

La adicción a Internet en los adolescentes: una revisión sistemática

The internet addiction in adolescents: a systematic review

A dependência a Internet nos adolescentes: uma revisão sistémica

Manuela Raposo-Rivas.
Universidad de Vigo
Ourense-España
mraposo@uvigo.es
<https://orcid.org/0000-0001-7781-7818>

María Dolores Dapía-Conde
Universidad de Vigo
Ourense-España
ddapia@uvigo.es
<https://orcid.org/0000-0003-1348-2654>

Paula Rodríguez-Rivera
Universidad de Vigo
Ourense-España
paula.rodriguez.rivera@uvigo.es
<https://orcid.org/0000-0002-0415-4125>

Resumen

Objetivo. Analizar la producción científica sobre la adicción a Internet en adolescentes. **Metodología.** Se ha realizado una revisión sistemática, siguiendo las directrices PRISMA, de artículos publicados entre 2010 y 2020, en revistas indexadas en las bases de datos de PubMed, Web of Science (WoS), Scopus y ERIC. Para realizar la revisión, se parte de una búsqueda parametrizada usando las palabras clave: *Internet, adolescentes, adicción, tratamiento, prevención, educación, uso problemático, uso abusivo y uso excesivo*, que se combinan con el operador booleano *and*. Tras una identificación inicial de 319 elementos, solo 24 artículos cumplen criterios de inclusión relativos a la idoneidad temática, el idioma y la edad de los destinatarios. **Resultados.** Los resultados muestran una falta de consenso tanto en la terminología como en los instrumentos de medida, escaso abordaje educativo y poca eficacia de las intervenciones empleadas.

Discusión. Se concluye que se requiere uniformar los términos e instrumentos junto con la adopción de iniciativas públicas educativas, encaminadas a minimizar y prevenir los peligros para poder eliminar hábitos o conductas negativas.

Palabras clave: Adicción a Internet; adolescentes; educación; internet; prevención; revisión sistemática.

Abstract

Objective. Analyze the scientific production on Internet addiction in adolescents.

Methodology. A systematic review was carried out, following PRISMA guidelines, of articles published between 2010 and 2020, in journals indexed in PubMed, Web of Science (WoS), Scopus and ERIC databases. To conduct the review, a parameterized search was performed using the keywords: *Internet, adolescents, addiction, treatment, prevention, education, problematic use, abusive use* and *excessive use*, which were combined with the Boolean operator *and*. After an initial identification of 319 items, only 24 items met inclusion criteria related to thematic appropriateness, language, and age of recipients. **Results.** The results show a lack of consensus in both terminology and measurement instruments, poor educational approach and low efficacy of the interventions used. **Discussion.** It is concluded that it is necessary to standardize terms and instruments together with the adoption of public educational initiatives aimed at minimizing and preventing dangers, in order to eliminate negative habits or behaviors.

Keywords: Internet addiction; adolescents; education; internet; prevention; systematic review.

Resumo

Objectivo. Analisar a produção científica sobre o vício da Internet nos adolescentes. **Metodologia.** Foi efectuada uma revisão sistemática, seguindo as directrizes PRISMA, de artigos publicados entre 2010 e 2020 em revistas indexadas no PubMed, Web of Science (WoS), Scopus e bases de dados ERIC. Para efectuar a revisão, foi efectuada uma pesquisa parametrizada utilizando as palavras-chave: *Internet, adolescentes, dependência, tratamento, prevenção, educação, uso problemático, uso abusivo e uso excessivo*, que foram combinadas com o operador booleano e. Após uma identificação inicial de 319 itens, apenas 24 itens preenchem os critérios de inclusão relativos à adequação temática, língua e idade dos destinatários. **Resultados.** Os resultados mostram uma falta de consenso tanto na terminologia como nos instrumentos de medição, uma abordagem educativa deficiente e uma baixa eficácia das intervenções utilizadas. **Discussão.** Conclui-se que é necessário uniformizar termos e instrumentos juntamente com a adopção de iniciativas educativas públicas destinadas a minimizar e prevenir perigos, a fim de eliminar hábitos ou comportamentos negativos.

Palavras-chave: Vício na Internet; adolescentes; educação; internet; prevenção; revisão sistemática.

1. Introducción

La llegada de Internet a la vida de la población general supuso un pilar fundamental en su desarrollo, ya que la mayoría lo utiliza como una ventana de acceso a la información, a nuevas formas de ocio, de comunicación, de aprendizaje y formación e, incluso, a nuevas oportunidades laborales. Según el [Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías \(2020\)](#) prácticamente la totalidad de los estudiantes españoles de 14 a 18 años (95.4%) utiliza Internet como alternativa de ocio. Además, internet permite desarrollar ciertas habilidades tal y como muestra la investigación de [Small et al. \(2020\)](#), que constata que los adultos sin experiencia en Internet que aprenden a indagar

sobre información en línea mejoran la memoria, la inteligencia fluida junto con otras actividades cognitivas y muestran un aumento en la actividad neuronal del cerebro durante las búsquedas simuladas. En esta misma línea, [Hayes et al. \(2022\)](#), corrobora que los niños de entre 7 y 12 años que usan internet de forma habitual socializan de una manera más independiente y desarrollan positivamente sus habilidades de alfabetización digital.

