

AUTOPERCEPCION DE LA ADICCION A INTERNET EN JOVENES UNIVERSITARIOS

SELF-PERCEPTION OF INTERNET ADDICTION IN UNIVERSITY STUDENTS

Verónica Marín-Díaz, Juan M. Muñoz-González y M^a Dolores Hidalgo Ariza

Universidad de Córdoba. España

Abstract

The rapid growth of the Internet is a characteristic aspect of today's society. This fact has led to the talk of a new form of addiction, the technological one. *Objective.* This work analyzes the self-perception that Internet users have about their addiction to it. *Method.* The Internet Addiction Test by Young (1998) has been used as a tool for collecting information, the sample being studied by Spanish university students (N = 256). By means of a non-experimental study and with a descriptive-correlational design, it is proposed as a starting hypothesis to demonstrate that students perceive having Internet addiction. *Results.* After completing the study, it has been found that students do not perceive having an addiction to the network, which makes them reject the starting hypothesis. *Conclusions.* From what can be concluded, that the students present a problematic use of the network and not an addictive behavior.

Keywords: Addiction, Internet, university student.

Resumen

El crecimiento vertiginoso de Internet es un aspecto característico de la sociedad actual. Este hecho ha provocado que se hable de una nueva forma de adicción, la tecnológica. *Objetivo.* Este trabajo realiza un análisis de la autopercepción que los usuarios de Internet tienen sobre su adicción a la misma. *Método.* Se ha empleado como instrumento de recogida de información el *Internet Addiction Test* de Young (1998), siendo la muestra objeto de estudio estudiantes universitarios españoles (N=256). Mediante un estudio no experimental y con un diseño descriptivo-correlacional se plantea como hipótesis de partida demostrar que los alumnos perciben tener adicción a Internet. *Resultados.* Tras la realización del estudio se ha constatado que los estudiantes no perciben tener una adicción a la red, lo que hace rechazar la hipótesis de partida. *Conclusiones.* Por lo que se puede concluir, que el alumnado presenta un uso problemático de la red y no una conducta adictiva.

Palabras clave: Adicción, Internet, estudiante universitario.

Internet hoy juega un papel cardinal en la vida de las personas, ello es indiscutible. Como sostiene Kolikart (2012), transforma las acciones y los valores de los usuarios de la misma, cambia la interacción con el conocimiento y con la información que de ella se obtiene. No obstante, como todo lo tecnológico o digital presenta aspectos positivos y negativos. Con respecto a los primeros, se puede señalar la rapidez en encontrar información, permite estar en contacto con otras personas o instituciones, su coste es bastante asequible, brinda anonimato, apoya descubrimientos, incrementan capacidades individuales de autoexpresión, auto-comprensión e interacción social, etc. De otro lado, se encuentra la falta de sensibilidad de otros internautas, dificultades de acceso a determinados recursos por parte de sujetos que tengan alguna limitación o discapacidad, brecha digital, así como la adicción a ella, siendo esta quizá la que está demandando una mayor atención, dados los problemas que genera como el *sexting*, *ciberbullying*, *grooming*, etc. Gaysima & Zakirave (2017) señalan que los indicadores que reflejan una adicción a Internet giran en torno a aspectos tales como el tiempo que el individuo pasa conectado al ordenador, tabletas digitales, Smartphone o cualquier dispositivo; el grado de actividad que el usuario presenta, así como el tipo de actividades que desarrolla; la experiencia con determinados conflictos o riesgos que estar en línea conlleva y, por último, con la idea de seguridad que Internet les provee. Estos, junto a los establecidos por Herrera, Pacheco, Palomar & Zabala (2010, p.7) referidos a "preocupación, impulsividad incontrolable, tolerancia, síndrome de abstinencia, uso y esfuerzo excesivo invertido en Internet e impedimentos en la habilidad para la toma de decisiones", junto con la pérdida del control de sus impulsos (Arslan & Kiper, 2018) y compartidos por Cortaza-Ramírez, Blanco-Enríquez, Hernández-Cortaza, Lugo-Ramírez, Beverido, Salas & De San Jorge-Cárdenas (2019), dibujan el perfil de un sujeto adicto a la red.

