de 24 ítems que se responden usando una escala tipo Likert de cinco puntos. Los coeficientes de confiabilidad son de $\alpha = 0,86$ para las escalas de atención emocional y reparación de las emociones y de $\alpha = 0,90$ para la escala de claridad emocional. En el presente estudio, la prueba evidencia buenos niveles de consistencia interna para las subescalas, que oscilan entre $\alpha = 0,90$ (atención emocional), $\alpha = 0,93$ (claridad emocional) y $\alpha = 0,90$ (reparación emocional). Más específicamente, evalúa las habilidades que nos

permiten reconocer nuestras emociones y regularlas. La TMMS-24 incluye tres componentes fundamentales de la inteligencia emocional (atención emocional, claridad emocional y reparación de las emociones) con ocho elementos en cada uno.

D) *Multidimensional scale of perceived social support* (MSPSS; Zimet *et al.*, 1988)

Se utilizó la versión adaptada al castellano por Landeta y Calvete (2002), que presenta unas buenas propiedades psicométricas ($\alpha = 0,916$). En el presente estudio, la prueba evidencia buenos niveles de consistencia interna ($\alpha = 0,953$). Es un cuestionario que consta de 12 ítems que miden la percepción de apoyo social de las personas que lo responden. La evaluación se realiza en tres áreas: familia, amigos y persona significativa, con siete niveles de respuesta, que van desde 1 («Totalmente en desacuerdo») hasta 7 («Totalmente de acuerdo»).

3.4. Análisis estadístico

Se llevaron a cabo análisis descriptivos para examinar las particularidades de la muestra según la presencia o ausencia de problemas derivados del uso de internet. En el análisis descriptivo de variables sociodemográficas se calcularon las prevalencias. De la misma manera, se estimaron los *odds ratio crudos* (ORc) y ajustados mediante regresión logística, con sus correspondientes índices de confianza (IC) 95 %, teniendo en cuenta ajustes por sexo, edad y titulación. Se estimó el estadístico de Levene para evaluar la homogeneidad de varianzas en el UPI según el sexo. Los resultados permitieron contrastar que se cumplía la homogeneidad de varianzas (F basado en la media = 1,210; $p = 0,272$). Se usó la mediana (21 años) como criterio estadístico de división porque es una estrategia que minimiza la influencia de valores extremos o asimetrías en la distribución de la edad; asegura dos grupos de tamaño similar, lo que facilita comparaciones estadísticas más robustas; y evita sesgos muestrales. En cuanto al criterio de segmentación de la titulación, dado que la mayoría de las personas encuestadas eran de la rama de ciencias sociales, se optó por agrupar el resto de las titulaciones para tratar de equilibrar los tamaños muestrales y que el grupo de mayor tamaño se aproximara a no superar 1,5 veces el tamaño del grupo menor. No obstante, se realizó la prueba de Levene para evaluar la homogeneidad de varianzas en el uso compulsivo de internet según la titulación. Los resultados no fueron significativos en ninguna de las pruebas ($p > 0,05$), indicando que no se violó el supuesto de homocedasticidad (F basado en la media = 0,344; $p = 0,558$). Esto permite asumir igualdad de varianzas.

Con la finalidad de comprobar si existían diferencias significativas en el UPI en relación con el rendimiento académico, se categorizó al alumnado universitario en aquellos con mayor y menor rendimiento, tomando como calificación de corte 8, dado que el rendimiento académico de las personas participantes estaba en un nivel medio-alto ($M = 7,2$; $SD = 0,98$).

Para las comparaciones en función del sexo, edad y riesgo del UPI, se emplearon dos pruebas: chi-cuadrado y *U* de Mann Whitney, según correspondiera al tipo de variable. Y para conocer el tamaño del efecto se hizo con la *r* de Rossenthal. Asimismo, se llevó a cabo un análisis correlacional para verificar si existía alguna relación entre las variables del estudio. Se usaron correlaciones bivariadas para este propósito.

Finalmente, se realizó un análisis del potencial predictivo del apoyo social (amigos, familia y otros significativos), la sintomatología de malestar emocional y la inteligencia emocional sobre la variable dependiente: uso compulsivo de internet (riesgo/no riesgo). También se incluyeron en el análisis, como posibles predictores, las variables sexo, edad y rendimiento académico. Para verificar la independencia de los predictores, se evaluó la colinealidad mediante los valores de tolerancia y el factor de inflación de la varianza (VIF). Los resultados mostraron que todas las variables presentan valores adecuados de tolerancia ($> 0,1$) y VIF ($< 1,5$), lo que sugiere que no existe colinealidad significativa entre los predictores y, por lo tanto, se cumple el supuesto de independencia en la regresión logística binaria.

4. Resultados

En la muestra, el 28,70 % de las personas presentaba UPI y no hubo diferencias estadísticamente significativas según sexo, edad o titulación (véase cuadro 1).

Cuadro 1. Características sociodemográficas

Uso compulsivo de internet												
		N	n	%	ORc	IC 95 %	B	p	ORa	IC 95 %	B	p
Sexo	Mujer	575	170	29,60	1							
	Varón	152	39	25,70	0,822	0,55-1,23	-0,0196	0,344	0,852	0,57-1,28	-0,160	0,443
Edad	≥ 21 años	373	95	25,50	1							
	< 21 años	354	114	32,20	1,39	1-1,92	0,329	0,045	1,36	0,98-1,88	0,306	0,064
Titulación	Otra titulación	272	70	25,70	1							
	Ciencias Sociales y Jurídicas	455	139	30,50	1,27	0,91-1,78	0,239	0,166	1,23	0,87-1,72	0,203	0,242

Nota. ORc (odds ratio crudo) y ORa (odds ratio ajustado por sexo, edad y titulación).

Fuente: elaboración propia.

Como se puede ver en el cuadro 2, un 28,70 % del alumnado manifestó realizar un posible uso compulsivo de internet. La prevalencia fue similar entre hombres y mujeres (25,70 % versus 29,60 %), pero resultó superior entre quienes eran menores de 21 años (32,20 % versus 25,50 %), detectándose diferencias significativas por grupos de edad ($\chi^2 = 4,021$ (1); $p = 0,045$).

