



Ciberadictos, ciberadicción: una revisión actual

Cyber addicts, cyber addiction: a current review

Viciados cibernéticos, dependência cibernética: uma revisão atual

Gabriela Nohemí Balseca-Rodríguez ^I
gruponamaste333@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-5215-4566>

Jilma Alexandra Cuyachamin-Chiliquinga ^{II}
alexa_14_0240@yahoo.es
<https://orcid.org/0009-0008-3027-8077>

Jenny Marisela Martínez-Mena ^{III}
drajennymmm@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-9540-2437>

María José Astudillo-Lalangui ^{IV}
maría.astudillo@iess.gob.ec
<https://orcid.org/0000-0003-0148-0061>

María Fernanda Yaulema-Rodríguez ^V
fernandayaulema@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0006-0104-4488>

Correspondencia: gruponamaste333@gmail.com

Ciencias de la Computación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 11 de junio de 2024 * **Aceptado:** 30 de julio de 2024 * **Publicado:** 08 de agosto de 2024

- I. Investigador Independiente, Riobamba, Ecuador.
- II. Investigador Independiente, Riobamba, Ecuador.
- III. Investigador Independiente, Riobamba, Ecuador.
- IV. Investigador Independiente, Riobamba, Ecuador.
- V. Investigador Independiente, Riobamba, Ecuador.

Resumen

La ciberadicción, caracterizada por el uso descontrolado de internet, afecta la salud mental y relaciones. Aumenta entre jóvenes, vinculado con depresión y ciberacoso. Necesita una respuesta integral que incluya prevención y tratamiento terapéutico. **Objetivo.** La revisión aborda la ciberadicción, enfocándose en su prevalencia entre jóvenes, impacto en la salud mental y estrategias de diagnóstico y tratamiento, buscando recomendaciones para una respuesta integral. **Metodología.** La revisión examina la ciberadicción mediante estudios recientes publicados en PubMed, Elsevier, ScienceDirect, BMC, Frontiers y la OMS, destacando factores y tendencias emergentes en este problema de salud pública. **Resultados.** La ciberadicción es uso excesivo de Internet que afecta salud mental y vida diaria, con alta prevalencia en jóvenes. Tratamientos incluyen terapia y apoyo grupal, y diagnóstico con herramientas específicas como ERA-RSI. **Conclusiones.** La ciberadicción es un desafío global con efectos en la salud mental y vida diaria, especialmente entre jóvenes. Terapias y conciencia son clave para su tratamiento y prevención efectiva.

Palabras clave: ciberadicción; adicción a internet; dependencia tecnológica; adicción digital.

Abstract

Cyber addiction, characterized by uncontrolled use of the Internet, affects mental health and relationships. It is increasing among young people, linked to depression and cyberbullying. It requires a comprehensive response that includes prevention and therapeutic treatment. Objective. The review addresses cyber addiction, focusing on its prevalence among young people, impact on mental health and diagnostic and treatment strategies, seeking recommendations for a comprehensive response. Methodology. The review examines cyber addiction through recent studies published in PubMed, Elsevier, ScienceDirect, BMC, Frontiers and WHO, highlighting emerging factors and trends in this public health problem. Results. Cyber addiction is excessive use of the Internet that affects mental health and daily life, with a high prevalence in young people. Treatments include therapy and group support, and diagnosis with specific tools such as ERA-RSI. Conclusions. Cyber addiction is a global challenge with effects on mental health and daily life, especially among young people. Therapies and awareness are key to its effective treatment and prevention.

Keywords: cyber addiction; internet addiction; technological dependence; digital addiction.

Resumo

A ciberdependência, caracterizada pelo uso descontrolado da Internet, afeta a saúde mental e os relacionamentos. Aumenta entre os jovens, devido à depressão e ao cyberbullying. Necessita de uma resposta abrangente que inclua a prevenção e o tratamento terapêutico. Mirar. A revisão aborda a ciberdependência, centrando-se na sua prevalência entre os jovens, no impacto na saúde mental e nas estratégias de diagnóstico e tratamento, procurando recomendações para uma resposta abrangente. Metodologia. A revisão examina a dependência cibernética utilizando estudos recentes publicados na PubMed, Elsevier, ScienceDirect, BMC, Frontiers e WHO, destacando fatores e tendências emergentes neste problema de saúde pública. Resultados. A dependência cibernética é o uso excessivo da Internet que afeta a saúde mental e a vida quotidiana, com uma elevada prevalência nos jovens. Os tratamentos incluem terapia e apoio de grupo e diagnóstico com ferramentas específicas, como o ERA-RSI. Conclusões. A ciberdependência é um desafio global com efeitos na saúde mental e na vida quotidiana, especialmente entre os jovens. As terapias e a sensibilização são fundamentais para o seu tratamento e prevenção eficazes.

