

USO Y FRECUENCIA DE CONEXIÓN A INTERNET Y BIENESTAR SUBJETIVO EN JÓVENES ARGENTINOS

Catalina Dogliotti¹; Francisco González Insua²; Camila Botero³; Gisela Delfino⁴

(Recibido en abril 2020, aceptado en junio 2020)

¹ Psicóloga, Universidad Católica Argentina, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4136-2019>. ² Psicólogo. Becario Doctoral CONICET-UCA. Docente Adscripto de la Universidad Católica Argentina, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7472-8286>.

³ Psicóloga. Becaria Doctoral CONICET-UCA. Docente Adscripta de la Universidad Católica Argentina. Integrante Equipo de Investigación en Práctica Clínica Psicodinámica, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9452-9607>. ⁴ Lic. y Dra. en Psicología. Investigadora Adjunta CONICET. Profesora Titular de la Universidad Católica Argentina, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3732-184Xex>.

catadogliotti@hotmail.com; franciscoginsua@uca.edu.ar; camila_botero@uca.edu.ar; gisela_delfino@uca.edu.ar

Resumen: El objetivo del presente artículo fue estudiar el uso y la frecuencia de conexión a internet y su relación con el bienestar subjetivo en jóvenes. Se trató de un estudio descriptivo correlacional, de diseño no experimental, transversal, retrospectivo ex-post-facto con un solo grupo y múltiples medidas. En base a una muestra de 310 jóvenes de Buenos Aires ($M_{\text{edad}}=21.51$, $DE=2.60$; Mujeres=55.2 %). Los participantes presentaron una alta frecuencia de conexión a internet, que disminuye a medida que aumenta la edad. Al considerar la edad y el sexo se comprueban diferencias en el tipo de actividades realizadas en internet. En cuanto al bienestar subjetivo, los participantes presentaron una alta satisfacción con la vida, que es mayor en los más jóvenes, y escasos síntomas de ansiedad y depresión, que tienden a ser más elevados en las mujeres. No se encontró relación entre la frecuencia de conexión a internet y el bienestar subjetivo, pero sí en relación a las actividades realizadas en la red. El sexo fue una variable moderadora en dicha relación, ya que distintos usos en hombres y mujeres correlacionaron con satisfacción con la vida y síntomas de ansiedad y depresión de manera diferente.

Palabras clave: Internet, bienestar subjetivo, edad y sexo.

USE AND FREQUENCY OF INTERNET CONNECTION AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN ARGENTINE YOUTH

Abstract: The objective of the present study was to analyze the use and frequency of internet connection and its relationship with subjective well-being in young population. This was a descriptive, correlational, non-experimental, cross-sectional, retrospective ex-post-facto study with a single group and multiple measures. Based on a sample of 310 young subjects from Buenos Aires ($M_{\text{age}} = 21.51$, $SD = 2.60$; Women = 55.2%). Participants had a high frequency of internet connection, that decrease when age increases. When considering age and sex, differences in the type of activities carried out on the internet were found. Regarding subjective well-being, participants had high satisfaction with life, which was higher in younger people, and high symptoms of anxiety and depression, which were greater in women. No relationship was found between the frequency of internet connection and subjective well-being, but it was found in relation to the activities carried out online. Sex was a moderating variable in this relationship, since different uses in men and women correlated with life satisfaction and anxiety and depression symptoms differently.

Keyword: Internet, subjective well-being, age and sex.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, internet ha afectado profundamente la vida de las personas en diferentes áreas, especialmente en la forma de comunicarse (Prizant- Passal, Shechner & Aderka, 2016). Con el auge de internet se están implementando nuevas formas de informarse, comunicarse, entretenerse, relacionarse y comprar. Estas nuevas formas de interacción generan preocupación acerca de las consecuencias e impacto que pueden tener en las subjetividades de los jóvenes (Cornejo & Tapia, 2011), lo cual ha despertado el interés de numerosos investigadores y ha impulsado distintos estudios sobre la temática. Este fenómeno llevó a que los jóvenes de hoy no sólo se diferencien con aquellas personas de generaciones anteriores en cuanto a su ropa, estilo y lenguaje, sino que el haber nacido en un mundo digital acentuó la diferencia entre ambos, dividiéndolos entre nativos e inmigrantes digitales (Prensky, 2001). Esta gran distancia entre generaciones en cuanto al uso de internet ha sido conceptualizada como “brecha digital” (Delfino, Sosa & Zubieta, 2017).

El crecimiento significativo que han experimentado las redes sociales en la última década ha provocado un cambio revolucionario en las acciones que derivan de la relación, comunicación y expresión de nuestros sentimientos, llegando a instalarse como uno de los principales ámbitos de interacción social, sobre todo dentro de los jóvenes y adolescentes (del Castillo, 2013; Prieto Gutiérrez & Moreno Cámara, 2013; Fernández López, 2015).

Mientras que para los jóvenes el uso de las tecnologías es una tarea casi intuitiva, para los adultos suele ser lo contrario (Malo Cerrato, Navarro Pou & Casas Aznar, 2012), por lo que varios autores señalan que muchas veces son los hijos adolescentes quienes enseñan y educan a sus padres en esta área (Malo Cerrato et al., 2012; Arab & Díaz, 2015). Esto podría generar una alteración en las jerarquías familiares y dejar a los menores en riesgo de uso y exposición, ya que los padres tienen pocas estrategias para una adecuada supervisión y monitoreo. Asimismo, existen diferencias notables entre los adolescentes y adultos no sólo en el uso y dominio de las tecnologías

de la información y la comunicación, sino también en cuanto a la satisfacción que pueden proporcionar, ya que los adolescentes suelen mostrar mayor satisfacción cuando las utilizan (Malo Cerrato et al., 2012).

En la actualidad es posible distinguir cuatro generaciones, que conviven cada una con actitudes y expectativas propias: (a) *veteranos*, nacidos antes de 1946; (b) *Baby Boomers*, nacidos entre 1946 y 1964; (c) *generación X*, nacidos entre 1961 y 1980, y (d) *generación Y o Millenials*, nacidos a partir del 1980 (Chirinos, 2009). Éste último grupo es al que se hará referencia en el presente trabajo. La *generación Y o Millenials* tienen una interacción natural con las nuevas tecnologías lo que denota su superioridad en el manejo de las mismas en relación a las personas de generaciones anteriores, y su fácil acceso a ellas les permite tener un conocimiento global del mundo y las diversas culturas (Chirinos, 2009).