En definitiva, cuando un sujeto presenta: "(1) uso excesivo, asociado con la pérdida del sentido del tiempo; (2) retraimiento, que abarca sentimientos de enojo, tensión y/o depresión cuando no se tiene acceso al equipo; (3) tolerancia, incluyendo un mejor equipo y más horas de uso; y (4) consecuencias negativas para el individuo" (Rojas-Jara, Henríquez, Sanhueza, Núñez, Inostroza, Solís & Contreras, 2018, p.43), se puede decir que tiene una adicción a Internet.

La población que actualmente tiene un perfil más cercano a padecer dicha adicción y que se desarrolle más rápidamente que otras, como el alcohol o el tabaco, se encuentran, según las investigaciones consultadas, en los adolescentes y en los jóvenes universitarios (Li & Mau, 2018; Neverkovich, Bubnova, Kosarenko, Sakhieva, Sizova, Zakharova & Sergeeva, 2018). En este sentido, el número de trabajos desarrollados en torno al tema se han centrado en determinar qué y por qué los estudiantes de enseñanza superior tienen o han desarrollado conductas adictivas hacia Internet y todas las herramientas que en ella se puede encontrar, como por ejemplo las redes sociales, y qué síntomas presentan (Bahrainian, Alizadeh, Raeisoon, Gorji & Khazaei, 2014; Kumar, Kumar, Badiyani, Singh, Gupta & Ismail, 2018; Marín-Díaz, Vega-Gea & Passey, 2019).

Para determinar el grado de adicción a Internet de los estudiantes en 1998, Young creó el *Internet Addiction Test* (IAT), el cual se ha aplicado en diversos contextos culturales, arrojando una diversidad de resultados. En el caso del contexto español ha reflejado que los alumnos universitarios españoles no presentan una conducta adictiva. El estudio de Marín-Díaz, Vega-Gea & Passey (2019) reflejó que los estudiantes presentaban una autopercepción de uso problemático de Internet y no una adicción, mientras que en el lado opuesto encontramos los datos alcanzados por Díaz, Arrieta & Simancas-Pallarés (2019), quienes si identificaron un patrón adictivo en los estudiantes de educación superior. Y es en la línea de los aportes de Díaz, Arrieta & Simancas-Pallarés donde ubicamos este trabajo. Se considera necesario el estudio de la autopercepción que el alumnado posee de su relación con Internet y si esta tiene rasgos adictivos, a partir de la aplicación del mencionado test y del establecimiento de un modelo que dibuje un perfil de joven universitario, dada la alta presencia de recursos digitales soportados por la red en el desarrollo de su formación, así como de su vida social y personal.

En 2010, Ruiz-Olivares, Valentina, Pino & Herruzo realizaron un estudio con estudiantes de la Universidad de Córdoba, aplicando varios instrumentos, siendo uno de ellos el IAT. Este trabajo reflejó que el alumnado no presentaba una conducta adictiva en torno al consumo de Internet. Transcurridas casi dos décadas de aquella investigación y tras los avances que la red ha presentado, no solo en la vida social sino también académica de los estudiantes universitarios (Hernández & Torrijos, 2019),

se considera necesario realizar un nuevo estudio que trate de poner de manifiesto si los estudiantes de la misma institución y, más concretamente del macro-área de Ciencias Sociales, tienen el mismo perfil no adictivo.

La hipótesis de partida es que, dos décadas después, los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación presentan una conducta adictiva hacia Internet debido, fundamentalmente, al aumento de la presencia de la misma en la educación superior. Por lo que el objetivo general es determinar si los alumnos del centro presentan una adicción a Internet.

De la hipótesis general de partida se establecen las siguientes de carácter específico:

- Las mujeres presentan una conducta adictiva frente a los hombres.
- Los alumnos más jóvenes son más adictos que los de más edad.

A partir de las hipótesis planteadas y del objetivo general se se abordan los siguientes objetivos que se detallan a continuación:

1. Describir las opiniones del alumnado de los Grados de Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Social respecto a la adicción a Internet.
2. Analizar si existen diferencias en función de la titulación del alumnado.
3. Observar la existencia o no de correlaciones entre las diferentes dimensiones del cuestionario.
4. Establecer modelos para predecir la disminución de la calidad de vida de los sujetos en función de aspectos referentes a la recompensa u/o alivio.
5. Determinar si el alumnado cordobés presenta conductas de adicción a la red.

MÉTODO

Diseño y Participantes

Para el desarrollo de este trabajo se ha empleado un método de tipo no experimental y bajo un diseño descriptivo-correlacional.