Palavras-chave: dependência cibernética; Vício da internet; dependência tecnológica; vício digital.

Introducción

La ciberadicción, adicción a Internet, o ciberadictos, plantea un desafío actual que afecta la salud mental y el bienestar de las personas. Caracterizada por un uso excesivo e incontrolable de la red, esta dependencia genera graves consecuencias en áreas vitales como el trabajo, la educación y las relaciones interpersonales. A pesar de la falta de consenso en su clasificación como enfermedad, su prevalencia va en aumento, especialmente entre los jóvenes, y se asocia con problemas como la depresión, el insomnio y el ciberacoso. Factores como la facilidad de acceso, la gratificación instantánea y la desconexión de la realidad contribuyen a su desarrollo, afectando especialmente a aquellos con predisposición a la impulsividad y la baja autoestima. Si bien se han identificado subcategorías, como la adicción al cibersexo y los videojuegos, no existe un diagnóstico clínico aceptado, aunque herramientas de evaluación del riesgo pueden ser útiles. Los tratamientos incluyen enfoques terapéuticos como la terapia cognitivo-conductual, la terapia de realidad y la

meditación, así como el apoyo de grupos especializados. Sin embargo, se requiere una respuesta integral que abarque desde la prevención hasta la intervención clínica para abordar este problema de manera efectiva en la sociedad moderna.

Metodología

Se planteó esta revisión con el propósito de proporcionar una visión exhaustiva y actualizada sobre la ciberadicción, una realidad en aumento. Para respaldar la investigación con evidencia científica sólida y actualizada, se utilizaron estudios mixtos publicados en los últimos cinco años que cumplieran con criterios de inclusión e información relevante. Se consultaron recursos como PubMed, Elsevier, ScienceDirect, BMC, Frontiers y la OMS. Se realizó un análisis descriptivo de los datos extraídos para identificar patrones y tendencias en el aumento de la ciberadicción. Además, se llevó a cabo una síntesis narrativa de los hallazgos más relevantes, resaltando los factores asociados al incremento de casos y sus posibles implicaciones para la salud pública. La búsqueda de literatura se llevó a cabo utilizando descriptores en inglés y español, tales como "cyber addiction," "internet addiction," "technology dependence," "digital addiction," y sus equivalentes en español.

Objetivo

El objetivo de esta revisión es proporcionar una visión actualizada sobre la ciberadicción, incluyendo su impacto en la salud mental y el bienestar de las personas. La revisión busca analizar la prevalencia de este fenómeno, especialmente entre los jóvenes, y sus consecuencias en áreas vitales como el trabajo, la educación y las relaciones interpersonales. Además, se pretende identificar los factores que contribuyen a su desarrollo, explorar las subcategorías de la ciberadicción y evaluar las herramientas de diagnóstico y las estrategias de tratamiento disponibles. Con este enfoque, la revisión tiene como propósito final ofrecer recomendaciones para una respuesta integral que abarque tanto la prevención como la intervención clínica, con el fin de abordar de manera efectiva este creciente problema en la sociedad moderna.

Desarrollo

Actualmente, existe una amplia variedad de definiciones para la ciberadicción; sin embargo, se le relaciona de mejor manera como "la adicción al internet". Los ciberadictos son personas que desarrollan patrones excesivos e incontrolables en el uso de Internet, lo que afecta negativamente su salud mental y su vida diaria. Generan una dependencia de Internet que abarca diversas formas, como las redes sociales, los juegos en línea, la transmisión de contenido, las compras y la navegación compulsiva. (Ahmed, 2023) Esta dependencia continua se traduce en el descuido de otras actividades esenciales, como el trabajo, la escuela, las relaciones y el cuidado personal. Para comprender las ciberadicciones, podemos recurrir a la definición de la OMS en el CIE-10, donde se relaciona con el concepto de drogadicción. Pese a la gravedad que esto conlleva, no existe unanimidad para considerar a las ciberadicciones como una enfermedad. Hasta el momento, solo se ha logrado considerar la adicción a los videojuegos como un trastorno de comportamiento adictivo. (Prieto & Ciberadicciones, 2020) (Varona et al., 2022)