Cuadro 2. Diferencias de sexo y edad en las escalas CIUS

CIUS	Global (%)	Sexo		χ^2	p	Edad		χ^2	p
		Varón (%)	Mujer (%)			< 21 años	≥ 21 años		
Sí	28,70	25,70	29,60	0,896	0,344	32,2	25,5	4,021	0,045
No	71,30	74,30	70,40	0,896	0,344	67,8	74,5	4,021	0,045

Fuente: elaboración propia.

Si se valora la presencia de problemas psicológicos, el alumnado con CIUS positivo refirió padecer en mayor medida depresión, ansiedad y estrés (véase cuadro 3), con un tamaño del efecto pequeño; sin embargo, no se produjeron diferencias en el rendimiento académico con relación al riesgo de uso compulsivo de internet.

Cuadro 3. Diferencias en problemas psicológicos y rendimiento académico entre usuarios/as compulsivos/as de internet

DASS-21		CIUS		Contraste	r
		Riesgo	No riesgo		
Depresión		73,20 %	51,40 %	$\chi^2 = 28,158$; $p < 0,001$	0,25
		Mdn = 8	Mdn = 5	U = 37.029,5; $p < 0,001$	
Ansiedad		70,80 %	55,60 %	$\chi^2 = 14,361$; $p < 0,001$	0,18
		Mdn = 7	Mdn = 4	U = 41.604,5; $p < 0,001$	
Estrés		67,90 %	51 %	$\chi^2 = 17,407$; $p < 0,001$	0,20
		Mdn = 10	Mdn = 8	U = 40.253,5; $p < 0,001$	
Rendimiento académico	Hasta 7,9	62,20 %	60,60 %	$\chi^2 = 0,157$; $p = 0,692$	-
	De 8 a 10	37,80 %	39,40 %	$\chi^2 = 0,157$; $p = 0,692$	-
	Nota media	Mdn = 7	Mdn = 7	U = 51.369,5; $p = 0,256$	-

Fuente: elaboración propia.

El cuadro 4 exhibe los coeficientes de correlación entre las variables de interés, centrándose especialmente en la relación entre problemas psicológicos (depresión, ansiedad, estrés), apoyo social percibido e inteligencia emocional con el uso compulsivo de internet.

Cuadro 4. Matriz de correlaciones de Spearman entre las variables del estudio (N = 727)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. CIUS	–								
2. Depresión	0,302**	–							
3. Ansiedad	0,234**	0,708**	–						
4. Estrés	0,233**	0,688**	0,755**	–					
5. Apoyo de la familia	–0,163**	–0,229**	–0,201**	–0,097**	–				
6. Apoyo de los amigos	–0,084*	–0,233**	–0,178**	–0,094*	0,547**	–			
7. Apoyo de persona significativa	–0,078*	–0,199**	–0,137**	–0,027	0,524**	0,611**	–		
8. Atención	0,114**	0,089*	0,143**	0,209**	0,143**	0,181**	0,175**	–	
9. Claridad	–0,172**	–0,229**	–0,135**	–0,052	0,229**	0,217**	0,286**	0,438**	–
10. Reparación	–0,068	–0,242**	–0,133**	–0,061	0,230**	0,230**	0,200**	0,350**	0,538**

Nota. Se utilizó la correlación de Spearman. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Fuente: elaboración propia.

Es importante mencionar la correlación negativa que se encontró entre las tres dimensiones de apoyo social percibido y el uso compulsivo de internet: apoyo de la familia y CIUS ($p = -0,163$; $p < 0,001$); apoyo de los amigos y CIUS ($p = -0,084$; $p = 0,024$); y apoyo de persona significativa ($p = -0,078$; $p = 0,037$) y CIUS. La correlación más alta se dio entre la sintomatología depresiva y el uso compulsivo de internet ($p = 0,302$; $p < 0,001$). También se observó una correlación significativa en dos de las dimensiones de la escala de inteligencia emocional: atención y CIUS ($p = 0,114$; $p = 0,002$) y claridad y CIUS ($p = -0,172$; $p < 0,001$). No se encontró una conexión relevante, desde el punto de vista estadístico, entre el desempeño académico y el uso compulsivo de internet.

Por último, se realizó un análisis de regresión logística binaria considerando las correlaciones del cuadro 4. El objetivo era estudiar el potencial predictivo del apoyo social (amigos, familia y otros significativos), el malestar emocional y la inteligencia emocional sobre la variable dependiente de uso compulsivo de internet (riesgo/no riesgo). También se incluyeron en el análisis, como posibles predictores, las variables sexo, edad y rendimiento académico.

Los hallazgos de estos análisis de cálculo de regresión hacia delante (por ejemplo, Wald) se indican en el cuadro 5 y permitieron definir el perfil de jóvenes universitarios con posible uso compulsivo de internet.

Cuadro 5. Modelo de regresión logística binaria CIUS

Uso compulsivo de internet								
Variables independientes	B	SEB	Wald	df	p	Exp (B)	95 % CI para Exp (B)	
							Inf.	Sup.
Apoyo de la familia	-0,156	0,059	7,061	1	0,008	0,856	0,763	0,960
Depresión	0,070	0,017	17,767	1	< 0,001	1,073	1,038	1,108
Atención	0,081	0,015	28,520	1	< 0,001	1,084	1,052	1,116
Claridad	-0,046	0,014	10,173	1	0,001	0,955	0,929	0,983
Edad	-0,101	0,040	6,408	1	0,011	0,904	0,835	0,977

Nota. Las variables independientes son especificadas en el epígrafe 5.

Fuente: elaboración propia.

En la prueba ómnibus se obtuvo un modelo significativo ($\chi^2 (5) = 86,419$; $p < 0,001$) que permitió explicar un 16 % de la varianza (R^2 Nagelkerke). La prueba de Hosmer-Lemeshow obtuvo un buen resultado para evaluar la bondad de ajuste del modelo ($p = 0,148$ [$p > 0,05$]), por lo que se deduce que este se trata de un modelo aceptable. La conexión entre el uso compulsivo de internet como variable dependiente y el resto de las variables resultó ser estadísticamente significativa para las relaciones dadas con depresión, apoyo familiar, atención, claridad y edad ($p < 0,05$), estableciendo una relación negativa en apoyo familiar, claridad y edad ($B = -0,156$; $B = -0,046$; $B = -0,101$).