Son varios los autores que en los últimos años se refieren a dicho uso problemático de Internet ([Aznar et al., 2020](#); [Baz-Rodríguez et al., 2020](#); [Caplan et al., 2009](#); [Díaz-Aguado et al., 2018](#); [Rial et al., 2015](#)) el cual ha sido también acuñado con otros términos como: adicción a Internet ([Byun et al., 2009](#); [Černja et al., 2019](#); [Malinauskas y Malinauskiene, 2019](#); [Moreno-Guerrero et al., 2020](#); [Pan y Yeh, 2018](#)), uso patológico ([Fortim y Alves de Araújo, 2013](#); [Mészáros et al., 2020](#)), uso excesivo ([Blinkal et al., 2020](#); [Rozgonjuk y Täht, 2017](#); [Victorin, 2021](#)). En este trabajo se ha optado por utilizar el constructo *adicción a Internet*, ya que es holístico y engloba a los otros ([Griffiths, 2000](#)), además, facilita la estandarización del término expresada por [Byun et al. \(2009\)](#). Al mismo tiempo la literatura científica muestra diferencias en las cifras de incidencia de la adicción a Internet, siendo España uno de los países europeos con mayor prevalencia de adolescentes en riesgo de esta adicción ([Díaz-Aguado et al., 2018](#)). En dicho contexto español, [Tristán et al. \(2020\)](#) afirman que un 21% de jóvenes entre 14 y 18 años utilizan de forma compulsiva Internet, porcentaje que alcanza el 38.8% entre niños/as de 10 a 16 años en el estudio de [Baz-Rodríguez et al. \(2020\)](#). No obstante, en el ámbito europeo ([Smahel et al., 2020](#)) como resultado de una encuesta a 19 países, identifican un 1% de niveles patológicos en usuarios/as de 11 a 16 años, porcentaje que se incrementa según aumenta la edad.

Esta prevalencia, según [Lukavská et al. \(2020\)](#), va ligada a un estilo de educación familiar autoritaria, estricta y que reacciona a cualquier cambio en los hijos e hijas. Por su parte, [Chung et al. \(2019\)](#) la vincula con una familia desorganizada, con miembros de la familia que tienen adicción a Internet, padres con menor nivel educativo y un uso de estilo parental restrictivo. Ahora bien, según [Blinkal et al. \(2020\)](#) no sólo influye este contexto, sino también el entorno

menos próximo como el vecindario, los amigos o la propia escuela. Sin embargo, otros autores afirman que las causas de dicha prevalencia radican en un bajo rendimiento y autoeficiencia académica (Chung et al., 2019; Labar y Tjepordei, 2019), el acoso o el ciberacoso (Labar y Tjepordei, 2019), e incluso, la depresión, tendencias suicidas o autolesiones (Chung et al., 2019; Gansner et al., 2019; Pan y Yeh, 2018).

Estudios previos de revisión sistemática relacionados con este tópico lo abordan fundamentalmente desde dos enfoques diferentes: la prevención y la intervención. Por un lado, Throuvala et al. (2019) realizan una revisión sistemática sobre los programas de prevención o protocolos escolares sobre la adicción a Internet que se llevan a cabo en los institutos desde 2007 a 2017. El total de 20 programas analizados se caracteriza por ser de prevención universal en contexto escolar, a excepción de uno, y todos ellos dirigidos a adolescentes de 11 a 17 años. Los autores no son contundentes respecto a la eficacia de dichos programas, pero sí destacan la falta de uniformidad en los instrumentos de medida utilizados y en la conceptualización de la propia adicción. Centrándose en la intervención, Malinauskas y Malinauskiene (2019) realizan un metaanálisis sobre los efectos de las intervenciones psicológicas en el campo de la adicción a Internet analizando seis artículos publicados entre 2000 y 2019 que recogen estudios con un grupo de control junto con medidas previas y posteriores a la intervención. Los resultados obtenidos muestran efectos significativos en todos los ensayos que incluían programación educativa como intervención.

Con estos referentes teóricos se ha planteado como objetivo principal de esta investigación analizar la producción científica existente en la última década sobre la adicción a Internet en adolescentes para determinar los instrumentos de diagnóstico y programas de intervención que se utilizan.

La pregunta de investigación queda formulada del modo siguiente: ¿sobre qué están informando las publicaciones sobre la adicción a Internet en el colectivo de adolescentes? Más concretamente, ¿cuál es la terminología asociada al constructo *adicción a Internet* que se utiliza en la producción científica de la década 2010-2020?, ¿cuál es la prevalencia de la adicción a

Internet en adolescentes y qué instrumentos se emplean para estudiarla?, ¿en qué medida son efectivos los programas de intervención que se plantean?

2. Metodología

2.1. Método

Partiendo del objetivo de investigación se realizó una revisión sistemática o un *estudio de estudios* con el objeto de hacer una síntesis de la evidencia disponible (Manterola, et al., 2013), ofreciendo información clarificadora sobre un tema seleccionado (Pardal-Refoyo y Pardal-Pelaez, 2020), siendo en nuestro caso, la adicción a Internet en el colectivo de adolescentes.

Para llevar a cabo la búsqueda bibliográfica se establecieron, en primer lugar, los términos de búsqueda, según los objetivos de estudio y la revisión teórica, concretamente, se seleccionaron los siguientes: *Internet, adolescents, addiction, treatment, prevention, education, problematic use, abusive use y excessive use*. A continuación, se eligieron las fuentes de información o bases de datos en las que aplicaría la búsqueda. Se escogieron las bases de datos PubMed, Scopus, Web of Science y ERIC.

La estrategia de búsqueda se caracterizó por ser una búsqueda parametrizada identificando los documentos en los que estuvieran presentes en el título del documento, en el resumen o en las palabras clave, los cinco términos base Internet, adolescents, treatment, prevention, education que fueron combinados con el operador booleano *and*, a los que se les añadió uno de los siguientes vocablos *addiction, problematic use, abusive use y excessive use* en las diferentes consultas ejecutadas. El periodo temporal de búsqueda se situó entre 2010 y 2020, fijando como extremos, enero de 2010 y diciembre de 2020. Se establecieron los criterios de inclusión y exclusión que fueron aplicados de forma independiente y ciega por las tres investigadoras. Se utilizaron como criterios de inclusión: i) artículos de revistas; ii) estudios realizados con adolescentes de entre 10 y 20 años, según la [Organización Mundial de la Salud](#)

(2022); y, iii) artículos con texto completo en inglés o en castellano. Se excluyeron de la revisión: i) estudios con un idioma diferente al castellano o el inglés; ii) estudios dirigidos a una población de una edad mayor o menor del objetivo; iii) estudios que utilizan Internet como recurso educativo; iv) estudios cuyo tema principal no fuese la adicción a Internet (idoneidad)

Para su ejecución se han seguido las directrices establecidas en la declaración PRISMA -Preferred Reporting items for Systematic reviews and Meta-Analyses- (Urrútia y Bonfill, 2010).