El uso de internet se define principalmente respecto de la frecuencia, la cantidad de tiempo que se utiliza o el tipo de actividades realizadas en línea, siendo esta última forma de conceptualizarlo la que más atención está recibiendo últimamente. Es decir que el interés está más en el cómo y no tanto en el cuánto (Delfino et al., 2017). Así, se pueden conocer las diferencias individuales en la influencia que la conexión a internet tiene sobre los individuos, ya que numerosas investigaciones han demostrado que cada tipo de uso podría tener un efecto diferente. Por ejemplo, al estudiar la relación entre el uso de Facebook y la soledad (entendida en términos de vergüenza y bajo apoyo social), se encontró que existe una correlación positiva entre ambas variables y que, a su vez, la soledad incrementaba significativamente el uso de dicha red social como manera de compensar la falta de habilidades sociales (Song et al., 2014). Por otro lado, el uso de internet con propósitos de trabajo o estudio se relaciona positivamente con el bienestar psicológico, mientras que su uso para juegos y ocio se asocia negativamente con la auto- aceptación (Garcia Mazzieri, 2014). En adultos mayores se halló que una red social virtual influye en el bienestar subjetivo, ya

que puede ofrecer apoyo, facilitar la comunicación, brindar autonomía y permitir el contacto constante con otras personas con intereses similares (Morales & Aristizábal, 2016).

Las pautas de comportamiento en la red en cuanto a frecuencias de uso de internet y de sus aplicaciones, varía en función de la combinación de variables sociodemográficas como el sexo y la edad (García del Castillo et al., 2008). Los jóvenes son los más vulnerables a desarrollar un uso problemático de internet (Sasmaz et al., 2013; Lam, 2014). En Argentina, este mismo grupo etario muestra la mayor cantidad de horas de conexión a internet. En función del sexo no se presentan diferencias en cuanto a la frecuencia de uso, pero sí en cuanto al tipo de uso, ya que las mujeres las utilizan con mayor frecuencia para estar informadas de acontecimientos de actualidad y de los asuntos de interés público o para estar en contacto con los amigos y familia, entre otros. Mientras que los hombres las utilizan para contactar a personas que de otra manera no conocerían (Delfino et al., 2017).

En lo que respecta al bienestar, muy frecuentemente se hace referencia a las dos grandes tradiciones que han guiado los estudios en este ámbito: la hedónica y la eudaemónica, que se han ocupado del estudio del bienestar subjetivo y del bienestar psicológico, respectivamente (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002). El bienestar psicológico implica una evaluación a largo plazo de la propia vida, y un balance entre afectos positivos y negativos (Keyes et al., 2002). Por su parte, Diener y Tov (2007) definen al bienestar subjetivo como un sentimiento global y estable de bienestar, y lo entienden en términos de sus componentes emocionales (emociones positivas y negativas) y cognitivos (satisfacción con la vida). Si bien el interés por los aspectos positivos de las personas es cada vez mayor, otros autores consideran la necesidad de tener en cuenta la ausencia de síntomas de ansiedad y depresión a la hora de analizar o medir el bienestar. En lo que respecta al bienestar subjetivo no se han hallado diferencias en función del sexo de las personas (Garaigordobil, Aliri & Fontaneda, 2009; Castellá Sarriera et al., 2012; Díaz, Fernández, Zabala,

Revueña & Saez, 2013;), pero sí en cuanto a su edad, siendo que los adultos presentan un mayor bienestar que los adolescentes (Castellá Sarriera et al., 2012). De todas formas, en cuanto a otras dimensiones del bienestar, como el psicológico y social, las mujeres presentan puntuaciones más altas que los hombres en cuanto a relaciones positivas y dominio del entorno (Raleig, Beramendi & Delfino, 2011).

Diferentes estudios han analizado la relación entre la forma de uso de internet y los niveles de bienestar de los sujetos. Se encontró que la ansiedad social no se relaciona con la cantidad de horas que se utilice internet, pero sí con el tipo de uso que se le da. Estudios han hallado en adolescentes, que aquellos que hacían un uso excesivo de internet presentaban asociada sintomatología obsesiva compulsiva, una mayor sensibilidad interpersonal, somatización, ansiedad y hostilidad (Cornejo & Tapia, 2011; Bernal-Ruiz, Rosa-Alcázar, González-Calatayud & Rosa-Alcázar, 2017;), problemas de comportamiento, aislamiento social, fracaso escolar y problemas familiares (Valkenburg & Peter, 2007; Gómez, Rial, Braña, Valera & Barreiro, 2014;). Las implicaciones psicológicas son múltiples, hasta el punto de que a veces el uso problemático de Internet afecta el bienestar psicológico de los individuos, disminuye la autoestima y se ha hallado que es comórbido con otras psicopatologías, como depresión, ansiedad social, hostilidad, etc., (Alavi et al., 2012; Rosen, Whaling, Rab, Carrier & Cheever, 2013; Ko et al., 2014;).

Otra investigación longitudinal halló que sufrir bullying y seguir rumores en internet generan una disminución en la satisfacción con la vida y un incremento de síntomas depresivos y ansiosos (Páez et al., 2019a). El abuso de las redes sociales genera en los adolescentes distintas consecuencias a nivel afectivo, emocional y social. Ha sido asociado con síndromes depresivos, insomnio, disminución del rendimiento académico, repitencia y abandono escolar, y síndromes de déficit atencional con hiperactividad y ansiedad, además de una gran variedad de problemas psicosociales (Arab & Díaz, 2015; Malik & Khan, 2015).

Además, la evaluación personal constante, la competencia y la comparación de los logros personales con los ajenos, percepción incorrecta de las características físicas, sociales y emocionales de los demás y los celos, son factores que están asociados al uso de redes sociales y también pueden influenciar negativamente la autoestima y, con ello, afectar el bienestar (Pantic, 2014). De todas formas, no todos los resultados son negativos. Por ejemplo, Trepte, Dienlin y Reinecke (2015) encontraron que, entre personas con un alto apoyo social, el uso de internet incrementa el bienestar. Esto podría deberse a los aspectos positivos de las redes sociales como el desarrollo de sentimientos de competencia, la generación de elementos educativos, el reforzamiento de relaciones creadas offline, la promoción y prevención en salud y el apoyo en áreas académicas (Arab & Díaz, 2015). Colás-Bravo, González-Ramírez y de-Pablos-Pons (2013) mencionan que las redes sociales son fuentes de recursos utilizados frente a necesidades tanto psicológicas como sociales, recurriendo a ellas para cubrir facetas emocionales y reforzar su autoestima.