5. Discusión

La relación del UPI con variables como el sexo y la edad parece que no ha reportado datos concluyentes (Vega Gea *et al.*, 2021). A pesar de que la literatura señala que el UPI muestra una mayor prevalencia entre los varones (Lozano-Blasco *et al.*, 2022), por lo que respecta al sexo, al igual que en otros estudios (Colmenares Guillén *et al.*, 2017; Golpe Ferreiro *et al.*, 2017; Vega Gea *et al.*, 2021), las mujeres alcanzaron una mayor prevalencia del UPI que los varones. Esto puede ser resultado de la diversidad de instrumentos de evaluación: un sesgo en la muestra debido a la sobrerrepresentación de mujeres, consecuencia de la mayor presencia femenina en los grados de Ciencias Sociales y Jurídicas, lo que puede influir en la generalización de los resultados del estudio, y quizás también a una mayor popularidad de las redes sociales entre las mujeres, quienes se sabe que son más activas (Lozano *et al.*, 2022). Además, el UPI, en las mujeres, viene relacionado principalmente con elementos emocionales y de adaptación al contexto social (Simsek *et al.*, 2019), lo que marca una diferencia de género importante y exige una distinta interpretación de los resultados, que no pueden ajustarse a un patrón exclusivo sin diferenciar entre varones y mujeres (Labrador *et al.*, 2022).

Con relación a la edad, los estudiantes más jóvenes (< 21 años) indicaron sentir que utilizaban internet de manera problemática en mayor medida que los grupos de estudiantes más mayores. Estas cifras sugieren resultados consistentes con investigaciones anteriores sobre la correlación entre la edad y el uso de internet en población universitaria (Fernández-Villa *et al.*, 2015; Romero-López *et al.*, 2021; Sánchez Vega *et al.*, 2016; Stubbs *et al.*, 2023). Hay discusión sobre qué etapa de la vida es más propensa al UPI, pero, en general, los estudios apuntan a la adolescencia como un periodo crítico para este trastorno (Anderson *et al.*, 2017; Baz-Rodríguez *et al.*, 2020; Szapary, 2024). No obstante, una posible explicación de la vulnerabilidad del alumnado universitario al UPI podría apuntar a su mayor independencia, a un menor control parental y a una mayor exposición a redes sociales, al menos de la mano de los estudios sociológicos que así lo confirman. La etapa vital universitaria implica exploración identitaria y presión social, aumentando la susceptibilidad al UPI (Schiano *et al.*, 2016). Además, la adolescencia es un periodo de mayor impulsividad, que es uno de los factores principales asociados a un uso abusivo de internet, sobre todo en relación con los videojuegos *online* (Bernaldo de Quirós *et al.*, 2021; Labrador *et al.*, 2020), mientras que en la etapa universitaria se puede desarrollar dependencia digital por estudios o vida social, o como forma de evitación de situaciones de estrés y carga académica. Estas diferencias sugieren mecanismos funcionales distintos según la edad, tales como la regulación emocional o el refuerzo social de la actividad *online*.

En cuanto a la macroárea a la que pertenecen los estudios cursados, no se hallaron diferencias importantes en el uso de internet entre los estudiantes. En otras investigaciones, como la llevada a cabo por Vega Gea *et al.* (2021), se encontraron disparidades, siendo los estudiantes de la rama de Ciencias Sociales los que mostraron calificaciones más bajas

en el UPI. Sin embargo, hay pocos estudios que analicen cómo los estudiantes de diversas disciplinas hacen uso de internet. Parece crucial continuar investigando la razón de estas disparidades.

La relación encontrada en este estudio entre el UPI y las variables de malestar psicológico ha sido constatada por otros investigadores (Uddin *et al.*, 2016). Según Lozano-Blasco *et al.* (2022), el UPI está relacionado con dificultades en las relaciones interpersonales, depresión, ansiedad (Arcelus *et al.*, 2017; Bernaldo de Quirós *et al.*, 2021; Chou *et al.*, 2017; Dieris-Hirche *et al.*, 2017; Leménager *et al.*, 2018), estrés percibido y problemas en la capacidad de resiliencia (Canale *et al.*, 2019; Labrador *et al.*, 2020). En el alumnado universitario, el UPI está modulado por varios factores predictivos. El estudio de Cheng y Zhang (2024) identifica el estrés, el autocontrol, el placer, la ansiedad, la autoeficacia y el apoyo social como predictores importantes de la adicción a internet entre los estudiantes universitarios, destacando las interrelaciones entre estos factores y su influencia en problemas de salud mental como la ansiedad y la depresión. La falta de apoyo social, e incluso una menor frecuencia e insistencia de control parental frente al uso de la red, puede exacerbar los sentimientos de aislamiento, disminuir la percepción de riesgo de un empleo excesivo, impulsivo y de gran implicación, y llevar a un mayor uso de internet como sustituto de las interacciones en la vida real.

Y en cuanto al rendimiento académico, no se encontraron diferencias asociadas al UPI. A este respecto, un reciente estudio realizado con 400 estudiantes de Medicina tampoco observó ninguna relación significativa entre el UPI y el rendimiento académico, lo que sugiere que el impacto puede variar según la disciplina (Bahrami *et al.*, 2024). Sin embargo, Hinojo-Lucena *et al.* (2021) indican que ciertos estudios sostienen que el UPI tiene un impacto negativo en la creencia en la propia capacidad académica (Marín Vila *et al.*, 2018; Rial Boubeta *et al.*, 2015; Skues *et al.*, 2016). Y otros estudios destacan los efectos perjudiciales de la excesiva participación en internet en los resultados académicos (Jiang *et al.*, 2024; Tilahun *et al.*, 2024). Además, el UPI se ha relacionado con la procrastinación académica, lo que indica que su aumento puede provocar la postergación de las tareas académicas, lo que perjudica aún más el rendimiento (Doktorová *et al.*, 2023), generando un efecto de mutua influencia, mantenedor de ambos problemas.