En primer lugar, a partir de las palabras clave indicadas y en las bases de datos seleccionadas se ha procedido a realizar la búsqueda bibliográfica, dando como resultado un total de 319 artículos siguiendo, para cada una de las bases de datos, la distribución que se muestra en la [Tabla 1](#). Ha sido PubMed la que arrojó un mayor número de estudios.

Tabla 1. Artículos identificados en las bases de datos

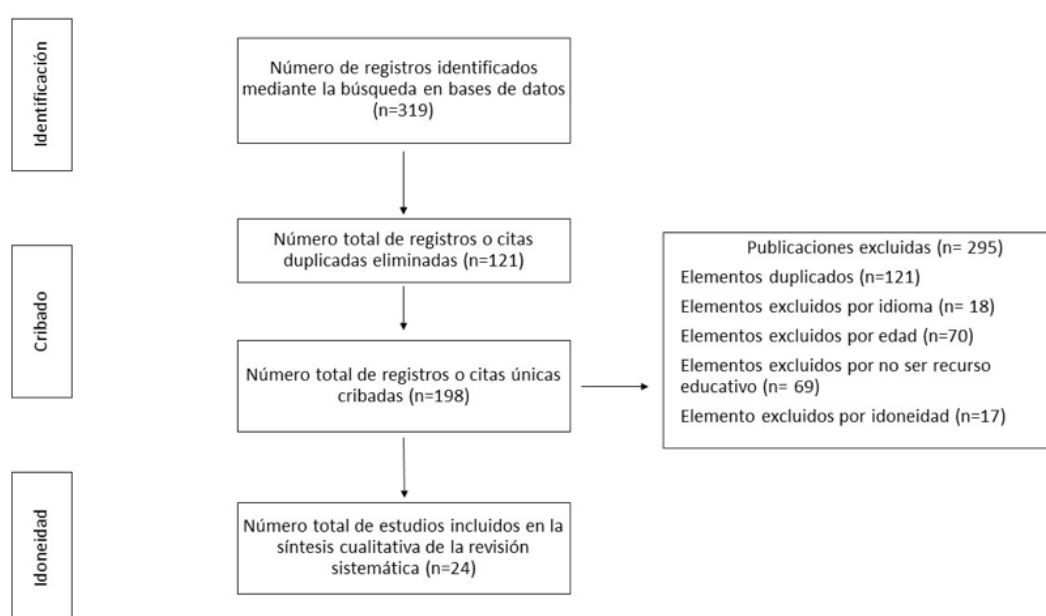
Palabras clave	PubMed	Web Of Science	Scopus	ERIC	TOTAL
Internet AND Adolescents AND Addiction AND treatment AND prevention AND Education	92	17	3	4	99
Internet AND adolescents AND problematic use AND treatment AND prevention AND education	25	2	4	0	31
Internet AND adolescents AND abusive use AND treatment AND prevention AND education	147	1	1	2	150
Internet AND adolescents AND Excessive use AND prevention AND treatment AND education	36	1	2	0	39
					319

Nota: Elaboración propia

Después de eliminar los elementos duplicados, tomando como eje la base

de datos PubMed, se redujeron las 319 entradas iniciales a 198. Seguidamente se aplicaron los criterios de inclusión y exclusión indicados, quedando la muestra final, tras la fase de cribado, constituida por un total de 24 publicaciones tal como aparece recogido en el diagrama de flujo de la **Figura 1** en la que se muestran las distintas fases: 18 fueron eliminados por idioma, 70 por no ajustarse a la edad establecida, 69 por usar internet como recurso didáctico y 17 por no considerarse idóneos para el objetivo de este estudio.

Figura 1. Proceso de selección de artículos



Nota: Elaboración propia.

2.2. Muestra

El tamaño de la muestra en una revisión sistemática es el resultado de la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión determinados. La muestra final estuvo constituida por 24 artículos o unidades de análisis, siendo éstos los incluidos en la revisión final. Los documentos seleccionados identificados en las referencias bibliográficas con un asterisco (*). Responden a cuatro tipos de

estudios: de investigación empírica (8), revisiones sistemáticas (7), programas de intervención (6) y fundamentación teórica (3).

En cuanto al idioma, la mayoría de los artículos (21) están escritos en inglés y son de origen internacional, a excepción de tres artículos de autores españoles. Las bases de datos que albergan más artículos son en orden decreciente: PubMed (17), Scopus (4) y Web Of Science (3). La información obtenida en ERIC estaba duplicada en alguna de las bases de datos precedentes.

En relación con el ámbito de las revistas que acogen los artículos analizados, casi la totalidad de ellas están integradas en el ámbito de ciencias de la salud (20) (medicina, psicología, psiquiatría...) o multidisciplinar (4).

2.3. Codificación y análisis

De los estudios que constituyeron la selección final se extrajeron y registraron los datos relevantes o materia prima según los objetivos. Para ello se elaboró *ad hoc* un protocolo de registro que contenía los elementos o criterios que se consideraron de interés, agrupados en cuatro bloques o categorías de primer nivel, que fueron a su vez desglosadas en categorías de segundo nivel (ver [Tabla 2](#)). Para garantizar la consistencia de los resultados, la aplicación de dicho formulario a cada artículo fue realizada por las investigadoras de manera independiente, para su posterior consenso cuando se presentaron discrepancias.