Jimenez y Pantoja (2007) han encontrado una asociación entre las relaciones interpersonales de adolescentes que hacen abuso de las redes sociales y distintos niveles de autoestima. Aquellos que abusaban de las redes sociales presentaron menor autoestima que aquellos que lo hacían de forma moderada. Plantean una relación causal en la que la baja autoestima llevaría a desarrollar un abuso de las redes sociales. La poca confianza en sí mismos y actitudes negativas podrían atrofiar la habilidad para manejar eventos críticos y establecer relaciones interpersonales significativas. Estos sujetos, además, presentaban menos recursos psíquicos y eran más propensos a padecer de depresión y suicidarse (Herrera Harfuch et al., 2010).

De acuerdo con estos antecedentes, se demuestra que es necesario considerar el tipo de uso que se le da a internet a la hora de analizar su influencia sobre la salud mental de las personas. Además, son pocos los estudios que consideran la influencia de internet sobre aspectos positivos de las personas, como el bienestar subjetivo y tampoco se encuentran muchos

trabajos en el contexto argentino. Se plantearon las siguientes hipótesis de trabajo:

H1: Los participantes presentan una alta satisfacción con la vida con escasos síntomas relacionados con ansiedad y depresión.

H2: Existe una relación positiva entre el uso de internet para seguir rumores y los niveles de ansiedad reportada por los participantes.

H3: Los participantes de menor edad presentan una frecuencia de conexión a internet mayor comparados a los de mayor edad.

H4: Las mujeres en comparación con los hombres utilizan internet en mayor medida para seguir rumores.

MÉTODO

Se trató de un estudio descriptivo correlacional, de diseño no experimental. La investigación fue transversal, retrospectivo ex-post-facto con un solo grupo y múltiples medidas (Montero & León, 2007).

Muestra

La muestra no probabilística intencional, estuvo compuesta por 310 participantes jóvenes de ambos sexos, con edades entre 18 y 30 años ($M = 21.51$; $DE = 2.60$), residentes en la zona metropolitana de Buenos Aires. De ellos, un 44.8 % eran hombres y un 55.2 % eran mujeres. En relación al nivel educativo de los participantes, un 72.6 % se encontraban actualmente estudiando en la universidad, y el 27,4 % restante había finalizado sus estudios universitarios.

Materiales

Para medir tanto el uso como la frecuencia de conexión a Internet se utilizó un cuestionario auto-administrado integrado por distintas preguntas, que ya ha sido previamente aplicado en población argentina (Delfino, Beramendi, & Zubieta, 2019). Para conocer la frecuencia de conexión a Internet se efectuaron tres preguntas: (a) *¿Cuántos días a la semana Ud. se conecta a Internet?, con un continuo de respuesta de 0 días a 7 días;* (b) *En un día típico, ¿cuántas horas está Ud. conectado a Internet?*, para la cual el participante indicó la cantidad de horas; y (c) *En el transcurso de un día normal, ¿Ud. siempre*

está conectado a Internet?, con una opción de respuesta dicotómica donde 0 (*no*) y 1 (*sí*).

Para conocer el uso que se le da a internet, se consultó: *¿Con qué frecuencia Ud. realiza las siguientes actividades en Internet (online)?*, dándole once opciones para las que, en cada caso, debía indicar la frecuencia de realización de la misma, en una escala donde 1 (*Nunca*) y 5 (*Siempre*). Las actividades presentadas fueron: 1. *Lee lo que postean otros*, 2. *Postea sus comentarios*, 3. *Crea y sube sus videos*, 4. *Mira videos creados por otros*, 5. *Sigue y comparte links de sitios de internet en los medios sociales*, 6. *Escribe mensajes en su blog*, 7. *Crea y maneja su sitio de internet*, 8. *Compra productos o servicios*, 9. *Vende productos o servicios*, 10. *Transmite o recibe algún rumor* y 11. *Se contacta con el Gobierno/Organismos oficiales (ej.: paga impuestos, consulta el padrón electoral, etc.)*.

Para conocer la presencia de síntomas relacionados con ansiedad y depresión, se presentaron seis ítems de la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (adaptada en población argentina, Brenlla & Aranguren, 2010), y se consultó cuanto ha experimentado estas emociones en el último mes, donde 1 (*nunca*) a 5 (*todo el tiempo*). Los ítems seleccionados fueron: (a) *Se sintió sin esperanza*, (b) *Se sintió tan deprimido que nada le levantaba el ánimo*, (c) *Se sintió preocupado o inquieto*, (d) *Sintió que todo costaba un esfuerzo*, (e) *Se sintió que no valía/inútil* y (f) *Se sintió nervioso*. En el presente estudio, el coeficiente de fiabilidad alfa de Cronbach obtenido es .815.

Para medir la satisfacción con la vida, se utilizó el Índice de Bienestar Personal de Lau, Cummins y McPherson (2005), utilizada previamente en Argentina en el estudio transcultural de Páez et al. (2019b). Se le consultó al participante su nivel de satisfacción con cinco áreas de su vida, con base a un continuo de respuesta de 1 (*completamente*

insatisfecho) a 5 (*completamente satisfecho*). Las áreas de satisfacción evaluadas fueron: (a) *Su vida en general*, (b) *Su salud*, (c) *Su nivel de vida*, (d) *Su seguridad* y (e) *Sus relaciones*. En el presente estudio, el coeficiente de fiabilidad alfa de Cronbach obtenido fue .654.

Procedimiento

Para llegar a una muestra más amplia y heterogénea, se recolectaron los datos a través de Internet, enviando un e-mail a conocidos, que a su vez contactaron a otros conocidos (método bola de nieve), donde se proporcionó un link desde el cual se accedió al cuestionario *online*. El tiempo promedio necesario para completar el cuestionario fue de 20 minutos. La participación fue voluntaria y anónima, y las respuestas fueron recabadas durante un lapso de 25 días aproximadamente. Antes de comenzar con la encuesta, los participantes debían firmar un consentimiento informado, que cumplía con los lineamientos para el comportamiento ético en las Ciencias Sociales y Humanas establecidos por el Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET) de Argentina (Res. D N° 2857/06), en el que se les informó acerca de los propósitos de la investigación.

Análisis de datos

Se efectuaron análisis descriptivos para cada variable analizada respecto de la frecuencia de conexión a Internet, las actividades realizadas online, los síntomas de ansiedad y depresión y los niveles de satisfacción con la vida. Para analizar la relación entre uso y frecuencia de conexión a internet y bienestar subjetivo, así como la incidencia de las variables sexo y edad, se utilizaron los estadísticos *r* de Pearson o *t* de Student, según el caso. Se utilizaron estos estadísticos paramétricos ya que, según la Teoría Central del Límite, se asume una distribución normal cuando el *n* es grande (Szretter-Noste, 2013). Se trabajó con el paquete estadístico SPSS v. 25.0 y para calcular el tamaño del efecto se utilizó el paquete estadístico G*Power v. 3.1.9.2., (Cárdenas & Arancibia, 2014; Faul, Erdfelder, Buchner & Lang, 2009).