La selección de la muestra se llevó a cabo utilizando el procedimiento de muestreo no probabilístico o de conveniencia (Otzen & Manterola, 2017), debido a que la aplicación del cuestionario solo se pudo llevar a cabo en los grupos de estudiantes a los que los docentes de este estudio tuvieron acceso durante el curso 2017-2018.

Esta estuvo compuesta por un total de 256 sujetos: 126 del Grado de Educación Infantil (49.2%), 91 pertenecientes al Grado de Educación Primaria (35.5%) y 39 correspondientes al Grado de Educación Social (15.2%).

En cuanto a la relación entre la edad y el género del alumnado, estuvo comprendida entre 18 y mayores de 26 años, siendo su distribución como se puede contemplar en la Tabla 1.

Tabla 1. Relación de distribución entre edad y género

Edad	Mujeres	Hombres	Total
18-20 años	80%	20%	58.6%
21-23 años	80.8%	19.2%	28.5%
24-26 años	80%	20%	9.8%
> 26 años	79.7%	20.3%	3.1%

Instrumentos

El cuestionario utilizado para llevar a cabo este estudio, como se ha indicado anteriormente, ha sido el IAT de Young (1998), adaptado por Watters, Keefer, Kloosterman, Summerfeldt & Parker (2013) y validado a la población cordobesa por Marín, Sampedro & Vega (2017), quedando reducido a 17 ítems, medidos con una escala Likert de 5 puntos (1=raramente a 5=siempre). Por parte de los investigadores, se incorporaron tres ítems descriptivos referidos a sus datos personales (género y edad) y académicos (titulación).

En este sentido, la validación fue llevada a cabo a través de un análisis factorial exploratorio (AFE) (Beavers, Lounsbury, Richards, Huck, Skolits & Esquivel, 2013) y confirmatorio (Herrero, 2010), obteniendo como

resultado dos factores denominados: *Aspectos referentes a la recompensa u/o alivio* y *Disminución de la calidad de vida*, coincidiendo con los establecidos por Fernández-Villa (2015) y Marín, Sampedro & Vega (2017). Por otra parte, la fiabilidad fue medida a través del enfoque de consistencia interna (Merino-Soto, 2016), obteniendo un Alfa de Cronbach de .88.

En cuanto a la comprobación del sesgo de la varianza común, esta se ha llevado a cabo a través de la prueba de un factor de Harman (Hair, Black, Babin, Anderson & Tatham, 2006), empleando un AFE y utilizando el método de Componentes Principales, junto con un proceso de extracción de factores comunes "Varimax", obteniéndose una matriz de factores no rotados con un total de 4 dimensiones, donde la varianza total explicada ha sido del 22,6%, en el caso del factor 1; del 39,5% en el caso de los factores 1 y 2; del 50% en el caso de los tres primeros factores y, por último, del 59,8%, considerando la totalidad de factores obtenidos. Por tanto, se puede concluir que no existe sesgo de la varianza común.

Procedimiento

A través de los 17 ítems medidos en escala Likert de 5 puntos (1=raramente a 5=siempre), se preguntó a los estudiantes para conocer la frecuencia de diferentes comportamientos en cuanto al uso de internet. Además, se solicitó al alumnado que respondiese a una serie de preguntas directas que hacían alusión a sus datos personales (género y edad) y académicos (titulación).

El instrumento fue facilitado presencialmente a los estudiantes, dedicando 10 minutos para su cumplimentación, siendo totalmente anónimo. Los investigadores del estudio fueron los responsables de realizar la recogida de datos en todas las titulaciones.

Análisis de datos

Se realizó un análisis descriptivo de las 17 variables que componían el cuestionario a través de los estadísticos de medida central (media) y de medida de dispersión (desviación típica).

En segundo lugar, se llevó a cabo un análisis descriptivo de las 2 dimensiones del cuestionario, calculando la distribución de frecuencias, los estadísticos de medida central y las medidas de dispersión.

En tercer lugar, se realizaron diferentes análisis de varianza para comprobar si existía relación entre las dimensiones del cuestionario y las variables independientes: género, edad y titulación. Para ello, se llevaron a cabo U de Mann Whitney y K de Kruskal Wallis, utilizando el paquete estadístico SPSS 23.