Epidemiología

El desarrollo constante de nuevas tecnologías ha generado un acceso exponencial a internet. Se estima que aproximadamente el 1.6% al 18% de la población mundial sufre de adicción a internet, con una mayor prevalencia en hombres adolescentes y adultos jóvenes. Los lugares donde más se evidencia esta frecuencia de uso de internet son los entornos laborales, y se ha observado una relación con problemas de alcoholismo, tabaquismo, insomnio y depresión. Además, se ha encontrado un uso inadecuado del teléfono móvil, WhatsApp, redes sociales, TikTok y videojuegos. (Yadav et al., 2020)

Etiología

Las principales características que llegan a generar dependencia en los ciberadictos son: facilidad del acceso, rapidez en la conexión, funcionamiento 24/7, posibilidad de acceder a todo tipo de contenidos y estímulos, facilitación de las relaciones sociales, recompensa en un corto periodo de tiempo, desafío y nivel creciente de dificultad junto con la sensación de control o dominio en los juegos, visibilidad y reafirmación de la identidad en el grupo, conexión permanente con los amigos, alivio de las tensiones y del malestar emocional, desconexión de la realidad, posibilidad de crear personalidades ficticias, anonimato, etc. (Prieto & Ciberadicciones, 2020)

Según un estudio realizado se encontró que las principales causas de acceder al internet se encuentran para realizar tareas/cursos, redes sociales, leer/publicar noticias, relacionarse con otras personas en línea, juegos en línea, descargar música o videos, ámbito sexual, salas de chat y correo electrónico. Se encontró que las personas que pasaban más tiempo expuestas a internet tenían más del 51% de probabilidad de desarrollar una adicción. Dentro de este grupo se incluían aquellos que usaban redes sociales, jugaban juegos móviles, descargaban música/videos, consumían tabaco o alcohol, y presentaban problemas psicosociales. (Zenebe et al., 2021)

Se cuenta con varias escalas para evaluar el riesgo de adicción al internet en adolescentes. Dentro de los factores de riesgo podemos mencionar: adolescencia (impulsividad y búsqueda de emociones nuevas), estados emocionales (disforia, tristeza), personalidad (baja autoestima, timidez, introversión), enfermedades mentales (depresión, TDAH, TOC) entre otras. (Prieto & Ciberadicciones, 2020)

Clasificación

Varias investigaciones han identificado cinco posibles subcategorías relacionadas con la adicción a Internet.

Adicción al cibersexo. Esta adicción está vinculada con el acceso a la pornografía, salas de chat, servicios sexuales en línea, entre otros. Independientemente del tipo de actividad que realicen las personas, puede provocar un daño importante en la formación de relaciones personales. (Hoeg, 2019) Compromiso excesivo en actividades sexuales en línea que llevan a la adicción, con impactos negativos que incluyen problemas físicos, mentales, sociales o financieros. Además la adicción al cibersexo se define como patrón mal adaptativo de comportamiento sexual, que causa daño clínico significativo o presión similar a otros tipos de adicciones en línea. (Agastya et al., 2020)

Compulsiones. Las actividades interactivas dañinas, como los juegos de apuestas, subastas y la compra de acciones, entre otras, pueden llegar a provocar grandes cantidades de ansiedad y estrés. Además, pueden tener un impacto significativo en la economía financiera. (Hoeg, 2019)

Relaciones cibernéticas. Provoca una pérdida de la realidad de las personas, que se dedican a crear relaciones con personas que muchas de las veces ocultan su identidad, estas actividades pueden llegar a limitar las habilidades sociales. (Hoeg, 2019). El uso excesivo de Internet puede dañar esferas cognitivas, conductuales y afectivas. (Yuryeva & Shornikov, 2023)