RESULTADOS***Frecuencia y tipo de uso en internet***

Un 89% señala estar todos los días conectado ($M = 6.75$ días; $DE = 0,79$), declarando sólo 0.6% conectarse en promedio tres o menos días a la semana. Un 77.7 % afirma estar siempre conectado durante el día, siendo el promedio de horas de conexión diaria igual a 9.49 ($DE = 5.61$). No se detectan diferencias respecto de los días de conexión por semana ($t(308) = -.994$; $p = .321$. $IC\ 95\% \text{ } -.27; .09$) o de estar siempre conectado ($\chi^2(1) = .956$; $p = .328$) en función del género de los participantes,

pero sí respecto de la cantidad de horas de conexión ($t(308) = -2.563$; $p = .011$. $IC\ 95\% \text{ } -2,87; -.38$; $d = .29$). A mayor edad de los participantes, menor cantidad de días ($r = -.132$; $p = .020$; $n = 310$) y horas al día de conexión ($r = -.141$; $p = .013$; $n = 310$).

Las actividades en internet que los participantes realizan con mayor frecuencia son leer lo que postean otros (21.3 %) y mirar videos creados por otros (14.8 %), siendo el crear y manejar su sitio de internet la que menos realizan (un 68.4% declara nunca hacerlo) (ver Tabla 1).

Tabla 1. Frecuencia de realización de actividades en internet

Actividades en internet	M (DE)	1	2	3	4	5
1. Lee lo que postean otros	3.70 (0.98)	2.6	8.4	25.8	41.3	21.3
2. Postea sus comentarios	2.68 (1.11)	14.8	31.6	28.4	18.7	5.8
3. Crea y sube sus videos	1.91 (1.04)	45.5	27.7	15.8	8.1	1.6
4. Mira videos creados por otros	3.42 (1.01)	3.9	12.6	35.2	33.2	14.8
5. Sigue y comparte links de sitios de internet en los medios sociales	2.70 (1.15)	17.4	28.4	25.5	23.2	5.2
6. Escribe mensajes en su blog	1.59 (0.95)	64.8	18.1	10.0	5.2	1.3
7. Crea y maneja su sitio de internet	1.70 (1.21)	68.4	8.7	8.7	8.1	4.8
8. Compra productos o servicios	2.03 (0.96)	35.5	32.9	23.2	7.1	.6
9. Vende productos o servicios	1.52 (0.92)	68.1	15.5	10.0	3.9	1.3
10. Transmite o recibe algún rumor	2.19 (1.12)	36.5	23.9	25.8	11.0	2.6
11. Se contacta con el Gobierno / Organismos oficiales	1.87 (1.06)	49.7	22.6	20.6	3.5	3.2

Nota. Los valores presentados corresponden a porcentajes. 1 = nunca, 2 = raramente, 3 = ocasionalmente, 4 = frecuentemente, 5 = siempre.

Tipo de uso de internet en relación a la edad y sexo

Se observó que a medida que aumenta la edad, aumenta asimismo la compra y venta de productos o servicios ($r = .23$; $p < .001$; $n = 308$) y el contacto con el Gobierno/Organismos oficiales ($r = .27$; $p < .001$;

$n = 309$), y disminuye la frecuencia de realización de las actividades de leer lo que postean otros ($r = -.22$; $p < .001$; $n = 308$), mirar videos creados por otros ($r = -.27$; $p < .001$; $n = 309$), seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales ($r = -.12$; $p = .04$; $n = 309$) y transmitir o recibir algún rumor ($r =$

.19; $p=.001$; $n=309$). En cuanto a las actividades de postear sus comentarios, crear y subir sus videos, escribir mensajes en su blog y crear y manejar su sitio de internet, no se encontró una relación con la edad.

Las mujeres realizan en mayor medida que los hombres las actividades de leer lo que postean otros, postear sus comentarios, crear y subir sus videos,

seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales, escribir mensajes en su blog, crear y manejar su sitio de internet y transmitir o recibir algún rumor. Por su parte, los hombres realizan mayor compra y venta de productos o servicios que las mujeres. En cuanto a las actividades de mirar videos creados por otros y contactarse con el gobierno/organismos oficiales, no se encontraron diferencias en función del sexo. (Ver Tabla 2).

Tabla 2. Actividades en internet en función del sexo.

Actividades en internet	Hombres	Mujeres	t	gl	sig.	IC 95%	TE (d)
	M (DE)						
Lee lo que postean otros	3.39 (0.98)	3.96 (0.90)	- 5.27	281.51	<.000	-,79; -,36	.60
Postea sus comentarios	2.38 (1.07)	2.94 (1.09)	- 4.48	306	<.000	-,80; -,31	.51
Crea y sube sus videos	1.74 (0.99)	2.05 (1.07)	- 2.55	304	<.011	-,54; -,07	.30
Mira videos creados por otros	3.39 (1.06)	3.45 (0.98)	- .49	307	.623	-,28; ,17	-
Sigue y comparte links de sitios de internet en los medios sociales	2.36 (1.17)	2.98 (1.07)	- 4.76	281.49	.000	-,87; -,36	.55
Escribe mensajes en su blog	1.45 (0.87)	1.71 (1.00)	- 2.45	303.88	.015	-,47; -,05	.27
Crea y maneja su sitio de internet	1.47 (0.94)	1.89 (1.37)	- 3.27	296.59	.001	-,69; -,17	.34
Compra productos o servicios	2.20 (0.98)	1.91 (0.94)	2.69	289.03	.007	,08; ,51	.30
Vende productos o servicios	1.80 (1.09)	1.31 (0.68)	4.63	218.05	.000	,28; ,71	.53
Transmite o recibe algún rumor	1.89 (0.97)	2.43 (1.18)	- 4.42	306.89	.000	-,78; -,30	.49
Se contacta con Organismos oficiales	1.91 (1.03)	1.85 (1.09)	.43	307	.669	-,19; ,29	-

Ansiedad y depresión

Los participantes presentan un nivel medio-bajo de malestar psicológico, indicando nunca haberse sentido deprimidos (57.4%) o que no valían/inútiles (60%), pero señalan sentirse en muchas ocasiones preocupados o inquietos (20.6%) y nerviosos (28.7%). No se encontró relación entre la edad de los participantes y el malestar psicológico ($r = -.090$; $p = .116$; $n = 307$). Se encuentran diferencias en los niveles de malestar psicológico de siendo que las mujeres presentan más síntomas de ansiedad y depresión ($t(305) = -2.665$; $p = .008$. IC 95% = -

.39; -.06; $d = .31$).