Tabla 2. Categorización

Categorías de primer nivel	Categorías de segundo nivel
I) Terminología	- Identificación de los conceptos más utilizados
	- Otros conceptos minoritarios

II) Prevalencia e incidencia	-	Porcentaje de afectados en el grupo de 10 a 20 años
	-	Porcentaje de afectados por países
	-	Otras prevalencias
III) Instrumentos utilizados	-	Identificación
	-	Edad
	-	Idioma
	-	Medidas
	-	Año de validación
	-	Índice de validez
IV) Intervenciones educativas con adolescentes	-	Tipología
	-	Ámbito
	-	Duración
	-	Destinatarios
	-	Resultados

Nota: Elaboración propia.

Para el análisis de la información se optó fundamentalmente por una evaluación descriptiva cualitativa, a partir de un análisis de contenido de los documentos, aunque algunos ítems han sido cuantificados.

3. Análisis y resultados

3.1. Terminología

Se ha identificado una terminología variada ([Figura 2](#)) relacionada con Internet. El término más utilizado corresponde al de *Internet Addiction*, apareciendo en el 41.6% de los artículos, seguido de *Problematic Internet Use* en un 16.6% ([Díaz-Aguado et al., 2018](#); [Ke y Wong, 2018](#); [Király et al., 2020](#);

Yudes et al., 2020) y de *Internet use behavior* (Walther et al., 2014), en un 4.1%. A continuación, se han identificado términos más específicos como Cyberbullying (Del Rey et al., 2016; Hinduja y Patchin, 2017; Lancaster, 2018) y *Gambling* (Thomas et al., 2018; Walther et al., 2013), siendo la terminología principal en un 16.6% y en un 8.3% de los trabajos respectivamente, o Internet Gaming Addiction (Wang et al., 2014) en un 4.1%.

El resto de las palabras clave utilizadas una única vez, se corresponden con aspectos muy concretos dentro de la adicción a internet: FOMO -*fear of missing out*- (Citko y Owsieniuk, 2020), digital intelligence quotient (Singh Chawla, 2018), excessive use of online-enabled devices (King et al., 2018), Internet use disorders (Nakayama et al., 2017) y Harmful effects of media (Strasburger & Council on Communications and Media American Academy of Pediatrics, 2010).

Figura 2. . Nube de Palabras Clave



Nota: Elaboración propia.

3.2. Prevalencia e incidencia

En relación con la prevalencia e incidencia, los porcentajes de adicción a

Internet por parte de los adolescentes van desde el 3% (Chung et al., 2019) al 71% en contextos clínicos con poblaciones afectadas (López-Fernández y Kuss, 2020). En los estudios de Tang et al. (2020) y de Černja et al. (2019), en China y Tánger respectivamente, los niveles de adicción a Internet son similares. Los autores revelan un 3.3% y un 3.4% de adicción a Internet o adicción severa, un 29.9% y un 32% de posible adicción a Internet o nivel moderado de adicción y 66.8% y un 64.6% no muestra signos de adicción a internet respectivamente.

Según Citko y Owsieniuk (2020), la adicción a Internet en Norteamérica es de un 56%, en la India de un 37%, en Bosnia un 20% y en Polonia un 16%. En Australia la prevalencia de esta adicción por edades es la siguiente: de 13 a 15 años, un 48% en niños y un 38% en niñas; de 16 a 17 años un 50% en niños y un 66% en niñas y en edades comprendidas entre los 18 y 25 años es de un 48%.

Con relación al ciberacoso, los datos varían desde el 25.7% de víctimas (Citko y Owsieniuk, 2020), hasta el 47% (Singh Chawla, 2018). Lo mismo ocurre con la adicción a videojuegos online, que se sitúa en un 11% (Singh Chawla, 2018) o en un 15.6% (Wang et al., 2014).

3.3. Instrumentos utilizados

Se identificó el uso de instrumentos variados de evaluación, algunos específicamente orientados a valorar la adicción a Internet, y otros que se centran en manifestaciones concretas de su uso, tales como el ciberacoso (*cyberbullying*) o los juegos de apuestas (*gambling*). El instrumento más utilizado es el *Young Internet Addiction* (Young, 1998) en 12 de los artículos (Černja et al., 2019; Chung et al., 2019; King et al., 2018; Lam, 2015; López-Fernández y Kuss, 2020; Nakayama et al., 2017; Ruggieri et al., 2016; Tang et al., 2020; Throuvala et al., 2019; Walther et al., 2014; Wang et al., 2014; Yudes et al., 2020), seguido del European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire - ECIPQ- (Del Rey et al., 2015) en dos de ellos (Del Rey et al., 2016; Yudes et al., 2020). Los instrumentos que evalúan específicamente la adicción a Internet, según su uso en las investigaciones consultadas son:

- El Young Internet Addiction Test (IAT) (Young, 1998). Es un cuestionario de 20 ítems, validado en 1998 para una muestra con edades comprendidas entre los 13 y 67 años. Presenta un buen índice de validez en las distintas investigaciones y fluctúa entre $\alpha = .89$ y $\alpha = .91$. Este instrumento también es aplicado en poblaciones con edades inferiores: 11 años (Tang et al., 2020) y 12 años (Yudes et al. 2020).
- El *Problematic Internet Use Questionnaire* (PIUQ) (Demetrovics et al., 2008). Es un cuestionario compuesto por 18 ítems que mide el uso problemático de Internet en un rango de edad de 12 a 69 años. Su índice de validez está entre $\alpha = .79$ y $\alpha = .88$. Ke y Wong (2018) lo aplican en una muestra entre 13 y 18 años, obteniendo parámetros semejantes al original.
- El *Generalized Problematic Internet Use Scale* (GPIUS) (Caplan, 2010), evalúa el uso problemático de Internet, aportando un α de .91 para toda la escala con una muestra de 18 a 57 años que. En el artículo de Díaz-Aguado et al. (2018), se utiliza con una población de 12 a 16 años que se encuentra fuera del rango original obteniendo un $\alpha = .85$ y $\alpha = .73$ para las dos subescalas que integran los 15 ítems del instrumento original.
- El *Internet Related Experiences Questionnaire* (IREQ) (Beranuy et al., 2013) contiene 10 ítems agrupados en dos subescalas que miden la adicción a Internet: Conflictos Interpersonales relacionados con Internet ($\alpha = .75$) y Conflictos Intrapersonales relacionados con Internet ($\alpha = .84$). La validación original tiene un alfa de Cronbach de $\alpha = .77$, y aunque la muestra original se realizó con edades de 12 a 25 años, en el artículo de Del Rey et al. (2015) se emplea en adolescentes de 11 a 19 años, obteniendo un índice de validación de $\alpha = .87$.
- La *Adolescent Pathological Internet Use Scale* (APIUS) (Lei y Yang, 2007) compuesta por 38 ítems, se utiliza originalmente en una muestra de adolescentes con adicción a Internet y alumnado de secundaria ($\alpha = .95$). Liu et al. (2015), la utilizan con una muestra de 12 a 18 años obteniendo un índice de validez de $\alpha = .95$.