Adicción a Videojuegos. Actualmente se ha observado un aumento significativo en ciertos entornos. La mayoría de las personas pasa una cantidad excesiva de tiempo jugando estos juegos, ya sea en casa o en el lugar de trabajo, lo que provoca una notable disminución en la productividad. Estas actividades pueden causar daños tanto en la salud física como en la social. (Hoeg, 2019). La adicción al juego es un fenómeno complejo influenciado por múltiples factores, incluyendo el tiempo dedicado al juego, el tipo de juego, y las características sociodemográficas de los jugadores. Se menciona incluso se ha detectado un ciclo de "causalidad", comparable con el ciclo de "picañón-rascado", donde jugar causa más ganas de jugar, de esta manera se intensifica la adicción. (Limone et al., 2023)

Diagnóstico

El uso excesivo del internet genera toda una serie de cambios en el comportamiento de las personas y adolescentes. Los ciberadictos convierten esta adicción en su centro de actividad vital de esta forma se distancian de forma progresiva de las relaciones familiares y sociales. Los ciberadictos presenta una gran variedad de síntomas y signos que pueden ser afectar a nivel físico, psicológico y social. (Tabla 1)

Tabla 1. Síntomas y signos en los ciberadictos.

SÍNTOMAS FÍSICOS	SÍNTOMAS PSICOLÓGICOS	SÍNTOMAS SOCIALES
Astenia.	Empobrecimiento afectivo.	Aislamiento social.
Desnutrición.	Ansiedad.	Incumplimiento de obligaciones familiares, académica y sociales.
Cefalea.	Inestabilidad emocional.	Conflictos en el ámbito familiar, académico y social.
Fatiga ocular.	Depresión y ansiedad.	Problemas legales.
Tensión y contracturas musculares.	Inmadurez.	Consecuencias financieras.
Insomnio/hipersomnia.	Problemas de aprendizaje.	

Sedentarismo.	Confusión mundo real e imaginario.	
Sobrepeso/obesidad.	Ira/agresividad.	

Tomado de Prieto, T., & Ciberadicciones, A. (2020). Adicción a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (NTIC). En Congreso de Actualización Pediatría 2020. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2020 (pp. 153–165).

Al momento no existe un diagnóstico clínico aceptado. Sin embargo, se recomienda que al reconocer las siguientes características en cualquier paciente, sea valorado como un caso presuntivo de adicción al internet.

- a) Signos y síntomas (Tabla 1) sobretodo en una persona joven.
- b) Alta gravedad de adicción evaluada por escalas como Escala de riesgo de adicción adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) y Escala de Uso Compulsivo de Internet (EUCI).
- c) Un deterioro significativo en el ámbito personal, familiar, social, académico, laboral u otras áreas de funcionamiento.

De manera similar, los expertos coreanos utilizan criterios sintomáticos, de deterioro significativo y temporales para detectar tempranamente la adicción a Internet en adolescentes y universitarios. Sin embargo, destacan la necesidad de evaluar la adicción a Internet como un trastorno de salud mental. (Yuryeva & Shornikov, 2023)

Dentro de los principales impactos de la adicción al internet en la salud mental destacan: depresión y ansiedad, trastornos del sueño, ciberacoso, estrés y agobio, trastornos alimentarios, dismorfia corporal, abuso de sustancias, autoimagen negativa, problemas de atención, concentración, escapismo y evitación. (Ahmed, 2023)

Tratamiento

Existen muchos enfoques terapéuticos integrativos como base para el tratamiento de la adicción a Internet. Sin embargo, se enfatiza en abordar esta realidad como un problema que está aumentando de manera drástica, por lo que se promueve crear conciencia sobre la prevención, especialmente en la población de niños y adolescentes.

Terapia cognitivo-conductual

La terapia cognitivo-conductual es un enfoque terapéutico comúnmente utilizado para tratar la adicción a Internet, centrándose en modificar los patrones de pensamiento negativos que desencadenan la ansiedad y los comportamientos adictivos. A través de varias estrategias: practicar lo contrario, tapones externos, establecer metas, abstinencia de aplicaciones, tarjetas recordatorias, inventario personal, grupos de apoyo y terapia familiar. (Tripathi, 2018) Puede complementarse con farmacoterapia. Esta terapia ayuda a las personas a identificar los desencadenantes y a desarrollar estrategias de afrontamiento más saludables para controlar la ansiedad y reducir los comportamientos adictivos asociados con el uso excesivo de Internet. Una revisión sobre los resultados del tratamiento de la adicción a Internet mediante terapia cognitivo-conductual demostró ser efectiva en el alivio de los síntomas relacionados con la adicción a Internet. Esta mejoría se observó a lo largo de un período de doce sesiones semanales y se mantuvo de manera constante durante tres y seis meses después de la terapia. (Ahmed, 2023)