El análisis de regresión logística corrobora el influjo de las dimensiones de depresión, apoyo familiar, atención, claridad y edad sobre el UPI, sugiriendo que el apoyo social de la familia podría tener un efecto protector en el UPI. A pesar de que la magnitud del coeficiente de determinación (R^2) era bajo (0,16), estos hallazgos apuntan en la línea de respaldar investigaciones previas sobre la influencia predictiva del apoyo social percibido (González Retuerto y Estévez Gutiérrez, 2017). Más allá del porcentaje de varianza explicado, la evidencia que respalda la importancia del apoyo familiar podría estar relacionada con el hecho de que los universitarios se hallan en una etapa de transición hacia la adultez sin cortar completamente los lazos con su familia. Odacı y Çikrikci (2017) señalan que, a medida que aumentan los niveles de depresión, ansiedad y estrés, se incrementa el UPI.

Igualmente, González Retuerto y Estévez Gutiérrez (2017) observaron que existe una relación entre el UPI y los síntomas depresivos, la ansiedad, la autoestima baja y un escaso apoyo social percibido. Estos resultados convergen con los encontrados en el presente estudio y podrían estar confirmando la misma relación.

A pesar del interés creciente de la comunidad científica por esta cuestión, hay una falta casi total de estudios que aborden las dimensiones específicas de la inteligencia emocional relacionadas con el UPI. Un ejemplo de excepción es la investigación de Derya *et al.* (2019), en la que encontraron relaciones negativas entre los componentes de percepción intrapersonal y regulación emocional y el UPI (no obstante, empleando diferentes instrumentos de medición). El presente estudio evidenció que los universitarios con UPI presentaban niveles más altos de atención emocional y niveles más bajos de claridad emocional. Llama la atención cómo aquellos estudiantes con UPI muestran prevalentemente niveles más altos en la variable «atención», lo que les hace capaces de atender a sus sentimientos, y, sin embargo, presentan niveles bajos de «claridad emocional», con menor capacidad para regularlos (Fernández-Martínez *et al.*, 2023). Arrivillaga *et al.* (2022) encontraron una asociación negativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el UPI. Asimismo, Yudes *et al.* (2021) concluyeron que el UPI se relaciona negativamente con la inteligencia emocional y sugieren que esta es un recurso personal que tiene un importante papel protector frente al UPI. Fernández-Martínez *et al.* (2023) también señalaron que una mayor claridad emocional y una mayor regulación están relacionadas con niveles más bajos del UPI, lo que sugiere que la inteligencia emocional actúa como un factor de protección.

El análisis de regresión logística también mostró que una menor edad predecía el UPI. Estos resultados coinciden con los encontrados en el metaanálisis realizado por Lozano-Blasco *et al.* (2022) y con las conclusiones de Fernández-Martínez *et al.* (2023), que observaron una disminución de los niveles de UPI a medida que la edad aumenta.

El rendimiento académico no resultó ser variable predictora del UPI en el presente estudio. Sin embargo, Avcı y Kula (2023) encontraron que el aumento del rendimiento académico de los alumnos sí es una variable predictora de una disminución de la adicción a internet. Por el contrario, algunos estudios sugieren que el uso moderado de internet puede mejorar el rendimiento académico al proporcionar acceso a los recursos educativos y fomentar entornos de aprendizaje colaborativo (Torres-Díaz *et al.*, 2016). Esta dualidad pone de relieve la complejidad del uso de internet en contextos académicos, por lo que se requiere más investigación al respecto.

El presente estudio no carece de limitaciones. Una posible limitación es el sesgo en la composición de la muestra, dado que las mujeres estuvieron sobrerrepresentadas. Tal circunstancia podría explicarse por la mayor presencia femenina en los grados de Ciencias Sociales y Jurídicas, de donde se obtuvo la mayor parte de la muestra. Como consecuencia, los resultados podrían no ser completamente generalizables a poblaciones con una distribución de género más equitativa o a estudiantes de otras áreas de conocimiento. Esto

sugiere la necesidad de futuras investigaciones con muestras más equilibradas en términos de género para comprobar la estabilidad de los hallazgos. Se emplearon medidas de autoinforme, las cuales pueden estar influenciadas por la tendencia a dar respuestas socialmente aceptables. Futuras investigaciones pueden afrontar esta limitación incluyendo mediciones de deseabilidad social para controlar su influencia en los análisis estadísticos llevados a cabo. Se podría utilizar una muestra no intencional que permitiera extrapolar los resultados a la población.

Por otra parte, futuras investigaciones podrían examinar la relación a largo plazo entre las variables mediante un diseño longitudinal. Además, una posible línea de futura investigación sería explorar el papel del consumo de sustancias como variable predictora del uso problemático de internet en estudiantes universitarios. Dado que estudios previos han identificado asociaciones entre el uso de alcohol y otras drogas con el UPI (Golpe *et al.*, 2017), sería relevante analizar si el consumo de estas sustancias influye en el desarrollo o mantenimiento del UPI. Incluir esta variable en futuros estudios permitiría una comprensión más integral de los factores que contribuyen al UPI y ayudaría a diseñar estrategias de prevención más efectivas.

6. Conclusiones

En resumen, se ha logrado cumplir el objetivo del estudio de explorar la relación entre el apoyo social percibido, la inteligencia emocional, el malestar psicológico y el rendimiento académico con el uso problemático de internet en personas universitarias.

Los hallazgos del estudio actual destacan que el UPI, con una prevalencia del 28,70 %, es motivo de preocupación en este contexto en desarrollo y justifica una mayor exploración del mismo.

Y respecto al rendimiento académico, dado que no se encontraron diferencias asociadas al UPI, se considera que se debe profundizar más en dicha relación y buscar posibles variables mediadoras que puedan explicar estos hallazgos contradictorios con la mayoría de la literatura científica.

Los hallazgos sugieren que, en esta muestra, la sintomatología depresiva, el apoyo familiar, la atención, la claridad y la edad podrían estar relacionados con el UPI. Aunque la magnitud del coeficiente de determinación ($R^2 = 0,16$) fue baja, los resultados indican una posible tendencia en la que niveles más elevados de apoyo familiar y claridad estarían asociados con un menor riesgo de UPI en los estudiantes.