Otros instrumentos que evalúan manifestaciones parciales del uso de Internet son: el European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015) que mide el ciberbullying, la *Fear of Missing Out Scale* (FoMOs) (Przybylski et al., 2013) que mide la necesidad de estar conectado ininterrumpidamente, la *Game Addiction Scale* (GAS) (Lemmens et al., 2009), utilizada para medir la adicción a los videojuegos y la *Gambling Attitudes and Beliefs Scale* (GABS) (Breen y Zuckerman, 1999) que determina la adicción a los juegos de azar.

3.4. Intervenciones educativas con adolescentes

Siguiendo la terminología clásica implementada por Gordon (1983), las investigaciones se dividen principalmente en dos: prevención universal y prevención indicada, siendo únicamente las intervenciones de Ke y Wong (2018) y de Liu et al. (2015), atribuibles a la prevención indicada, aplicada a adolescentes con un nivel problemático de uso de Internet.

En relación con las edades, todos los programas están enfocados a adolescentes de entre 10 y 20 años, excepto dos de ellos que integran a familias y a docentes de los centros escolares (Del Rey et al., 2016; Liu et al., 2015). La duración de la intervención varía entre 1 mes y 12 meses, siendo el número de sesiones desigual. Puede ser implementada por personas externas al centro escolar, ya sean terapeutas, psicólogos u otros expertos (Del Rey et al., 2016; Liu et al., 2015; Ruggieri et al., 2016). En otras ocasiones, quien lleva a cabo el programa es el personal del propio centro, siendo los docentes o los orientadores/as quienes realizan el programa de prevención (Ke y Wong, 2018; Walther et al., 2013, 2014). El tamaño de los grupos de intervención es muy variado oscilando entre n=45 (Ke y Wong, 2018) y n= 2303 (Walther et al., 2014).

Con relación a las intervenciones de prevención indicada, Ke y Wong (2018), presentan una intervención con adolescentes diagnosticados con uso problemático de Internet, aplicando *The Psychological Intervention Program-Internet Use for Youth* (PIP-IU-Y), que consiste en una sesión semanal de 90

minutos y ocho sesiones. La intervención propuesta por [Liu et al. \(2015\)](#), se realiza con adolescentes con adicción a internet y sus familias. El *Manual of Adolescents Internet Addiction Family Group Therapy*, se lleva a cabo en siete sesiones.

Por último, las intervenciones de prevención universal, [Walther et al. \(2013, 2014\)](#), utilizan el programa Vernetzte que consta de cuatro unidades de 90 minutos. El objetivo de este programa es el seguimiento, la discusión y la reflexión del uso y la sensibilización sobre el uso excesivo y el comportamiento adictivo. [Del Rey et al. \(2016\)](#), muestran el programa *ConRed* un programa de intervención para adolescentes, profesorado y familias. Durante tres meses con ocho sesiones de duración se presenta la deconstrucción de varios tópicos acerca de Internet y del cyberbullying utilizando debates, vídeos... para posteriormente pedirle al alumnado que hable de sus propias experiencias. [Ruggieri et al. \(2016\)](#), desarrolla un programa de intervención durante un año con sesiones semanales de tres horas. Dicho programa tiene como objetivo la promoción de relaciones saludables entre el alumnado. Para ello, se les pide a los estudiantes que creen un video para prevenir la adicción a internet en su escuela.

Respecto a las evaluaciones de los programas de intervención se constata una disminución generalizada de las adicciones. En el estudio de [Liu et al. \(2015\)](#), la tasa de adicción a Internet de los adolescentes se redujo del 100% identificado en la evaluación inicial al 4.8% al final de la intervención y un 11.1% en la evaluación de seguimiento al cabo de tres meses. En una tendencia similar se sitúa [Walther et al. \(2013\)](#), con un aumento de 9 a 25 jugadores adictos en el grupo de control en comparación con una disminución de 11 a 7 en el grupo de intervención. El estudio de [Ruggieri et al. \(2016\)](#) evidencia que, con la intervención, el porcentaje en el nivel severo de adicción disminuye del 4% al 2.2%, en el nivel moderado del 62% al 42.3%, mientras que el nivel leve se incrementó pasando del 34% al 55.5%. [Ke y Wong \(2018\)](#), encontraron que el tamaño del efecto para este análisis, $d = .59$, IC del 95% [3.04-9.81], excedía la convención .75 de Cohen para un efecto medio (.50). Al igual que los resultados de [Walther et al. \(2013\)](#), que revelan un menor aumento en la frecuencia de juego

autoinformada y en la proporción de jugadores en el grupo de intervención.