Satisfacción con la vida y su relación con edad y sexo

Los participantes presentan una alta satisfacción con la vida, sintiéndose satisfechos con sus relaciones (60 %) y su vida en general (54.5 %), pero experimentando una baja satisfacción en relación a su seguridad (sólo un 5.2 % señala estar completamente satisfecho) (Ver Tabla 3).

Tabla 3. Satisfacción con la vida

	<i>M (DE)</i>		1	2	3	4	5
Satisfacción con la vida	3.72 (0.57)						.60
a. Su vida en general	3.93 (0.82)	1.6	4.5	13.9	59	21	.51
b. Su salud	4.04 (0.81)	0.3	5.5	12.3	53.2	28.4	.30
c. Su nivel de vida	4.06 (0.77)	0.6	2.9	13.9	54.5	27.4	-
d. Su seguridad	2.60 (1.12)	16.5	35.5	24.2	18.4	5.2	.55
f. Sus relaciones	3.97 (0.8)	1.6	3.9	12.3	60	21.9	.27

Nota. Los valores presentados corresponden a porcentajes. 1 = Completamente insatisfecho; 2 = Insatisfecho; 3 = Ni insatisfecho ni satisfecho; 4 = Satisfecho; 5 = Completamente satisfecho.

Se encontró relación entre la satisfacción con la vida y la edad, siendo que los más jóvenes tienden a presentar niveles más altos de satisfacción con la vida ($r = -.148$; $p = .009$; $n = 308$). No hay diferencias en la satisfacción con la vida de hombres y mujeres ($t(306) = 0.654$; $p = .514$; $IC\ 95\% = -.09$; $-.17$).

Relación entre ansiedad y depresión, satisfacción con la vida y uso de internet

No se encontró relación entre la frecuencia de conexión a internet (cantidad de días y horas diarias)

y el malestar psicológico; tampoco se reportó relación entre la frecuencia de conexión a internet (cantidad de días y horas diarias) y la satisfacción con la vida. Se verificó una relación positiva entre el malestar psicológico y las actividades realizadas en internet de leer lo que postean otros, postear sus comentarios, crear y subir sus videos, seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales, crear y manejar su sitio de internet, siendo la compra de productos y servicios la actividad que disminuye el malestar (ver Tabla 4).

Tabla 4. Correlaciones entre ansiedad, depresión, satisfacción con la vida y uso de internet

	Malestar Psicológico			Satisfacción con la vida		
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
<i>Conexión a internet</i>						
Días	.019	.745	307	.095	.097	308
Horas	.023	.692	307	.054	.345	308
<i>Actividades en internet</i>						
1. Lee lo que postean otros	.132	.021	306	-.035	.537	307
2. Postea sus comentarios	.150	.009	306	-.026	.655	307
3. Crea y sube sus videos	.132	.021	304	.076	.187	305
4. Mira videos creados por otros	.092	.108	306	.057	.319	307
5. Sigue y comparte links de sitios de internet en los medios sociales	.113	.047	307	-.077	.177	308
6. Escribe mensajes en su blog	.102	.074	306	.032	.577	307
7. Crea y maneja su sitio de internet	.162	.005	304	.026	.645	305
8. Compra productos o servicios	-.103	.071	306	-.042	.466	307
9. Vende productos o servicios	-.125	.030	304	-.026	.657	305
10. Transmite o recibe algún rumor	.063	.270	307	.091	.110	308
11. Se contacta con el Gobierno/Organismos oficiales	.061	.288	307	-.106	.062	308

Ansiedad, depresión, uso de internet y sexo

A la hora de comparar en función del sexo, las actividades en internet que se relacionan con malestar psicológico en los hombres, en mayor

medida que las mujeres, son las de crear y subir sus videos, escribir mensajes en su blog y contactarse con el Gobierno/Organismos oficiales, y en las mujeres leer lo que postean otros, y crear y manejar su sitio de internet (ver Tabla 5).

Tabla 5. Correlación entre ansiedad/depresión y uso de internet según sexo

Actividades en internet	Hombres			Mujeres		
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
1. Lee lo que postean otros	.024	.784	136	.158	.040	170
2. Postea sus comentarios	.095	.274	135	.131	.089	171
3. Crea y sube sus videos	.195	.024	135	.049	.524	169
4. Mira videos creados por otros	.091	.294	136	.086	.263	170
5. Sigue y comparte links de sitios de internet en los medios sociales	.057	.507	136	.093	.227	171
6. Escribe mensajes en su blog	.199	.021	135	-.001	.993	171
7. Crea y maneja su sitio de internet	.091	.296	135	.166	.031	169
8. Compra productos o servicios	-.051	.552	136	-.109	.158	170
9. Vende productos o servicios	-.063	.469	135	-.126	.102	169
10. Transmite o recibe algún rumor	.055	.521	136	.010	.901	171
11. Se contacta con el Gobierno/Organismos oficiales	.183	.033	136	-.028	.717	171

Satisfacción con la vida, uso de internet y sexo

La actividad en internet que se relaciona positivamente con la satisfacción con la vida en los

hombres es la de transmitir o recibir algún rumor. Por su parte, en las mujeres el seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales se relaciona negativamente a la satisfacción con la vida (ver Tabla 6).

Tabla 6. Correlación entre satisfacción con la vida y uso de internet según sexo

Actividades en internet	Hombres			Mujeres		
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>n</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>n</i>
1. Lee lo que postean otros	-.047	.582	137	-.01	0,951	170
2. Postea sus comentarios	-.017	.843	136	-.01	0,872	171
3. Crea y sube sus videos	.039	.655	136	0,115	0,136	169
4. Mira videos creados por otros	.016	.853	137	0,096	0,213	170
5. Sigue y comparte links de sitios de internet en los medios sociales	.053	.541	137	-.018	0,018	171
6. Escribe mensajes en su blog	.080	.352	136	0,007	0,932	171
7. Crea y maneja su sitio de internet	.153	.075	136	-.04	0,654	169
8. Compra productos o servicios	-.050	.565	137	-.05	0,541	170
9. Vende productos o servicios	.015	.859	136	-.011	0,141	169
10. Transmite o recibe algún rumor	.200	.019	137	0,039	0,615	171
11. Se contacta con el Gobierno/Organismos oficiales	-.179	.036	137	-.05	0,507	171

DISCUSIÓN

Los resultados muestran que los jóvenes tienen una alta frecuencia de conexión a internet, señalando un 89 % estar todos los días conectado y un 77.7 % estar siempre conectado durante el día, replicando resultados de estudios anteriores que también encontraron niveles altos de la frecuencia de uso de internet en esta población (García del Castillo et al., 2008; Reolid-Martínez, 2016).