En consecuencia, sería conveniente que las universidades y otras instituciones diseñaran estrategias de prevención y programas que incrementen las competencias emocio-

nales en los estudiantes universitarios optimizando su desarrollo y brindando protección contra conductas desadaptativas, como las adicciones tecnológicas, y desarrollen estrategias terapéuticas ajustadas a esta población para su implementación en las unidades de intervención psicológica que desarrollan su actividad en las universidades españolas. Elaborar programas psicoeducativos específicos, centrados en el uso adecuado de internet y en el UPI; desarrollar estrategias de educación emocional que aseguren a la población universitaria unas adecuadas estrategias de afrontamiento ante los estresores académicos y vitales frecuentes en esta etapa de la vida; y desarrollar buenos sistemas de cribado para identificar a los universitarios con problemas clínicamente significativos, derivados del uso problemático de internet, y otras posibles adicciones tecnológicas, al estilo de la propuesta de Sánchez Iglesias *et al.* (2020), parece ser materia necesaria y deseada por el alumnado universitario en un marco de formación profesional y personal integral.

Referencias bibliográficas

- Adorjan, K., Langgartner, S., Maywald, M., Karch, S. y Pogarell, O. (2021). A cross-sectional survey of internet use among university students. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 271, 975-986. <https://doi.org/10.1007/s00406-020-01211-1>
- Alshakhsi, S., Chemnad, K., Almourad, M. B., Altuwairiqi, M., McAlaney, J. y Ali, R. (2023). The impact of objectively recorded smartphone usage and emotional intelligence on problematic internet usage. *Journal of Advances in Information Technology*, 14(1), 85-93. <https://doi.org/10.12720/jait.14.1.85-93>
- Anderson, E. L., Steen, E. y Stavropoulos, V. (2017). Internet use and problematic internet use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescent and Youth*, 22(4), 430-454. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1227716>
- Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W. y Swinson, R. P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the depression anxiety stress scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment*, 10(2), 176-181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Arcelus, J., Bouman, W. P., Jones, B. A., Richards, C., Jimenez-Murcia, S. y Griffiths, M. D. (2017). Video gaming and gaming addiction in transgender people: an exploratory study. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(1), 21-29. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.002>
- Arrivillaga, C., Rey, L. y Extremera, N. (2022). Uso problemático de redes sociales e inteligencia emocional en adolescentes: análisis de las diferencias por género. *European Journal of Education and Psychology*, 15(1), 1-16. <https://doi.org/10.32457/ejep.v15i1.1748>

- Avcı, Ü. y Kula, A. (2023). Examining the predictors of university students' engagement, fear of missing out and internet addiction in online environments. *Information Technology & People*, 36(7), 2.687-2.717. <https://doi.org/10.1108/ITP-05-2021-0416>
- Aznar Díaz, I., Kopecký, K., Romero Rodríguez, J. M.^a, Cáceres Reche, M.^a P. y Trujillo Torres, J. M. (2020). Patologías asociadas al uso problemático de internet. Una revisión sistemática y metaanálisis en WOS y Scopus. *Investigación Bibliotecológica*, 34(82), 229-253. <https://doi.org/10.22201/iibi.24488321xe.2020.82.58118>
- Bados, A., Solanas, A. y Andrés, R. (2005). Psychometric properties of the Spanish version of depression, anxiety and stress scales (DASS). *Psicothema*, 17(4), 679-683. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8331>
- Bahrami, M., Ghelichi, F., Rahimizadeh, V., Talebi, S. S., Mousavi-Shakib, A. S. y Biganeh, J. (2024). Effect of internet addiction on academic achievement and musculoskeletal disorders of university students. *Journal of Shahid Sadoughi University of Medical Sciences*, 32(1), 7.428-7.442. <https://doi.org/10.18502/ssu.v32i1.15228>
- Barros, B. P., Santos Gericó, L. C. dos, Torres, M. G., Silva Neves, M.^a P. da, Magalhães, M. G. y Almeida, D. D. (2019). O uso excessivo da internet por jovens e seus danos biopsicossociais: revisão da literatura. *Revista Saúde-UNG-Ser*, 13(3/4), 62-69. <https://doi.org/10.33947/1982-3282-v13n3-4-4180>
- Baz-Rodríguez, M., González-Formoso, C., Goicoechea-Castaño, A., Álvarez-Vázquez, E., García-Cendón, C., Rial-Boubeta, A. y Clavería, A. (2020). Detección precoz del uso problemático de internet en adolescentes, en pediatría de atención primaria. *Revista Española de Salud Pública*, 94, 1-12.
- Bernaldo de Quirós, M., Sánchez Iglesias, I., González Álvarez, A. I., Labrador, F. J., Estupiñá, F. J., Fernández-Arias, I. y Labrador, M. (2021). Factors associated with the problematic use of video games in adolescents and young people. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2.706-2.717. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00543-w>
- Canale, N., Marino, C., Griffiths, M. D., Scacchi, L., Monaci, M.^a G. y Vieno, A. (2019). The association between problematic online gaming and perceived stress: the moderating effect of psychological resilience. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(1), 174-180. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.01>
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(02\)00004-3](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(02)00004-3)
- Chen, M. y Zhang, X. (2024). Factors influencing internet addiction among university students: the mediating roles of self-control and anxiety. *Acta Psychologica*, 250. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104535>
- Cheng, Y.-S., Tseng, P.-T., Lin, P.-Y., Chen, T.-Y., Stubbs, B., Carvalho, A. F., Wu, C.-K., Chen, Y.-W. y Wu, M.-K. (2018). Internet addiction and its relationship with suicidal behaviors: a meta-analysis of multinational observational studies. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 79(4). <https://doi.org/10.4088/JCP.17r11761>