4. Discusión y conclusiones

El binomio adolescentes e Internet muestra una relación extensa e intensa, poniendo de manifiesto una vertiente negativa asociada a los usos problemáticos, adicción, riesgos y perjuicios a que se enfrentan, lo que [Vega-Almeida y Arencibia-Jorge \(2019\)](#) denominan el lado oscuro de Internet. Según los autores estamos ante un campo temático en plena expansión, cuya productividad científica se difunde en revistas de alta visibilidad. Muestra de ello son las revisiones de literatura sobre adicción a Internet y/o usos nocivos ([Chung et al., 2019](#); [López-Fernández y Kuss, 2020](#)) y la respuesta a riesgos como juegos de azar y juegos online ([King et al., 2018](#); [Throuvala et al., 2019](#)). Al mismo tiempo, el reconocimiento del uso de Internet como un trastorno es fundamental para desarrollar respuestas de prevención estructuradas ([King et al., 2018](#)) y es necesario seguir ampliando este campo de conocimiento ya que, en Europa, faltan aún hallazgos sobre estos problemas ([López-Fernández y Kuss, 2020](#)).

En cuanto a la investigación, se echan en falta criterios concretos para la selección y uso de los instrumentos para la recogida de información, de tal forma que se preserve la idiosincrasia del objeto de estudio. El trabajo realizado pone de manifiesto que junto a los desarrollos tecnológicos que posibilitan el acceso y generalización de Internet, son necesarias medidas políticas ([Vega-Almeida y Arencibia-Jorge, 2019](#)) y educativas que impulsen el aprovechamiento de las ventajas, la minimización de los peligros y la eliminación de conductas y hábitos patológicos o adicciones, particularmente, entre la población infanto-juvenil. Inevitablemente estas conductas negativas existen, por lo que se desarrollan intervenciones psicopedagógicas para minimizar su impacto. La revisión realizada nos informa de que dichas intervenciones resultan efectivas, al disminuir normalmente la duración e intensidad de las adicciones. Nuestra revisión sistemática permite realizar tres recomendaciones fundamentales a la hora de abordar la adicción a Internet:

1. Uniformizar la terminología y la conceptualización empleada para referirse a este campo de estudio. Tal como manifiesta [Rial et al. \(2015\)](#) se necesita una estandarización del término, ya que la adicción a Internet se considera un tema extremadamente amplio y casi no existe una definición y orientación común lo que dificulta la comparación e integración de los resultados.
2. Unificar los instrumentos de medida utilizados dado que las tasas de prevalencia son muy variadas y los resultados muy diversos dependiendo del instrumento que se emplee. Esto podría verse como una derivación inmediata de la tipificación de los términos ([Byun et al., 2009](#)). Sin una homogeneización y delimitación del término es muy complejo poder intervenir en esta problemática de forma eficaz, aunque el desarrollo de conceptos, por su naturaleza compleja, requiere una investigación académica más sistemática y teórica para lograr métodos de medición más estandarizados.
3. Promover la alfabetización mediática ya que se ha convertido en una habilidad esencial ([Chung et al., 2019](#)) reconocida tanto por el ámbito social como en la legislación educativa. No se puede dejar en manos de iniciativas privadas (como asociaciones o familias) programas de prevención e intervención educativa que no son generalizados, porque se corre el riesgo de no poder atender a grupos vulnerables. Es necesario “construir programas de prevención basados en evidencia metodológicamente sólidos” ([Throuvala et al., 2019, p. 507](#)).

Finalmente, el estudio desarrollado posee una serie de limitaciones, fundamentalmente derivadas de los criterios de búsqueda y selección de la muestra, ya que ha quedado fuera del análisis aquella producción científica que no se encuentra indexada en las bases de datos estudiadas. Al mismo tiempo, el análisis de datos pudo estar apoyado por un software de análisis de datos textuales, aunque éste es más propio de un metaanálisis que de una revisión sistemática como la presente.

Referencias (Las referencias marcadas con * señalan los estudios incluidos en el análisis)

- Aznar, I., Kopecký, K., Romero, J. M., Cáceres, M. P. y Trujillo, J. M. (2020). Patologías asociadas al uso problemático de Internet. Una revisión sistemática y metaanálisis en WoS y Scopus. *Investigación bibliotecológica*, 34(82), 229-253. <https://doi.org/10.22201/iibi.24488321xe.2020.82.58118>
- Baz-Rodríguez, M., González-Formoso, C., Goicoechea-Castaño, A., Álvarez-Vázquez, E., García-Cendón, C., Rial A. y Claveria, A. (2020). Detección precoz del uso problemático de Internet en adolescentes, en pediatría de atención primaria. *Revista Española de Salud Pública*, 94, 1-13. <https://bit.ly/3ICRfXf>
- Beranuy, M., Carbonell, X. y Griffiths, M.D. (2013). A qualitative analysis of online gaming addicts in treatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11(2), 149-161. <https://doi.org/10.1007/s11469-012-9405-2>
- Blinkal, L., Šablatúrová, N. y Husarova, D. (2020). Social constraints associated with excessive Internet use in adolescents: the role of family, school, peers, and neighbourhood. *Int J Public Health*, 65(5), 1279–1287. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01462-8>
- Breen, R. B. y Zuckerman, M. (1999). 'Chasing' in gambling behavior: Personality and cognitive determinants. *Personality and Individual Differences*, 27(6), 1097–1111. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00052-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00052-5)
- Byun, S., Ruffini, C., Mills, J. E., Douglas, A. C., Niang, M., Stepchenkova, S., Lee, S. K., Loutfi, J., Lee, J. K., Atallah, M. y Blanton, M. (2009). Internet addiction: metasynthesis of 1996-2006 quantitative research. *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 12(2), 203–207. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0102>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic

internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>

Caplan, S., Williams, D. y Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1312-1319. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006>.