En cuarto lugar, se procedió a comprobar la relación entre las dimensiones que componían el cuestionario mediante correlaciones bivariadas.

Por último, se llevaron a cabo regresiones lineales múltiples para predecir la disminución de la calidad de vida de los estudiantes en función de los aspectos referentes a la recompensa u/o alivio derivados del uso de Internet

RESULTADOS

En primer lugar, se presentan los resultados descriptivos de los 17 ítems que componen el cuestionario utilizado en el presente trabajo de investigación agrupados en factores (ver Tabla 2).

A continuación, se muestran los resultados agrupados en función de las 2 dimensiones de las que consta el cuestionario. En este sentido, se exponen los datos descriptivos de cada una de las dimensiones, así como la existencia de diferencias estadísticamente significativas, atendiendo a las variables independientes del estudio (género, edad y titulación).

Finalmente, se presenta la relación existente entre las dimensiones que componen el cuestionario, así como el establecimiento de un modelo predictor de la disminución de la calidad de vida en función de los aspectos relacionados con la recompensa y/o alivio.

Dimensión1: Disminución de la calidad de vida

En esta dimensión, se agrupan 10 ítems que hacían alusión a las opiniones del alumnado en cuanto a comportamientos que llevan a cabo relacionados con el uso de Internet, así como los sentimientos que surgen en función del mismo y su repercusión en determinadas labores personales y profesionales.

Tabla 2. Distribución de frecuencias de las dimensiones del cuestionario sobre la adicción a Internet

Factores	Ítem	M	DT
Factor 1: Disminución de la calidad de vida	1. Reviso mi correo electrónico antes de realizar otra tarea	2.24	1.21
	2. Descuido las actividades de la casa para estar más tiempo conectado	2.00	1.07
	3. Trato de disminuir el tiempo que paso en Internet, pero no lo logro	2.12	1.03
	4. Con frecuencia las personas cercanas se quejan por la cantidad de tiempo que permanezco conectado	1.92	1.09
	5. Temo que la vida sin Internet sería aburrida, vacía o triste	2.07	1.16
	6. Establezco nuevas relaciones con usuarios de Internet	2.11	1.22
	7. Mis calificaciones o actividades académicas se afectan negativamente por la cantidad de tiempo que estoy en Internet	1.79	0.95
	8. Pienso cuando estaré conectado de nuevo	1.35	0.71
	9. Me siento deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estoy conectado. y me siento mejor cuando me conecto de nuevo	1.44	0.71
	10. Me siento preocupado por no estar conectado o imagino estarlo	1.38	0.66
Factor 2. Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio	11. Me conecto a Internet más de lo previsto	3.07	1.15
	12. Suelo decir "unos minutos más. cuando estoy conectado"	2.30	1.24
	13. El tiempo que paso en Internet afecta negativamente a mi desempeño o productividad en el trabajo	1.91	1.01
	14. Me pongo a la defensiva si alguien me pregunta ¿qué hago en Internet?	1.47	0.80
	15. Me quedo sin dormir por conectarme durante toda la noche	1.51	0.89
	16. Me enfado si alguien me molesta mientras estoy conectado	1.45	0.79
	17. Bloqueo los pensamientos desagradables de mi vida con pensamientos agradables relacionados con Internet	1.62	0.92

En los resultados obtenidos en esta dimensión, se observó que el alumnado manifiesta que muy pocas veces aprecian una disminución de la calidad de vida motivada por el uso de Internet ($\mu = 1.83$; $\sigma = .59$).

En cuanto a las diferencias que el género establecía en relación a la disminución de la calidad de vida, la prueba U de Mann Whitney para muestras independientes señaló que existían diferencias estadísticamente significativas [$U=3997.500$, (197, 51), $Z=-2.251$, $p<.05$]. En este sentido, los chicos presentaban unos rangos promedios superiores a los de las chicas en relación a la disminución de la calidad de vida por el uso de Internet.

Para determinar la influencia de la edad y la titulación sobre los resultados, la prueba K de Kruskal Wallis para muestras independientes indicó que, en el primer caso, no existían diferencias estadísticamente significativas; sin embargo, en el caso de la titulación, si se mostraban tales diferencias [X^2 (2, $N=261$) = 7.802, $p<.05$]. En este sentido, el rango promedio en la disminución de la calidad de vida por el uso de Internet era mayor en los estudiantes pertenecientes al Grado de Educación Primaria y más bajo en los que se encontraban matriculados en el Grado de Educación Social.