- Chou, W.-P., Lee, K.-H., Ko, C.-H., Liu, T.-L., Hsiao, R. C., Lin, H.-F. y Yen, C.-F. (2017). Relationship between psychological inflexibility and experiential avoidance and internet addiction: mediating effects of mental health problems. *Psychiatry Research*, 257, 40-44. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.021>
- Colmenares Guillén, L. E., Carrillo Ruiz, M., Jiménez González, F. y Hernández Ameca, J. L. (2017). Problemas generados por el uso de la tecnología en los universitarios. *Revista de Investigación en Tecnologías de la Información*, 5(10), 13-19. <https://doi.org/10.36825/RITI.05.10.003>
- Derya, Y. A., Okay, E. K., Ucar, T. y Karakayali, C. (2019). The relationship between problematic internet usage in students of faculties of health sciences and parameters of locus of control and emotional intelligence. *International Journal of Caring Sciences*, 12(3), 1.607-1.615. https://www.internationaljournalofcaringsciences.org/docs/31_derya_original_12_3.pdf
- Díaz-Aguado, M.^a J., Martín-Babarro, J. y Falcón, L. (2018). Problematic internet use, maladaptive future time perspective and school context. *Psicothema*, 30(2), 195-200. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.282>
- Díaz Cárdenas, S., Arrieta Vergara, K. y Simancas-Pallares, M. (2019). Adicción a internet y rendimiento académico de estudiantes de odontología. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 4, 198-208. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.03.002>
- Dieris-Hirche, J., Bottel, L., Bielefeld, M., Steinbüchel, T., Kehyayan, A., Dieris, B. y Wildt, B. te. (2017). Media use and internet addiction in adult depression: a case-control study. *Computers in Human Behavior*, 68, 96-103. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.016>
- Doktorová, D., Kurajda, D. y L'ubica, V. (2023). Research of mutual connection and differences between academic procrastination and excessive internet use among college and university students. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 15(4), 1-19. <https://doi.org/10.18662/rrem/15.4/776>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the trait meta-mood scale. *Psychological Reports*, 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Fernández-Martínez, E., Sutil-Rodríguez, E. y Liébana-Presa, C. (2023). Internet addiction and emotional intelligence in university nursing students: a cross-sectional study. *Heliyon*, 9(9). <http://dx.doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e19482>
- Fernández-Villa, T., Alguacil Ojeda, J., Almaraz Gómez, A., Cancela Carral, J. M.^a, Delgado-Rodríguez, M., García-Martín, M., Jiménez-Mejías, E., Llorca, J., Molina, A. J., Ortíz Moncada, R., Valero-Juan, L. F. y Martín, V. (2015). Uso problemático de internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género. *Adicciones*, 27(4), 265-275. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.751>
- Ferrante, L. y Venuleo, C. (2021). Problematic internet use among adolescents and young adults: a systematic review of scholars' conceptualisations after the publication of DSM-5. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 9(2). <https://doi.org/10.13129/2282-1619/mjcp-3016>

- Golpe, S., Gómez, P., Braña, T., Varela, J. y Rial, A. (2017). Relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de internet en adolescentes. *Adicciones*, 29(4), 268-277. <https://doi.org/10.20882/adicciones.959>
- Golpe Ferreiro, S., Gómez Salgado, P., Harris, S. K., Braña Tobío, T. y Rial Boubeta, A. (2017). Diferencias de sexo en el uso de internet en adolescentes españoles. *Psicología Conductual*, 25(1), 129-146. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/08.Golpe_25-1.pdf
- González Retuerto, N. y Estévez Gutiérrez, A. (2017). El apoyo social percibido moderador entre el uso problemático de internet y la sintomatología depresiva en jóvenes adultos. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 17(1), 53-62. <https://doi.org/10.21134/haaj.v17i1.280>
- Hinojo-Lucena, F. J., Aznar-Díaz, I., Trujillo-Torres, J. M. y Romero-Rodríguez, J. M.^a (2021). Uso problemático de internet y variables psicológicas o física en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 23, 1-17. <https://doi.org/10.24320/redie.2021.23.e13.3167>
- Hu, X., Wang, P. y Tian, M. (2024). *The Relationship of Perceived Social Support and Problematic Social Media Use among Homosexuality and Heterosexuality: A Comparative Analysis*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4199468/v1>
- INE. (2023). *Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares*. [https://www.ine.es/metodologia/t25/t25304506623.pdf#:~:text=La%20Encuesta%20sobre%20Equipamiento%20y%20Uso%20de,de%20Estadística%20de%20la%20Unión%20Europea%20\(EUROSTAT\).&text=Equipamiento%20del%20hogar%20en%20tecnologías%20\(ordenedores%2C%20teléfonos%20](https://www.ine.es/metodologia/t25/t25304506623.pdf#:~:text=La%20Encuesta%20sobre%20Equipamiento%20y%20Uso%20de,de%20Estadística%20de%20la%20Unión%20Europea%20(EUROSTAT).&text=Equipamiento%20del%20hogar%20en%20tecnologías%20(ordenedores%2C%20teléfonos%20)
- Jelleli, H., Ben Aissa, M., Kaddech, N., Saidane, M., Guelmami, N., Bragazzi, N. L., Bonsaksen, T., Fekih-Romdhane, F. y Dergaa, I. (2024). Examining the interplay between physical activity, problematic internet use and the negative emotional state of depression, anxiety and stress: insights from a moderated mediation path model in university students. *BMC Psychology*, 12, 1-13. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01736-3>
- Jiang, Y., Joshi, D. R. y Khanal, J. (2024). From clicks to credits: examining the influence of online engagement and internet addiction on academic performance in Chinese universities. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 21, 1-26. <https://doi.org/10.1186/s41239-024-00473-2>
- Kuss, D. J., Kristensen, A. M. y Lopez-Fernandez, O. (2021). Internet addictions outside of Europe: a systematic literature review. *Computers in Human Behavior*, 115. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106621>
- Labrador, F. J., Bernaldo-de-Quirós, M.^a, Sánchez-Iglesias, I., Labrador, M., Fernández-Arias, I., Vallejo-Achón, M. y Estupiñá, F. J. (2020). Advertising games of chance in adolescents and young adults in Spain. *Journal of Gambling Studies*, 37, 765-778. <https://doi.org/10.1007/s10899-020-09988-5>
- Labrador, F. J., Fernández-Arias, I., Martín-Ruipérez, S., Bernaldo-de-Quirós, M., Vallejo-Achón, M., Sánchez-Iglesias, I., Labrador, M. y Estupiñá, F. J. (2022). Women and videogames: What do they play? *Anales de Psicología*, 38(3), 508-517. <https://doi.org/10.6018/analesps.504281>