Con respecto al bienestar de los participantes, se observó que éstos presentan altos niveles de satisfacción con la vida y baja presencia de síntomas de ansiedad. Estos resultados coinciden con investigaciones previas, las cuales plantean que los jóvenes argentinos presentan altos niveles de bienestar psicológico (Raleig et al., 2011; Castellá Sarriera et al., 2012). Inclusive, un estudio transcultural (Lozano & Femenia, 2020) que evaluó a sujetos de diferentes edades observó que los individuos más jóvenes (entre 15 y 30 años) son los que más uso de internet hacen, pero también, sugirió que cuanto más jóvenes son, más satisfechos están con la vida, concluyendo que el uso de internet influye positivamente en la percepción del bienestar de las personas. Por lo cual, se confirma la primera hipótesis que fue planteada.

Por su parte, la frecuencia de uso de internet no se relaciona con el bienestar subjetivo ni con los síntomas de ansiedad y depresión de los participantes. Siendo este resultado contrario a lo que se ha observado en otros estudios (Valerio Ureña & Serna Valdivi, 2018), los cuales advierten una asociación negativa entre el número de horas diarias que los estudiantes dedican a las redes sociales y el bienestar psicológico subjetivo. Un estudio (Rodríguez Puentes & Parra, 2014) llevado a cabo en adolescentes también reveló que a mayor uso del tiempo de uso de las redes sociales, eran mayores los problemas de tipo externalizante (conducta agresiva, ruptura de reglas y problemas de atención) y a su vez, encontraron cuatro variables con valor predictivo del tiempo de uso de Internet: la conducta agresiva, el tiempo que los adolescentes permanecen solos en casa, las cualidades de los adolescentes y, por último, la insatisfacción social.

Sin embargo, las diferencias surgieron en relación a las actividades que realizan los participantes, arrojando una relación entre dichos síntomas y ciertas actividades realizadas en internet, como leer lo que postean otros, postear sus comentarios, crear y subir sus videos, seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales y crear y manejar su sitio de internet, siendo la compra de productos y servicios la actividad que disminuye el malestar. Esto demuestra la complejidad de la relación entre bienestar y uso de internet, ya que la frecuencia en sí misma no predice el bienestar, sino que son sus usos inadecuados (Páez et al., 2019a). Las pautas de comportamiento en la red en cuanto a frecuencias de uso de internet y de sus aplicaciones, varía en función de la combinación de variables sociodemográficas como el sexo y la edad (García del Castillo et al., 2008). Respecto a la edad, los participantes más jóvenes presentaron una frecuencia de conexión a internet mayor. A su vez, a medida que aumenta la edad, aumenta asimismo la realización de determinadas actividades como el contacto con el gobierno u organismos oficiales, y disminuye la realización de otras, como el transmitir o recibir algún rumor. Respecto al sexo, los hombres utilizan internet para la compra y venta de productos o servicios de internet en mayor medida que las mujeres, otros estudios (Fernández de la Iglesia, Casal Otero, Fernández-Morante, & Cebreiro, 2020) han observado que su tiempo lo dedican con mayor frecuencia a jugar online o apostar en páginas web. En las mujeres en cambio, se encontró que lo utilizan en mayor medida para transmitir o recibir algún rumor, lo que confirma la quinta hipótesis de investigación.

El diseño descriptivo-correlacional de la investigación demuestra diferentes asociaciones entre las variables estudiadas, pero no permite identificar si las formas de uso de internet son las causas del malestar de los sujetos. También, la utilización de auto reportes para medir las variables puede limitar la información obtenida ya que las respuestas pueden estar influidas por la deseabilidad social de los participantes. En este sentido, futuras líneas de investigación pueden diseñarse de forma experimental o bien utilizando

medidas objetivas de estas variables con el fin de explorar si los resultados difieren. Además, podría ser de interés comparar esta relación en diferentes grupos etarios ya que se conoce que existen diferencias en cuanto al uso y acceso a las nuevas tecnologías, denotando la llamada "Brecha digital" (Delfino et al., 2017).

CONCLUSIONES

Se observó que 9 de cada 10 jóvenes de la zona metropolitana de Buenos Aires señalan estar todos los días conectados a internet. Casi un 80% suele estar siempre conectado durante el día, y el promedio de horas diarias es alrededor de 10. Se encontró, que a medida que aumenta la edad, menos es el tiempo que los sujetos están conectados a internet.

Las actividades en las que los jóvenes invierten su tiempo en internet se encuentran relacionadas en mayor frecuencia con la lectura de lo que postean otros y mirar videos creados por otros. Pero estas actividades disminuyen a medida que los jóvenes aumentan de edad, pasando a dedicar su tiempo de conexión en mayor medida a la compra y venta de productos o servicios y el contacto con el Gobierno/Organismos oficiales. Las mujeres en comparación a los hombres se destacan por leer lo que postean otros, postear sus comentarios, crear y subir sus videos, seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales, escribir mensajes en su blog, crear y manejar su sitio de internet y transmitir o recibir algún rumor. En cambio, los hombres realizan mayor cantidad de compra y venta de productos o servicios que las mujeres.

Los participantes presentan un nivel medio-bajo de malestar psicológico, sin embargo, señalan sentirse en muchas ocasiones preocupados, inquietos y nerviosos. Por otra parte, las mujeres en comparación a los hombres presentan más síntomas de ansiedad y depresión. Las actividades realizadas en internet, como leer lo que postean otros, postear sus comentarios, crear y subir sus videos, seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales, crear y manejar su sitio de internet, aumentan los niveles de malestar psicológico. En cambio, la compra de productos y

servicios disminuye el malestar. Al mismo tiempo, las actividades de crear y subir sus videos, escribir mensajes en su blog y contactarse con el Gobierno/Organismos oficiales se relacionan en mayor medida con malestar en hombres que en mujeres. Y leer lo que postean otros, y crear y manejar su sitio de internet son las que se relacionan en mayor medida con el malestar en las mujeres, que en los hombres.