*Černja, I., Vejmelka, L. y Rajter, M. (2019). Internet addiction test: Croatian preliminary study. *BMC psychiatry*, 19(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2366-2>

*Chung, T., Sum, S. y Chan, M. (2019). Adolescent Internet Addiction in Hong Kong: Prevalence, Psychosocial Correlates, and Prevention. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 64 (6S), S34–S43. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.12.016>

*Citko, A. y Owsieniuk, I. (2020). Epidemiology and the consequences of fear of missing out (FOMO). The role of general practitioners in early diagnosis, treatment and prevention of FOMO in teenagers and young adults. *Pediatrics i Medycyna Rodzinna-Paediatrics and Family Medicine*, 16(1), 70-76. <https://doi.org/10.15557/PiMR.2020.0012>

*Del Rey, R., Casas, J. A. y Ortega, R. (2016). Impact of the ConRed program on different cyberbullying roles. *Aggressive behavior*, 42(2), 123–135. <https://doi.org/10.1002/ab.21608>

Del Rey, R., Casas, J.A., Ortega, R., Schultze-Krumbholz, A., Scheithauer, H., Smith, P.K., Thompson, F.T., Barkoukis, V., Tsorbatzoudis, H., Brighi, A., Guarini, A., Pyżalski, J. y Plichta, P. (2015). Structural validation and cross-cultural robustness of the European *Cyberbullying Intervention Project Questionnaire*. *Comput. Hum. Behav.* 50, 141-147. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.065>

Demetrovics, Z., Szeredi, B. y Rózsa, S. (2008). The three-factor model of Internet addiction: The development of the Problematic Internet Use

Questionnaire. *Behavior Research Methods*, 40, 563-574.
<https://doi.org/10.3758/brm.40.2.563>

*Díaz-Aguado, M. J., Martín-Babarro, J. y Falcón, L. (2018). Problematic Internet use, maladaptive future time perspective and school context. *Psicothema*, 30(2), 195–200. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.282>

Fortim, I. y Alves de Araújo, C. (2013). Aspectos psicológicos do uso patológico de Internet. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, 33(85), 292-311

Gansner, M., Belfort, E., Cook, B., Leahy, C., Colon-Perez, A., Mirda, D. y Carson, N. (2019). Problematic Internet Use and associated high-risk behavior in an adolescent clinical sample: Results from a survey of psychiatrically hospitalized youth. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(5), 349–354. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0329>

Gordon R. S. Jr (1983). An operational classification of disease prevention. *Public health reports*, 98(2), 107–109. <https://bit.ly/3VsY4AB>

Griffiths M. (2000). Internet addiction - time to be taken seriously? *Addiction Research & Theory*, 8(5), 413–418.
<https://doi.org/10.3109/16066350009005587>

Hayes, B., James, A., Barn, R., y Watling, D. (2022). Children's risk and benefit behaviours on social networking sites. *Computers in Human Behavior*, 130
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107147>

*Hinduja, S. y Patchin, J. W. (2017). Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization. *Child abuse & neglect*, 73, 51–62.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.09.010>

*Ke, G. N. y Wong, S. F. (2018). A Healthy Mind for Problematic Internet Use. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 21(10), 637–645.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0072>

*King, D. L. Delfabbro, P. H. Doh, Y. Y. Wu, A. Kuss, D. J. Pallesen, S. Mentzoni, R. Carragher, N. y Sakuma, H. (2018). Policy and Prevention Approaches

for Disordered and Hazardous Gaming and Internet Use: an International Perspective. *Prevention science: the official journal of the Society for Prevention Research*, 19(2), 233–249. <https://doi.org/10.1007/s11121-017-0813-1>

*Király, O., Potenza, M. N., Stein, D. J., King, D. L., Hodgins, D. C., Saunders, J. B., Griffiths, M., Gjonneska, B., Billieux, J., Brand, M., Abbott, M. W., Chamberlain, S. R., Corazza, O., Burkauskas, J., Sales, C., Montag, C., Lochner, C., Grünblatt, E., Wegmann, E., Martinotti, G., ... Demetrovics, Z. (2020). Preventing problematic Internet use during the COVID-19 pandemic: Consensus guidance. *Comprehensive psychiatry*, 100, 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152180>

Labar, A. y Țepordei, A. (2019). The interplay between time perspective, Internet use and smart phone in-class multitasking: A mediation analysis. *Comput. Hum. Behav.*, 93, 33-39. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.050>

*Lam L. T. (2015). Parental mental health and Internet Addiction in adolescents. *Addictive behaviors*, 42, 20-23. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.10.033>

*Lancaster M. (2018). A Systematic Research Synthesis on Cyberbullying Interventions in the United States. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 21(10), 593–602. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0307>

Lei, L. y Yang, Y. (2007). Adolescent Pathological Internet Use Scale (APIUS) [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t53624-000>

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M. y Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>

*Liu, Q. X., Fang, X. Y., Yan, N., Zhou, Z. K., Yuan, X. J., Lan, J. y Liu, C. Y. (2015). Multi-family group therapy for adolescent Internet addiction: exploring the underlying mechanisms. *Addictive behaviors*, 42, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.10.021>

- *López-Fernandez, O. y Kuss, D. J. (2020). Preventing Harmful Internet Use-Related Addiction Problems in Europe: A Literature Review and Policy Options. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 3797-3816. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113797>
- Lukavská, K., Vacek, J. y Gabhelík, R (2020). The effects of parental control and warmth on problematic Internet use in adolescents: A prospective cohort study. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(3), 664-675. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00068>
- Malinauskas, R. y Malinauskiene, V. (2019). A meta-analysis of psychological interventions for Internet/smartphone addiction among adolescents. *Journal of behavioral addictions*, 8(4), 613–624. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.72>
- Manterola, C., Astudillo, P., Arias, E. y Claros, N. (2013). Revisiones sistemáticas de la literatura. Qué se debe saber acerca de ellas. *Cirugía Española*, 91(3), 149-155. <https://doi.org/10.1016/j.ciresp.2011.07.009>
- Mészáros, G., Győri, D., Horváth, L. O., Szentiványi, D. y Balázs, J. (2020). Nonsuicidal Self-Injury: Its Associations With Pathological Internet Use and Psychopathology Among Adolescents. *Frontiers in psychiatry*, 11, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00814>
- Moreno-Guerrero, A. J., Gómez-García, G., López-Belmonte, J. y Rodríguez-Jiménez, C. (2020). Internet addiction in the web of science database: a review of the literature with scientific mapping. *International Journal of Environmental. Research and Public Health*, 17(8), 1-16. <https://doi.org/10.3390/ijerph17082753>
- *Nakayama, H., Mihara, S. y Higuchi, S. (2017). Treatment and risk factors of Internet use disorders. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 71(7), 492–505. <https://doi.org/10.1111/pcn.12493>
- Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías (2020). Encuesta sobre uso de drogas en Enseñanzas Secundarias en España (ESTUDES),