Terapia de la realidad

La terapia de realidad puede ser útil para mejorar el autocontrol y reducir comportamientos problemáticos en personas con adicciones e impulsividad. Aunque hay pocos estudios sobre la terapia de realidad para la adicción a Internet, se ha relacionado con una mejora en la autoestima, similar a los efectos observados en la terapia de realidad para el abuso de sustancias. A pesar de la necesidad de más investigación, los resultados preliminares sugieren que la terapia de realidad podría ser útil en el tratamiento de la adicción a Internet. Dado que un buen funcionamiento familiar se asocia con un menor riesgo de adicción a Internet, los factores familiares pueden ser importantes en las intervenciones. La terapia familiar no es un proceso específico, sino una serie de intervenciones destinadas a mejorar las funciones y relaciones familiares, alejando la satisfacción de las necesidades de Internet y acercando las interacciones y la construcción de relaciones familiares. Se apreció que una combinación de entrevista motivacional y terapia familiar provocó una reducción de la adicción a Internet y una mejora del funcionamiento familiar. (Diotaiuti et al., 2022)

Terapia de meditación

El yoga y la meditación se perfilan como terapias complementarias prometedoras para tratar la adicción a Internet y otros trastornos relacionados. Mientras el yoga terapéutico se enfoca en mejorar la salud física y mental a través de posturas y prácticas específicas, la meditación de atención plena se centra en la regulación emocional y la conciencia del momento presente. Estas prácticas han demostrado beneficios potenciales para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, síntomas comunes asociados con la adicción a Internet. Los programas de meditación, como la prevención de recaídas basada en la atención plena, han mostrado eficacia en el tratamiento de diversas adicciones, lo que sugiere que estas terapias complementarias pueden ser valiosas como parte de un enfoque integral para abordar la adicción a Internet. ([Tripathi, 2018](#))

Grupos de apoyo

Los grupos de apoyo en línea para el tratamiento de la adicción a Internet son reuniones organizadas en línea donde las personas que luchan contra el uso excesivo de Internet pueden encontrar ayuda y apoyo. Estos grupos ofrecen un entorno seguro donde los participantes comparten experiencias, desafíos y estrategias para controlar y superar la adicción. Incluyen a individuos en diferentes etapas de recuperación, desde aquellos que están reconociendo su problema hasta aquellos que han progresado significativamente. Los objetivos principales son brindar apoyo emocional, fomentar una comunidad y compartir consejos prácticos. De acuerdo a varias revisiones se respalda el uso de técnicas de grupo de pares, como el autocontrol y la retroalimentación personalizada, con una mayor interactividad y comunicación en tiempo real. ([Ahmed, 2023](#))

Tratamientos hospitalarios y Medicación

En algunos países como China y Corea, existen centros de tratamiento para la adicción a Internet que se encargan de abordar los síntomas y facilitar el proceso de rehabilitación. El tratamiento farmacológico suele incluir el uso de antidepresivos y ansiolíticos como terapia coadyuvante. Sin embargo, la información es insuficiente. ([Ahmed, 2023](#))

Resultados

La ciberadicción se define como un uso excesivo e incontrolable de Internet que afecta negativamente la salud mental y la vida diaria. Este problema incluye diversas formas de uso como redes sociales, juegos en línea y compras compulsivas. Se estima que entre el 1.6% y el 18% de la población mundial sufre de ciberadicción, con una mayor prevalencia en hombres adolescentes y adultos jóvenes.

Los factores que contribuyen a esta adicción incluyen la facilidad de acceso a Internet, la gratificación instantánea y la capacidad de crear personalidades ficticias. Los síntomas asociados a la ciberadicción abarcan aspectos físicos (astenia, desnutrición), psicológicos (ansiedad, inestabilidad emocional) y sociales (aislamiento, conflictos familiares).

Para el diagnóstico, se utilizan herramientas como la Escala de Riesgo de Adicción Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI). En cuanto al tratamiento, la terapia cognitivo-conductual, la meditación y los grupos de apoyo han demostrado ser efectivos. Algunos países también cuentan con centros especializados que combinan enfoques terapéuticos y medicación.