Dimensión 2: Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio.

Esta dimensión está compuesta por 7 ítems en los que se recogen diferentes sentimientos y comportamientos que provocan recompensas y/o alivio en el alumnado derivado del uso de internet.

En los resultados obtenidos en esta dimensión, se observan que el alumnado manifiesta que muy pocas veces poseen sentimientos y llevan a cabo conductas que proporcionan recompensa u/o alivio al usar Internet ($\mu = 1.90$; $\sigma = .63$).

Por otra parte, la prueba U de Mann Whitney, realizada para identificar posibles diferencias con respecto al género de los estudiantes en cuanto a los aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio, indicó que existían diferencias estadísticamente significativas [$U=4163.500$, (200, 52), $Z=-2.222$, $p<.05$]. En este sentido, las chicas presentaban unos rangos promedios superiores a los de los chicos, en relación a los

aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio por el uso de Internet.

Por otra parte, los análisis K de Kruskal Wallis para muestras independientes realizados para constatar la existencia de diferencias significativas entre la edad y la titulación en lo que se refiere a los aspectos vinculados con las recompensas y/o alivios, mostraron que existían diferencias estadísticamente significativas en ambos casos. En cuanto a la edad, la prueba indicó que el rango promedio era mayor en los estudiantes con edades situadas entre los 24 y 26 años; y menor, en aquellos con más de 26 años [$X^2(3, N=253) = 9.263, p < .05$]. Por otra parte, respecto a la titulación, mostró que el rango promedio era mayor en los estudiantes pertenecientes al Grado de Educación Primaria y menor en los matriculados en el Grado de Educación Social [$X^2(2, N=264) = 8.010, p < .05$].

Estudio Correlacional

En este apartado, se abordará el estudio correlacional entre las 2 dimensiones del cuestionario. Los datos resultantes de la aplicación de la prueba de correlación de Spearman, realizada para comprobar la relación entre las 2 dimensiones de la escala pueden verse en la Tabla 3.

En función de los datos obtenidos, se puede afirmar que existe correspondencia entre la dimensión 1 (Disminución de la calidad de vida) y la dimensión 2 (Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio) ($R = .796$ y $p = .000$), dado el nivel de significatividad bilateral al .01. La relación entre las mismas es alta, tal y como señalan Mateo (2004) y Pérez, García, Gil & Galán (2009).

Tabla 3. Correlaciones bivariadas de los ítems de las 3 dimensiones del cuestionario

	Disminución de la calidad de vida	Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio
Disminución de la calidad de vida	--	.796**
Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio	.796**	--

Nota: N=256; **p<.01

Modelos explicativos de la disminución de la calidad de vida de los estudiantes en función de los aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio

En este punto, se trata de explicar la variable "Disminución de la calidad de vida" en función de las medidas de la dimensión "Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio" a través de regresiones lineales múltiples (Pardo & Ruiz, 2002), con el fin de observar la variable predictora y su relación con las variables criterio

Los resultados obtenidos nos permiten observar que la dimensión "Aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio" constituye un factor predictor de la dimensión "Disminución de la calidad de vida", ya que $\beta = .826$. $t(826) = 23.424$. $p < .01$; por tanto, es estadísticamente significativa, por lo que se acepta la hipótesis de relación lineal.

En este sentido, el valor de R^2 ajustado fue de .681, indicando que un porcentaje del 68.1% de la variabilidad de la disminución de la calidad de vida del alumnado por el uso de Internet es explicada por los aspectos relacionados con la recompensa u/o alivio.

DISCUSIÓN

Como ya se señaló anteriormente, vivir hoy al margen de Internet es algo impensable. En lo que se refiere a su presencia en la esfera educativa, ha ido creciendo de manera exponencial en la medida en que la formación o los procesos de enseñanza-aprendizaje han ido ampliando las fronteras del aula (Hernández-León & Miguel-Hernández, 2017; Hernández & Torrijos, 2019). Este aumento en el uso de la red ha traído como consecuencia que los individuos, en general, y los adolescentes y jóvenes, en particular, se sientan atraídos por lo que ella les ofrece (Kitazawa et al, 2018). Kummar et al. (2018) indican que son los alumnos universitarios la población activa más propensa a tener o presentar una adicción a Internet; En esta línea trabajos como el de Kitazawa et al (2018) reflejan el exceso de horas que los jóvenes pasan conectados afecta a sus horas de sueño, sin embargo, los resultados aquí alcanzados indican sustancialmente lo contrario.