Los participantes presentan una alta satisfacción con la vida, destacando sentirse más satisfechos con sus relaciones y su vida en general. No obstante, experimentan una baja satisfacción con relación a su seguridad. Asimismo, los más jóvenes son los que experimentan mayores niveles de satisfacción con la vida. La actividad en internet que se relacionan positivamente con la satisfacción con la vida en los hombres es la de transmitir o recibir algún rumor y en las mujeres se relaciona de manera negativa el seguir y compartir links de sitios de internet en los medios sociales.

Referencias

- Alavi, S., Alaghemandan, H., Maracy, M., Jannatifard, F., Eslami, M. & Ferdosi, M. (2012). Impacto de la adicción a Internet en una serie de síntomas psiquiátricos en estudiantes de las universidades de Isfahan, Irán. *International Journal of Preventive Medicine*, 3, 122-127
- Arab, L. E., & Díaz, G. A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2014.12.001>
- Bernal-Ruiz, C., Rosa-Alcázar, A. I., González-Calatayud, V., & Rosa-Alcázar, E. (2017). ¿Existe relación entre uso problemático de Internet y las respuestas de ansiedad social, obsesivo-compulsivas y el bienestar psicológico en adolescentes? *Anales De Psicología/Annals of Psychology*, 33(2), 269-276. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.33.2.265831>
- Bilbao Ramírez, M. (2008). *Creencias Sociales y Bienestar: valores, creencias básicas, impacto de los hechos vitales y crecimiento psicológico*. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco. <http://>

- repositorio.conicyt.cl/handle/10533/180318
- Brenlla, M. & Aranguren, M. (2010). Adaptación argentina de la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (K10). *Revista de Psicología de la PUCP*, 28(2) 309- 340. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4637549.pdf>
- Bringué, X., & Sádaba, C. (2009). *La generación interactiva en España. Niños y adolescentes ante las pantallas*. Madrid: Ariel y Fundación Telefónica. <https://dadun.unav.edu/handle/10171/17155>
- Cárdenas, M. & Arancibia, H. (2014). Potencia estadística y cálculo del tamaño del efecto en G*Power: complementos a la prueba de significación estadística y su aplicación en psicología. *Salud & Sociedad*, 5(2), 210-224. Recuperado de <http://www.saludysociedad.cl/index.php/main/article/view/182/182>
- Casas, F., Figuer, C., González, M. y Malo, S. (2007). The penetration of audio-visual media into adolescent cultures in Spain between 1999 and 2003. In *Adolescents and Audio-visual Media in five Countries*. Documenta Universitaria.
- Castellá Sarriera, J., Saforcada, E., Tonon, G., Rodríguez de La Vega, L., Mozobancyk, S., & María Bedin, L. (2012). Bienestar subjetivo de los adolescentes: un estudio comparativo entre Argentina y Brasil. *Psychosocial Intervention*, 21(3), 273- 280. <https://doi.org/10.5093/in2012a24>
- Chirinos, N. (2009). Características generacionales y sus valores. Su impacto en lo laboral. *Observatorio Laboral Revista Venezolana*, 2(4), 133-153.
- Colás Bravo, M. P., González Ramírez, T., & Pablos Pons, J. D. (2013). Juventud y redes sociales: Motivaciones y usos preferentes. *Comunicar*, 40, 15-23. <https://doi.org/10.3916/C40-2013-02-01>
- Cornejo, M., & Tapia, M. L. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en humanidades*, 12(24).
- Del Castillo, J. A. G. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y drogas*, 13(1), 5-14. <https://doi.org/10.21134/haaj.v13i1.188>
- Delfino, G., Beramendi, M., & Zubieta, E. (2019). Participación social y política en Internet y brecha generacional. *Revista de Psicología (PUCP)*, 37(1), 195-216. <http://dx.doi.org/10.18800/psico.201901.007>
- Delfino, G., Sosa, F. & Zubieta, E. (2017). Uso de internet en Argentina: género y edad como variables asociadas a la brecha digital. *Investigación & Desarrollo*, 25(2), 100-123. <http://dx.doi.org/10.14482/indes.25.2.10961>
- Díaz, E. R., Fernández, A. R., Zabala, A. F., Revuelta, L. R., & Saez, I. A. (2013). Resiliencia y bienestar subjetivo en función del sexo y del nivel educativo en la adolescencia. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 1(1), 31-42. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v3i1.27>
- Diener, E. & Tov, W. (2007). Subjective Well-Being and Peace. *Journal of Social Issues*, 63 (2), 421- 440. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2007.00517.x>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A. & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149-1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Fernández de la Iglesia, J. C., Casal Otero, L., Fernández-Morante, C., & Cebreiro, B. (2020). Actitudes y uso de Internet y redes sociales en estudiantes universitarios/as de Galicia: implicaciones personales y sociales. *Revista Prisma Social*, (28), 145-160. <https://doi.org/10.23857/dom.cien.pocaip.2017.3.mono1.ago.186-199>
- Fernández Lopez, P. D. (2015). Nuevos Patrones de Integración Social. El uso del Facebook y el Twitter en adolescentes y el impacto en su autoestima. *Revista de Investigación en Psicología Social*, 1 (2), 51-67. <https://doi.org/10.5783/rirop-4-2012-06-123-144>
- Garaigordobil, M., Aliri, J., & Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Psicología conductual*, 17(3), 543-559.
- García del Castillo, J. A., Terol, M., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M. & Sitges, E. (2008). Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones*, 20(2), 131-142. <https://doi.org/10.20882/adicciones.277>
- García Mazzieri, S. (2014). *Bienestar eudaimónico y uso de redes sociales virtuales*. [Eudaimonic well-being and use of virtual social networks]. Paper presented at the IV International

