

Uso problemático de redes sociales y vulnerabilidad psicosocial en adolescentes: resultados del estudio Infancia Digital

Juan Manuel Machimbarrena Garagorri¹, Antonio Rial-Boubeta², Abel Nogueira-López³, Joaquín González-Cabrera⁴, Joël Billieux⁵ y Ana Estévez⁶

¹Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (EHU) ²Universidade de Santiago de Compostela (USC) ³Universidad de Burgos (UBU) ⁴Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) ⁵Université de Lausanne (UNIL) ⁶Universidad de Deusto (UD)

?

¿Por qué?

- El tiempo de uso, por sí solo, **dice poco** sobre el deterioro.
- El UPRS añade **pérdida de control e interferencia funcional**.
- Los estudios poblacionales grandes permiten ver si se asocia con dificultades en **varios ámbitos** de la vida adolescente.

OBJETIVO

Estimar la prevalencia de UPRS en una amplia muestra nacional y analizar su relación con calidad de vida, satisfacción vital, salud mental, violencia familiar y entre iguales y riesgos online.

👥

Muestra

Estudio nacional Infancia Digital

75.329

estudiantes

446

centros educativos

10-20

años (M = 13,48; DT = 2,19)

2024-25

nov. a jun., online en el aula

Diseño transversal, muestreo estratificado por conglomerados y datos ponderados. **Análisis:** diferencias estandarizadas (d) y razones de prevalencia ajustadas por sexo y edad (aPR).

☰

Cómo lo medimos

SMDS, 9 síntomas **sí/no** (van den Eijnden et al., 2016)

Preocupación

Tolerancia

Abstinencia

Reducción fallida

Desplazamiento

Problemas

Engaño

Escape

Conflicto

≥ 6

síntomas en el último año = UPRS

criterio de Boer et al. (2022)

OTRAS MEDIDAS

CVRS: KIDSCREEN-10 y -27 (Ravens-Sieberger et al., 2007, 2010)

Satisfacción vital: escalera de Cantril (1965)

Suicidalidad: escala de Paykel (Paykel et al., 1974)

Victimización: EBIP-Q y ECIP-Q (Ortega-Ruiz et al., 2016)

Ansiedad, depresión, somatización, violencia filio-parental y riesgos online: ítems del estudio

HALLAZGO PRINCIPAL

El uso problemático de redes sociales **no llega solo**: se acompaña de peor salud mental, más violencia y más riesgos online

👤

5,69 %

Chicas 7,2 % · Chicos 4,0 %

≈ 1 de cada 18

estudiantes cumple el umbral

EFFECTO GRANDE

1,08

más síntomas depresivos

EFFECTO GRANDE

0,92

peor calidad de vida relacionada con la salud

MÁS FRECUENTE

×5,2

recibir chantaje sexual

Comparación con quienes no cumplen el umbral. Diseño transversal: asociaciones concurrentes, sin dirección causal. 1,08 y 0,92: diferencias estandarizadas. ×5,2: razón de prevalencia ajustada por sexo y edad (aPR = 5,17).

📶

Salud mental y bienestar

Magnitud de la diferencia (d): más alto = peor bienestar o más síntomas en el grupo con UPRS.

Síntomas depresivos

1,08

Ansiedad

0,93

Somatización

0,86

Suicidalidad

0,86

CVRS global (KIDSCREEN-10)

0,92

Bienestar psicológico

0,91

Satisfacción vital

0,73

Entorno escolar

0,70

Bienestar físico

0,68

Relación con padres y vida familiar

0,65

Apoyo social e iguales

0,48

● Síntomas

● Calidad de vida y satisfacción

■ Efecto grande (≥ 0,8)

⚠️

Violencia y riesgos online

Cuántas veces más frecuente con UPRS (aPR ajustada por sexo y edad, escala log)

Recibir chantaje sexual

5,17

Cibervictimización semanal

3,39

Proposición sexual de adulto (<18)

3,31

Enviar imágenes eróticas propias

3,26

Proposición sexual online

3,20

Ciberagresión semanal

3,17

Violencia filio-parental frecuente

2,86

Agresión escolar semanal

2,58

Recibir imágenes eróticas

2,34

Quedar con un contacto online

2,30

Victimización escolar semanal

2,14

● Riesgos sexuales online

● Iguales

● Familia

💡

¿Qué significa?

✓ Poco frecuente, pero muy relevante. Quienes alcanzan o superan el punto de corte para uso problemático de redes sociales presentan más dificultades en salud mental, familia, iguales y entorno online.

➔ Prevenir más allá del tiempo de pantalla: atender a la pérdida de control y a la interferencia y realizar una evaluación holística.

✓ UPRS como posible indicador de una vulnerabilidad más amplia que conviene evaluar.

📄 Diseño transversal: no permite establecer dirección causal.

infancia digital

GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y VITICULTURA

SECRETARÍA DE POLÍTICA DE EDUCACIÓN

red.es

unicef para cada infancia

USC UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

INGENIERÍA INFORMÁTICA CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS PROFESIONALES - CCI

Correspondencia: antonio.rial.boubeta@usc.es

Informe completo en el QR →

Formato #betterposter (Mike Morrison)

Informe Infancia Digital 2025