Atendiendo al género, los datos logrados reflejan que los hombres presentan una mayor adicción frente a

las mujeres en línea con los resultados de Ozgu, Demiralay & Demiralay (2014) y de Altin & Kivrak (2018); así como los de Ruíz et al. (2010); y en oposición a los de Lee, Der Pan & Liao quienes, ya en 2011, indicaban la no existencia de diferencias entre hombres y mujeres en esta área, al igual que las investigaciones de Redondo, Rangel, Luzardo & Inglés (2016), Muratham (2018) y Cortaza-Ramírez et al. (2019). Los datos obtenidos muestran como los aspectos vinculados a la calidad de vida no corroboran los aspectos que Watters et al (2013) apuntaban como determinantes de una adicción a Internet.

En lo que respecta a la edad, se ha confirmado, al igual que el trabajo de Ruíz de Miguel (2016), que los estudiantes jóvenes se encuentran en una posición que se inclina más a una adicción.

Si se centra el punto de atención en la titulación en curso, se observa que los estudiantes del Grado de Primaria muestran una conducta adictiva frente a las otras titulaciones impartidas en la Facultad de Ciencia de la Educación de la Universidad de Córdoba (Educación Infantil y Social). El estudio previo llevado a cabo por Ruiz et al., en 2010, no reflejó diferencias significativas entre las titulaciones participantes, sin embargo, en este si se encuentran. Hay que destacar y aventurar, que en 2010 los estudios de Educación Social no se impartían en la citada institución, y que ello ha podido ser una variable significativa en la determinación de la adicción en función de la titulación.

Finalmente podemos decir que los estudiantes participantes en este estudio presentan patrones de conducta adictiva a Internet, que hace más de una década no se encontraban. Es significativo que son los alumnos más jóvenes los denominados *milenials*, los que han manifestado dicho perfil, de ahí que sea preocupante pues al igual que otras sustancias la edad de inicio de la adicción es cada vez menor. Al hilo de ello, comprobamos que el modelo obtenido presenta que aquellos estudiantes que tengan los rasgos señalados en la tabla 4, como son el revisar el correo antes de realizar cualquier tarea, descuidar las labores del hogar, sentir la necesidad de estar más tiempo conectado a la red, etc., que coincide con el modelo establecido por Marín, Sampedro & Vega (2017).

En este sentido y como ha quedado reflejado en trabajos de otros investigadores, la adicción a Internet

está cada día más presente en la vida de los jóvenes estudiantes (Altin y Kivrak, 2018; García-Umaña & Tirado-Murieta, 2011; Marín, Vega & Passey, 2019; Redondo, 2016; Ünsalver & Aktepe, 2017), circunstancia que demanda una acción por parte de los poderes educativos de cara a la prevención de conductas adictiva y de resolución en el momento en que estas se han detectado.

Conflicto de interés

Los autores no tienen conflictos de intereses que declarar.