1994-2018/2019. Ministerio de Sanidad.

Organización Mundial de la Salud (11 de enero de 2022.). *Salud del adolescente* [Sitio web]. <https://bit.ly/3qeL8kC>

Pan, P.Y. y Yeh, C.B. (2018). Internet addiction among adolescents may predict self-harm/suicidal behavior: A prospective study. *The Journal of Pediatrics*, 197, 262–267. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2018.01.046>

Pardal-Refoyo, J. L. y Pardal-Peláez, B. (2020). Anotaciones para estructurar una revisión sistemática. *Revista ORL*, 11(2), 155–160. <https://doi.org/10.14201/orl.22882>

Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R. y Gladwell, V.F. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Comput. Hum. Behav.* 29, 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>

Rial, A., Gómez, P., Isorna, M., Gallego, M. y Varela-Mallou, J. (2015). EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica. *Adicciones*, 27(1), 47-63. <https://doi.org/10.20882/adicciones.193>

Rozgonjuk, D. y Täht, K. (2017). To what extent does Internet use affect academic performance? Using evidence from the large-scale PISA study. *Annual Review of CyberTherapy and Telemedicine*, 15, 39-44. <https://bit.ly/3iykHFh>

*Ruggieri, R. A., Santoro, E., De Caro, F., Palmieri, L., Capunzo, M., Venuleo, C. y Boccia, G. (2016). Internet Addiction: a prevention action-research intervention. *Epidemiology Biostatistics and Public Health*, 13(3), e11817-1- e11817-5. <https://doi.org/10.2427/11817>

*Singh Chawla, D. (2018). Making children safer online. *Nature*, 562(7725), S15–S16. <https://doi.org/10.1038/d41586-018-06848-6>

Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E.,

Ólafsson, K., Livingstone, S. y Hasebrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. EU Kids Online. <http://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo>

Small, G. W., Lee, J., Kaufman, A., Jalil, J., Siddarth, P., Gaddipati, H., Moody, T. D. y Bookheimer, S. Y. (2020). Brain health consequences of digital technology use. *Dialogues in clinical neuroscience*, 22(2), 179–187. <http://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/gsmall>

*Strasburger, V. C. y Council on Communications and Media American Academy of Pediatrics (2010). Media education. *Pediatrics*, 126(5), 1012–1017. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1636>

*Tang, J. M. Y., Lewis, S. P., Chen, R., Clifford, A., Ammerman, B. A., Gazimbi, M. M., Byrne, A., Wu, Y., Lu, X., Chang, H., Kang, C., Tiemeier, H. y Yu, Y. (2020). Association of Internet Addiction With Nonsuicidal Self-injury Among Adolescents in China. *JAMA network open*, 3(6), 1-14. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.6863>

*Thomas, S. L., Bestman, A., Pitt, H., Cassidy, R., McCarthy, S., Nyemcsok, C., Cowlshaw, S. y Daube, M. (2018). Young people's awareness of the timing and placement of gambling advertising on traditional and social media platforms: a study of 11-16-year-olds in Australia. *Harm reduction journal*, 15(1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12954-018-0254-6>

*Throuvala, M.A., Griffiths, M.D., Rennoldson, M. y Kuss, D.J. (2019). School-based prevention for adolescent Internet addiction: Prevention is the key. A systematic literature review. *Current Neuropharmacology*, 17(6), 507-525. <http://doi.org/10.2174/1570159X16666180813153806>

Tristán, C., Brime, B., Llorens, N., García, N., León, L. y López, M. (2020). Informe sobre adicciones comportamentales. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. <https://bit.ly/3dDYcsJ>

Urrútia, G. y Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina Clínica*,

135(11), 507-511 <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2010.01.015>

Vega-Almeida, R. L. y Arencibia-Jorge, R. (2019). El lado oscuro de Internet: un estudio bibliométrico de la literatura sobre comportamientos adictivos en línea. *Revista Española de Documentación Científica*, 42 (4), 1-11. <https://doi.org/10.3989/redc.2019.4.S8>

Victorin Á. (2021). Excessive Internet use steals time from real-life brain development. *Acta paediatrica*, 110(2), 385–386. <https://doi.org/10.1111/apa.15573>

*Walther, B., Hanewinkel, R. y Morgenstern, M. (2013). Short-term effects of a school-based program on gambling prevention in adolescents. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 52(5), 599–605. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.11.009>

*Walther, B., Hanewinkel, R. y Morgenstern, M. (2014). Effects of a brief school-based media literacy intervention on digital media use in adolescents: cluster randomized controlled trial. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 17(9), 616–623. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0173>

*Wang, C., Chan, C. L. W., Mak, K., Ho, S., Wong, P. W. C. y Ho, R. T. H. (2014). Prevalence and correlates of video and Internet gaming addiction among Hong Kong adolescents: A pilot study. *Scientific World Journal*, 2014, 1-9 <https://doi.org/10.1155/2014/874648>

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Yudes C., Rey, L. y Extremera N. (2020). Predictive Factors of Cyberbullying Perpetration amongst Spanish Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113967>