- Landeta, O. y Calvete, E. (2002). Adaptación y validación de la escala multidimensional de apoyo social percibido. *Ansiedad y Estrés*, 8(2-3), 173-182.
- Lei, H., Li, S., Chiu, M. M. y Lu, M. (2018). Social support and internet addiction among mainland Chinese teenagers and young adults: a meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 85, 200-209. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.03.041>
- Leménager, T., Hoffmann, S., Dieter, J., Reinhard, I., Mann, K. y Kiefer, F. (2018). The links between healthy, problematic, and addicted internet use regarding comorbidities and self-concept-related characteristics. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 31-43. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.13>
- Liu, G., Qi, F., Gao, Q., Huo, L., Jia, X., Wang, R., Wu, Y. y Li, S. (2024). The relationship between health literacy and problematic internet use in Chinese college students: the mediating effect of subject well-being and moderating effect of social support. *Journal of Affective Disorders*, 362, 877-884. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.07.038>
- López-Fernández, O. y Kuss, D. J. (2020). Preventing harmful internet use-related addiction problems in europe: a literature review and policy options. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph17113797>
- Lovibond, S. H. y Lovibond, P. F. (1995). *Depression Anxiety Stress Scales*. Psychology Foundation of Australia. <https://doi.org/10.1037/t01004-000>
- Lozano-Blasco, R., Quilez Robles, A. y Soto Sánchez, A. (2022). Internet addiction in young adults: a meta-analysis and systematic review. *Computers in Human Behavior*, 130. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107201>
- Marín-Díaz, V., Vega-Gea, E. y Passey, D. (2019). Determinación del uso problemático de las redes sociales por estudiantes universitarios. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 135-152. <https://doi.org/10.5944/ried.22.2.23289>
- Marín Vila, M.^a, Carballo Crespo, J. L. y Coloma Carmona, A. (2018). Rendimiento académico y cognitivo en el uso problemático de internet. *Adicciones*, 30(2), 101-110. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.844>
- Meerkerk, G. J., Eijnden, R. J. van den, Vermulst, A. A. y Garretsen, H. F. (2009). The compulsive internet use scale (CIUS): some psychometric properties. *Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society*, 12(1), 1-6. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0181>
- OEDA. (2023). *Encuesta sobre alcohol, drogas y otras adicciones en España, EDADES 2022. Resumen ejecutivo*. Ministerio de Sanidad. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
- Odacı, H. y Çikrikci, Ö. (2017). Differences in problematic internet use based on depression, anxiety, and stress levels. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4, 41-61. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2017.4.1.0020>

- Ortuño-Sierra, J., Pérez-Sáenz, J., Mason, O., Pérez de Albeniz, A. y Fonseca Pedrero, E. (2022). Uso problemático de internet en adolescentes: validación en español de la escala de uso compulsivo de internet (CIUS). *Adicciones*, 36(3), 247-256. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.1801>
- Pan, Y. C., Chiu, Y.-C. y Lin, Y.-H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 118, 612-622. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.08.013>
- Rial Boubeta, A., Golpe Ferreiro, S., Gómez Salgado, P. y Barreiro Couto, C. (2015). Variables asociadas al uso problemático de internet entre adolescentes. *Health and Addictions*, 15(1), 25-38. <https://doi.org/10.21134/haaj.v15i1.223>
- Romero-López, M., Pichardo, C., Hoces, I. de y García-Berbén, T. (2021). Problematic internet use among university students and its relationship with social skills. *Brain Sciences*, 11(10), 1-10. <https://doi.org/10.3390/brainsci11101301>
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. y Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. En J. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure and Health*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Sánchez-Fernández, M., Borda-Mas, M. y Mora-Merchán, J. (2023). Problematic internet use by university students and associated predictive factors: a systematic review. *Computers in Human Behavior*, 139. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107532>
- Sánchez-Fernández, M., Borda-Mas, M., Rivera, F. y Griffiths, M. D. (2024). Problematic online behaviours among university students and associations with psychological distress symptoms and emotional role limitations: a network analysis approach. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-27. <https://doi.org/10.1007/s11469-024-01296-y>
- Sánchez-Iglesias, I., Bernaldo-de-Quirós, M., Labrador, F. J., Estupiñá Puig, F. J., Labrador, M. y Fernández-Arias, I. (2020). Spanish validation and scoring of the internet gaming disorder scale-short-form (IGDS9-SF). *The Spanish Journal of Psychology*, 23:e22. <https://doi.org/10.1017/SJP.2020.26>
- Sánchez Rodríguez J., Ruiz-Palmero J. y Sánchez Rivas E. (2015). Uso problemático de las redes sociales en estudiantes universitarios. *Revista Complutense de Educación*, 26, 159-174. https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.46360
- Sánchez Vega, E., Cantero-Téllez, R. y Rodríguez-Martínez, M.ª C. (2016). Internet addiction in future teachers. A case study with university students. *Innoeduca. International Journal of Technology and Educational Innovation*, 2(1), 46-53. <https://doi.org/10.20548/innoeduca.2016.v2i1.1063>
- Schiano, D. J., Burg, C., Smith, A. N. y Moore, F. (2016). Parenting digital youth. En *CHI'16: CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. ACM. <https://doi.org/10.1145/2851581.2892481>
- Shao, Y.-J., Zheng, T., Wang, Y.-Q., Liu, L., Chen, Y. y Yao, Y.-S. (2018). Internet addiction detection rate among college students in the people's Republic of China: a meta-analysis. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 12(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s13034-018-0231-6>