REFERENCIAS

- Altin, M., & Kivrak, A. O. (2018). The social media addicting among Turkish University students. *Journal of Education and Training Studies*, 8(12), 13-24. [doi:10.11114/jets.v6i12.3452](https://doi.org/10.11114/jets.v6i12.3452)
- Arslan, N. & Kiper, A. (2018). Self-disclosure and internet addiction. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 8(1), 56-63.
- Bahrainian, S.A., Alizadeh, K.H., Raeisoon, M.R., Gorji, O.H., & Khazaei, A. (2014). Relationship of Internet addiction with self-esteem and depression in university students. *Journal of Preventive Medical and Hygiene*, 5(3), 86-89.
- Beavers, A. S., Lounsbury, J. W., Richards, J. K., Huck, S. W., Skolits, G. J., & Esquivel, S. L. (2013). Practical Considerations for Using Exploratory Factor Analysis in Educational Research. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 18(6), 1-13.
- Cortaza-Ramírez, L., Blanco-Enríquez, F., Hernández-Cortaza, B. A., Lugo-Ramírez, L. A., Beverido, P., Salas, B., & De San Jorge-Cárdenas, X. (2019). Uso de internet, consumo de alcohol y funcionalidad familiar en adolescentes mexicanos. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 19(2), 59-69. [doi:10.21134/haaj.v19i2.434](https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.434)
- Díaz, S., Arrieta, K., & Simancas-Pallarés, M. (2019). Adicción a internet y rendimiento académico de estudiantes de Odontología. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 48(4), 198-207. [doi:10.1016/j.rcp.2018.03.002](https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.03.002)
- Echeburúa, E., y del Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96.
- Fernández-Villa, T., Alguacil, J., Almaraz, A., Cancela, J., Delgado-Rodríguez, M., García-Martín, M., Jiménez-Mejías, E., Llorca, J., Molina, A., Ortiz, R., Valero-Juan, L., & Martín, V. (2015). Uso problemático de internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género. *Adicciones*, 27(4), 265-275. [doi:10.20882/adicciones.751](https://doi.org/10.20882/adicciones.751)
- García-Umaña, A., & Tirado-Morueta, R. (2018). Digital media Behaviour of School Students: abusive use of the Internet. *NAER, Journal New Approaches in Educational Research*, 7(2), 140-147. [doi:10.7821/naer.2018.7.284](https://doi.org/10.7821/naer.2018.7.284)