- Congress of Research of the Faculty of Psychology of the National University of La Plata, Argentina. Abstract retrieved from <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/48408>
- Gómez, P., Rial, A., Braña, T., Valera, J. & Barreiro, C. (2014). Evaluación y detección temprana del uso problemático de Internet en adolescentes. *Psicothema*, 26, 21-26. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.109>
- Herrera Harfuch, M. F., Pacheco Murguía, M. P., Palomar Lever, J., & Zavala Andrade, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18 (1), 6-18.
- Jiménez, L. & Pantoja, A. V. (2007). Autoestima y relaciones Interpersonales en sujetos adictos a Internet. *Psicología-Segunda Época*, 26(1), 78- 89. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/repsi/v26n1/v26n1a06.pdf>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Khan, S., Gagné, M., Yang, L., & Shapka, J. (2016). Exploring the relationship between adolescents' self-concept and their offline and online social worlds. *Computers in Human Behavior*, 55, 940-945. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.046>
- Ko, C.H., Liu, T.L., Wang, P.W., Chen, C.S., Yen, C.F. & Yen, J.Y. (2014). La exacerbación de la depresión, la hostilidad y la ansiedad social en el curso de la adicción a Internet entre los adolescentes: un estudio prospectivo. *Psiquiatría integral*, 55, 1377-1384. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.05.003>
- Lam, L. (2014). Factores de riesgo de la adicción a Internet y el efecto sobre la salud de la adicción a Internet en los adolescentes: una revisión sistemática de estudios longitudinales y prospectivos. *Current Psychiatry Reports*, 16, 1-9. <https://doi.org/10.1007/s11920-014-0508-2>.
- Lau, A. L., Cummins, R. A., & Mcpherson, W. (2005). An investigation into the cross- cultural equivalence of the Personal Wellbeing Index. *Social Indicators Research*, 72(3), 403-430. <https://doi.org/10.1007/s11205-004-0561-z>
- Lozano, J. F., & Femenia, S. (2020). Internet y su repercusión en la autopercepción individual del bienestar. *Ciencia, Técnica y Mainstreaming Social*, (4), 29-42. <https://doi.org/10.4995/citecma.2020.12358>
- Malik, S., & Khan, M. (2015). Impact of facebook addiction on narcissistic behavior and self-esteem among students. *J Pak Med Assoc*, 65(3), 260-263. <https://www.jpma.org.pk/article-details/7283>
- Malo Cerrato, S., Navarro Pou, D., & Casas Aznar, F. (2012). El uso de los medios audiovisuales en la adolescencia y su relación con el bienestar subjetivo: análisis cualitativo desde la perspectiva intergeneracional y de género. *Athenea Digital: revista de pensamiento e investigación social*, 12(3), 0027-49. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.112>
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862. http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-256.pdf
- Morales, J. C. C., & Aristizábal, J. A. C. (2016). Interacción de adultos mayores en redes sociales virtuales (Facebook) y su relación con el bienestar subjetivo. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 9(2), 61-71. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6124347>
- Muuses, L. D., Finkenauer, C., Kerkhorr, P. & Billedo, C. J. (2014). A longitudinal study of the association between compulsive internet use and wellbeing. *Computers in Human Behavior*, 36, 21-28. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.035>
- Páez, D., Delfino, G., Vargas-Salfate, S., Liu, J. H., Gil de Zuñiga, H., Khan, S., & Garaigordobil, M. (2019b). A longitudinal study of the effects of internet use on subjective well-being. *Media Psychology*, *Published online: 22 Aug 2019*. <https://doi.org/10.1080/15213269.2019.1624177>.
- Páez, D., Delfino, G., Vargas-Salfate, S., Liu, J., Gil de Zuñiga, H., Khan, S. S., & Garaigordobil, M. (2019). Direct and mediated social contact, use of internet and well-being. *Media Psychology*. <https://doi.org/10.1080/15213269.2019.1624177>
- Pantic, I. (2014). Online Social Networking and Mental Health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(10), 652-657. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0011>

- org/10.1089/cyber.2014.0070
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants: Part 1. *On the Horizon*, 9(5), 2-6. <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>
- Prieto Gutiérrez, J. J., & Moreno Cámara, A. (2013). Las redes sociales de internet ¿una nueva adicción?. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIV, 149-155
- Prizant-Passal, S., Shechner, T., & Aderka, I. A. (2016). Social anxiety and internet use – A meta-analysis: What do we know? What are we missing?. *Computers in Human Behavior*, 62, 221-229. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.003>
- Raleig, M. V., Beramendi, M., & Delfino, G. (2011). Bienestar Psicológico y Social en jóvenes universitarios argentinos. *Revista de Psicología* (1669-2438), 7(14). <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/5979/1/bienestar-psicologico-social-jovenes.pdf>
- Reis, H. T., Smith, S. M., Carmichael, C. L., Caprariello, P. A., Tsai, F. F., Rodrigues, A., & Maniaci, M. R. (2010). Are you happy for me? How sharing positive events with others provides personal and interpersonal benefits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(2), 311-329. <https://doi.org/10.1037/a0018344>
- Reolid-Martínez, R. E., Flores-Copete, M., López-García, M., Alcantud-Lozano, P., Ayuso-Raya, M. C., & Escobar-Rabadán, F. (2016). Frecuencia y características de uso de Internet por adolescentes españoles. Un estudio transversal. *Archivos argentinos de pediatría*, 114(1), 6-13. <https://doi.org/10.5546/aap.2016.6>
- Rodriguez Puentes, A. P., & Parra, A. F. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta colombiana de psicología*, 17(1), 131-140. <https://doi.org/10.14718/acp.2014.17.1.13>
- Rosen, L., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. & Cheever, N. (2013). ¿Facebook está creando “iDisorders”? El vínculo entre los síntomas clínicos de los trastornos psiquiátricos y el uso de la tecnología, las actitudes y la ansiedad. *Computers in Human Behavior*, 29, 1243-1254. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.012>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069. <https://pdfs.semanticscholar.org/0b7c/bc0e7b5946b39778784a2167019eebd53e52.pdf>
- Sasmaz, T., Oner, S., Kurt, AO, Yapici, G., Yazici, AE, Bugdayci, R. y Sis, M. (2013). Prevalencia y factores de riesgo de adicción a Internet en estudiantes de secundaria. *The European Journal of Public Health*, 24, 15-20. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckt051>
- Song, H., Zmyslinski-Seelig, A., Kim, J., Drent, A., Victor, A., Omori, K., & Allen, M. (2014). Does Facebook make you lonely?: A meta analysis. *Computers in Human Behavior*, 36, 446-452. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.011>
- Szretter-Noste, E. (2013). *Apunte de regresión lineal*. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires. http://mate.dm.uba.ar/~meszre/apunte_regresion_lineal_szretter.pdf
- Trepte, S., Dienlin, T., & Reinecke, L. (2015). Influence of social support received in online and offline contexts on satisfaction with social support and satisfaction with life: A longitudinal study. *Media Psychology*, 18(1), 74-105. <https://doi.org/10.1080/15213269.2013.838904>
- Valerio Ureña, G., & Serna Valdivi, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(3), 19-28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>
- Valkenburg, P. y Peter, J. (2007). La comunicación en línea y el bienestar de los adolescentes prueban la hipótesis de la estimulación versus el desplazamiento. *Journal of Computer Mediated Communication*, 12, 1169-1182. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00368.x>