- Simsek, A., Elciyar, K. y Kizilhan, T. (2019). A comparative study on social media addiction of high school and university students. *Contemporary Educational Technology*, 10(2), 106-119. <https://doi.org/10.30935/cet.554452>
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J. y Wise, L. (2016). The effects of boredom, loneliness, and distress tolerance on problem internet use among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(2), 167-180. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9568-8>
- Stubbs, M., Bateman, C. J. y Hull, D. M. (2023). Problematic internet use among university students in Jamaica. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21, 3.162-3.173. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00782-5>
- Szapary, A., Feher, G., Radvanyi, I., Fejes, E., Nagy, G. D., Jancsak, C., Horvath, L., Banko, Z., Berke, G. y Kapus, K. (2024). Problematic usage of the internet among Hungarian elementary school children: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 24, 1.073. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18593-9>
- Tilahun, W. M., Tadesse, A. A., Wolde, H. F., Gebreegziabher, Z. A., Abebaw, W. A., Simegn, M. B., Abay, L. Y. y Tesfie, T. K. (2024). Factors associated with problematic internet use among University of Gondar undergraduate students, northwest Ethiopia: structural equation modeling. *PLoS ONE*, 19(6), 1-18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302033>
- Torres-Díaz, J., Duarte, J. M., Gómez-Alvarado, H. F., Marín-Gutiérrez, I. y Segarra-Faggioni, V. (2016). Internet use and academic success in university students. *Comunicar*, 48, 61-70. <https://doi.org/10.3916/C48-2016-06>
- Uddin, M. S., Al Mamun, A., Iqbal, M. A., Nasrullah, M., Asaduzzaman, M., Sarwar, M. S. y Amran, M. S. (2016). Internet addiction disorder and its pathogenicity to psychological distress and depression among university students: a cross-sectional pilot study in Bangladesh. *Psychology*, 7(8), 1.126-1.137. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.78113>
- Variamparampil, T. (2024). Problematic internet use: its underlying components. En S. Gupta (Ed.), *Handbook of Research on Child and Adolescent Psychology Practices and Interventions* (pp. 428-445). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-9983-2.ch023>
- Vega Gea, E. M.^a, Muñoz González, J. M. y Acevedo Zapata, S. (2021). Uso problemático de internet por estudiantes universitarios de Colombia. *Digital Education Review*, 39, 121-140. <https://doi.org/10.1344/der.2021.39.121-140>
- Villanueva-Silvestre, V., Vázquez-Martínez, A., Isorna-Folgar, M. y Villanueva-Blasco, V. J. (2022). Problematic internet use, depressive symptomatology and suicidal ideation in university students during COVID-19 confinement. *Psicothema*, 34(4), 518-527. <https://doi.org/10.7334/psicothema2022.40>
- Vu, N. H., Vu, M. T. y Mai, B. Q. (2022). The impact of emotional intelligence on internet addiction: a case study of Vietnamese students. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2022(1), 1-9. <https://doi.org/10.1155/2022/4791604>

- Yudes, C., Rey, L. y Extremera, N. (2021). The moderating effect of emotional intelligence on problematic internet use and cyberbullying perpetration among adolescents: gender differences. *Psychological Reports*, 125(6), 2.902-2.921. <https://doi.org/10.1177/00332941211031792>
- Zimet, G. D., Dahlem, N., Zimet, S. G. y Farley, G. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

ID José Luis Rodríguez-Sáez. Profesor ayudante doctor en el área de Psicología Evolutiva y de la Educación en la Universidad de Valladolid (España). Especialista en el ámbito de la prevención y el tratamiento de adicciones. Sus líneas de trabajo abarcan distintos aspectos, desde las adicciones hasta la inteligencia emocional, la procrastinación académica, la adultez emergente, el rechazo entre iguales y el rendimiento académico. Su tarea investigadora dentro del Grupo de Investigación Reconocido (GIR) Psicología de la Educación (Universidad de Valladolid) ha sido valorada con un sexenio de investigación por la Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación (ANECA).

ID Luis Jorge Martín-Antón. Profesor titular en el área de Psicología Evolutiva y de la Educación en la Universidad de Valladolid (España). Ha sido orientador en centros educativos, desde educación infantil hasta secundaria. Su trayectoria investigadora se centra en dos líneas: (a) la evaluación e intervención en la prevención y en la reducción del rechazo entre iguales en edad escolar; (b) y la evaluación y mejora de habilidades de enseñanza y aprendizaje. Es autor de más de 60 publicaciones indexadas y de 182 aportaciones a congresos. Ha participado en 11 proyectos competitivos de ámbito internacional, nacional o regional y ha dirigido siete tesis doctorales y otras que están en desarrollo. Es miembro de la Junta Directiva de la Asociación Científica de Psicología y Educación y de diversos comités científicos, así como revisor de diversas revistas.

ID Alfonso Salgado-Ruiz. Catedrático de Psicología Biológica y decano de la Facultad de Psicología en la Universidad Pontificia de Salamanca (España). Especialista en Psicología Clínica. Sus principales líneas de investigación se centran en conductas adictivas, trastornos psicofisiológicos asociados al estrés, problemas de fluidez del habla y procesos básicos en psicología clínica y de salud. Autor de siete libros y de más de 70 capítulos de libros y artículos en revistas nacionales e internacionales. Ha recibido siete premios nacionales de investigación. Es socio de honor de la Sociedad Española para el Avance de la Psicología Clínica y de la Salud Siglo XXI (SEPCyS), consultor y miembro del comité científico de varias revistas de psicología y evaluador de proyectos de investigación.

ID Miguel Ángel Carbonero-Martín. Catedrático del área de Psicología Evolutiva y de la Educación en la Universidad de Valladolid (España). Ha desarrollado su labor docente e investigadora desde 1994. Algunos de los resultados más notables de su actividad académica e investigadora son los siguientes: (a) publicación de 90 trabajos, incluyendo más de 50 artículos, la mayoría publicados en revistas de referencia en su campo, como *Psicothema*, *Revista de Psicodidáctica*, *Cadmo* o *International Journal of Assessment and Evaluation*, así como en volúmenes publicados por editoriales como Ariel, Pirámide o Nova Science (esta actividad ha sido reconocida por la CNEAI con tres sexenios de investigación); (b) participación en 10 proyectos de investigación (en tres de ellos como investigador), incluyendo uno financiado por el Plan Nacional de I+D.

Contribución de autores. J. L. R.-S., L. J. M.-A, A. S.-R. y M. Á. C.-M. han participado a partes iguales en la elaboración de este estudio de investigación (incluyendo la conceptualización de la investigación, el tratamiento de los datos y la validación de los resultados). J. L. R.-S. ha redactado la primera versión del manuscrito, que ha sido revisado posteriormente por L. J. M.-A, A. S.-R. y M. Á. C.-M.