- Gaysina, G.I., & Zakirova, V.G. (2017). Prevention of Teenager's Internet Addiction: Pilot Program. *Elementary Education Online*, 16(4), 1873-1882. [doi:10.17051/ilkonline.2017.348976](https://doi.org/10.17051/ilkonline.2017.348976)
- Griffiths, M. D., Kuss, D.J., Billieux, J., & Pontes, H. M. (2016). The evolution of Internet addiction: A global perspective. *Addictive Behaviors*, 53, 193e195. [doi:10.1016/j.addbeh.2015.11.001](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.001)
- Hair, J. F., Black, B., Babin, B., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2006). *Multivariate Data Analysis*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice-Hall,
- Hernández, J. P., & Torrijos, P. (2019). Percepción del profesorado sobre la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en las modalidades docentes. Influencia del género y la edad. *EDMETIC. Revista de Educación Mediática y TIC*, 8(1), 128-146. [doi:10.21071/edmetic.v8i1.10537](https://doi.org/10.21071/edmetic.v8i1.10537)
- Hernández-León, N., & Miguel-Hernández, M. (2017). Caso de buenas prácticas en la formación en TIC y fomento de la competencia digital en la sociedad, y, especialmente, en los colectivos en riesgo de exclusión digital. *EDMETIC, Revista de Educación Mediática y TIC*, 6(2), 47-59. [doi:10.21071/edmetic.v6i2.6341](https://doi.org/10.21071/edmetic.v6i2.6341)
- Herrera, M. F., Pacheco, M. P., Palomar, J., & Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima la depresión y la falta de habilidades sociales. *Revista Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18.
- Herrero, J. (2010). El Análisis Factorial Confirmatorio en el estudio de la estructura y estabilidad de los instrumentos de evaluación: un ejemplo con el Cuestionario de Autoestima CA-14. *Intervención Psicosocial*, 19(3), 289-300.
- Kim, H. (2013). Exercise rehabilitation for smartphone addiction. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 9(6), 500-505. [doi:10.12965/jer.130080](https://doi.org/10.12965/jer.130080)
- Kitazawa, M., Yoshimura, M., Murata, M., Sato-Fujimoto, Y., Hitokoto, H., Mimura, M., Tsubota, K., & Kishimoto, T. (2018). Associations between problematic Internet use and psychiatric symptoms among university students in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 72, 531-539. [doi:10.1111/pcn.12662](https://doi.org/10.1111/pcn.12662)
- Kumar, S., Kumar, A., Badiyani, B., Singh S.K., Gupta A., & Ismail, M.B. (2018). Relationship of internet addiction with depression and academic performance in Indian dental students. *Clujul Medical*, 91(3), 300-306. [doi:10.15386/cimed.796](https://doi.org/10.15386/cimed.796)
- Lee, C., Der Pan, P. J., & Liao, C. (2011). Impacts and preferences study for e-HO as a holistic learning environment complementary to e-learning. *Computers & Education*, 56, 747-759. [doi:10.1016/j.compedu.2010.10.017](https://doi.org/10.1016/j.compedu.2010.10.017)
- Li, J., & Mau, W.-C. J. (2018). Application of an ecological approach to examine online activities and Internet addiction among college students. *Journal of Counselor Practice*, 9(2), 1-22. [doi:10.22229/wct902.108](https://doi.org/10.22229/wct902.108)
- Marín, V., Sampedro, B. E., & Vega, E. (2017). Estudio psicométrico de la aplicación del Internet Addiction Test con estudiantes universitarios españoles. *Contextos Educativos*, 2, 147-161. [doi:10.18172/con.3067](https://doi.org/10.18172/con.3067)
- Mateo, J. (2004). La investigación 'ex post-facto'. En R. Bisquerra. (coord.) *Metodología de investigación educativa*, (pp. 196-230). Madrid: La Muralla.
- Merino-Soto, C. (2016). Diferencias entre coeficientes alfa de Cronbach con muestras y partes pequeñas: Un programa VB. *Anales de Psicología*, 32(2), 587-588. [doi:10.6018/analesps.32.2.203841](https://doi.org/10.6018/analesps.32.2.203841)
- Muratham, T. (2018). Identification of Internet Usage and Dependency Level of Physical Education and Sport Teaching Students. *International Education Studies*, 11(11), 14-22. [doi:10.5539/ies.v11n11p14](https://doi.org/10.5539/ies.v11n11p14)
- Neverkovich, S., Bubnova, I. S., Kosarenko, N. N., Sakhieva, R. G., Sizova, Z. M., Zakharova, V. L., & Sergeeva, M. G. (2018). Students' internet addiction: study and prevention. *Eurasia Journal of Mathematics Science and Technology Education*, 14(4), 1483-1495. [doi:10.29333/ejmste/83723](https://doi.org/10.29333/ejmste/83723)
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. [doi:10.4067/S0717-95022017000100037](https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037)
- Ozgu, H., Demiralay, T., & Demiralay, I. (2014). Exploration of problematic internet use and loneliness among distance education students. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 15(2), 75-90. Pardo, A., & Ruiz, M. (2002). *SPSS 11. Guía para el análisis de datos*. Madrid: McGraw-Hill
- Pérez, R., García, J. L., Gil, J. A., & Galán, A. (2009). *Estadística aplicada a la Educación*. Madrid: Pearson Prentice Hall.
- Redondo, J., Rangel, K. J., Luzardo, M., & Inglés, C. (2016). Experiencias relacionadas con el uso de internet y celular en una muestra de estudiantes universitarios colombianos. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 49, 7-22.
- Rojas-Jara, C., Henríquez, F., Sanhueza, F., Núñez, P., Inostroza, E., Solís, A., & Contreras, D. (2018). Adicción a Internet y uso de redes sociales en adolescentes: una revisión. *Revista Española de Drogodependencias*, 43(4), 39-54.
- Ruiz de Miguel, C. (2016). Perfil de uso del teléfono móvil e internet en una muestra de universitarios españoles: ¿usan o abusan? *Bordón*, 68(3), 131-145. [doi:10.13042/Bordón.2016.68307](https://doi.org/10.13042/Bordón.2016.68307)
- Ünsalver, B. Ö., & Aktepe, H. (2017). Internet addiction and impulsivity among university students. *European Psychiatric*, 41, S397. [doi:10.1016/j.eurpsy.2017.02.458](https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.02.458)
- Van Rooij, A. J., Ferguson, C. J., van de Mheen, D., & Schoenmakers, T. M. (2017). Time to abandon internet addiction? Predicting problematic internet, game, and social media use from psychosocial well-being and application use. *Clinical Neuropsychiatry*, 14(1), 113-121.
- Watters, C. A., Keefer, K.V., Kloosterman, P. H., Summerfeldt, L.J., & Parker J. D.A (2013). Examining the structure of the Internet Addiction Test in adolescents: A bifactor approach. *Computers in Human Behaviour*, 29(6), 2294-2302. [doi:10.1016/j.chb.2013.05.020](https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.05.020)
- Young, K. (1998). *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New: John Wiley y Sons. Inc.

Zhou, Y., Li, D., Li, X., Wang, Y., & Zhao, L. (2017). Big five personality and adolescent Internet addiction: The mediating role of coping style. *Addictive Behaviors, 64*. 42-48. [doi:10.1016/j.addbeh.2016.08.009](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.08.009)