Conclusiones

En la actualidad, la ciberadicción, o adicción a Internet, representa un desafío creciente que afecta a una parte significativa de la población mundial. Con un acceso cada vez más fácil y una variedad de actividades en línea disponibles, las personas pueden caer en patrones de uso excesivo e incontrolable de Internet, lo que repercute negativamente en su salud mental y su vida cotidiana. Aunque aún no se reconoce universalmente como una enfermedad, la ciberadicción muestra claros síntomas y signos que afectan a nivel físico, psicológico y social. Con una prevalencia estimada entre el 1.6% y el 18% a nivel mundial, especialmente entre los hombres adolescentes y adultos jóvenes, se evidencia la necesidad de abordar este problema con urgencia. Para ello, se han desarrollado diversos enfoques terapéuticos, como la terapia cognitivo-conductual, la terapia de meditación, la terapia de realidad y los grupos de apoyo en línea, con el objetivo de ayudar a las personas a controlar y superar su adicción. Además, se han establecido centros especializados de tratamiento en algunos países, donde se ofrece atención médica y terapéutica específica para la ciberadicción. Sin embargo, para combatir eficazmente este fenómeno, es crucial promover la

conciencia sobre los riesgos del uso excesivo de Internet, especialmente entre los jóvenes, y fomentar un enfoque equilibrado y responsable hacia la tecnología. Con esfuerzos colectivos y una mayor comprensión del problema, es posible mitigar los efectos negativos de la ciberadicción y mejorar la calidad de vida de aquellos afectados por este trastorno emergente.

Referencias

1. Ahmed, Z. (2023, agosto 19). Impact of internet addiction on mental health: potential impact and therapies. The Diamond Rehab Thailand; The Diamond Rehab. <https://diamondrehabthailand.com/impact-of-internet-addiction-on-mental-health/>
2. Prieto, T., & Ciberadicciones, A. (2020). Adicción a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (NTIC). En Congreso de Actualización Pediatría 2020. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2020 (pp. 153–165).
3. Yadav, K., Jain, A., Sharma, R., Gaur, K., Yadav, N., Sharma, P., Sharma, N., Khan, N., Kumawat, P., Jain, G., Maanju, M., & Sinha, K. (2020). Study of internet addiction and its association with depression and insomnia in university students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(3), 1700. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_1178_19
4. Zenebe, Y., Kunno, K., Mekonnen, M., Bewuket, A., Birkie, M., Necho, M., Seid, M., Tsegaw, M., & Akele, B. (2021). Prevalence and associated factors of internet addiction among undergraduate university students in Ethiopia: a community university-based cross-sectional study. *BMC Psychology*, 9(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00508-z>
5. Hoeg, N. (2019, junio 27). Internet addiction. Addiction Center. <https://www.addictioncenter.com/drugs/internet-addiction/>
6. Diotaiuti, P., Mancone, S., Corrado, S., De Risio, A., Cavicchiolo, E., Girelli, L., & Chirico, A. (2022). Internet addiction in young adults: The role of impulsivity and codependency. *Frontiers in psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.893861>
7. Tripathi, A. (2018). Impact of internet addiction on mental health: An integrative therapy is needed. *Integrative Medicine International*, 4(3–4), 215–222. <https://doi.org/10.1159/000491997>
8. Varona, M. N., Muela, A., & Machimbarrena, J. M. (2022). Problematic use or addiction? A scoping review on conceptual and operational definitions of negative social networking

sites use in adolescents. *Addictive Behaviors*, 134(107400), 107400.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107400>

1. (Lopez-Fernandez & Kuss, 2020)
9. Lopez-Fernandez, O., & 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), 3797.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17113797>
10. Limone, P., Ragni, B., & Toto, G. A. (2023). The epidemiology and effects of video game addiction: A systematic review and meta-analysis. *Acta Psychologica*, 241(104047), 104047. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104047>
11. Yuryeva, L., & Shornikov, A. (2023). Cyber addiction: a new view and approaches to diagnostics. En *Modern methods of diagnosing diseases* (pp. 132–161). PRIVAT COMPANY TECHNOLOGY CENTER.
12. Agastya, I. G. N., Siste, K., Nasrun, M. W. S., & Kusumadewi, I. (2020). Cybersex addiction: an overview of the development and treatment of a newly emerging disorder. *Medical Journal of Indonesia*, 29(2). <https://doi.org/10.13181/mji.rev.203464>

© 2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).