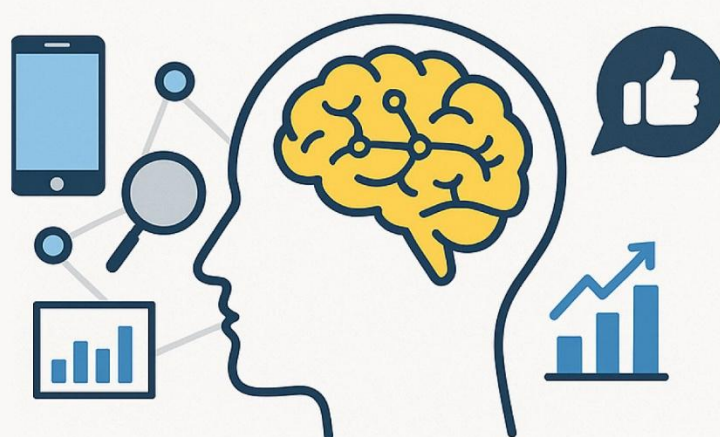


Un análisis sobre prevalencias, perfiles e indicadores de salud mental en el contexto del uso de las tecnologías digitales en población adolescente de la provincia de Málaga, con perspectiva de género



Lourdes Rey Peña
María Teresa Chamizo Nieto
Jorge Gómez Hombrados
Víctor Sánchez Moreno

2025

Proyecto PID2020-117006RB-I00
financiado por



Proyecto PPRO-CTS1048-G-2023
financiado por



Este informe forma parte del proyecto I+D+i *PID2020-117006RB-I00*, financiado por MCIN/AEI/10.13039/501100011033/ y del proyecto *PPRO-CTS1048-G-2023*, financiado por la Universidad de Málaga y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) al grupo de investigación Applied Positive Lab (CTS1048G-FEDER; Junta de Andalucía).

© Los autores:

-  Lourdes Rey Peña
-  María Teresa Chamizo Nieto
-  Jorge Gómez Hombrados
-  Víctor Sánchez Moreno

© UMA editorial

Bulevar Louis Pasteur, 30 (Campus de Teatinos)
20971 – Málaga
www.umaeditorial.uma.es

Diseño y maquetación: María Teresa Chamizo Nieto y Lourdes Rey Peña

Imagen de portada: creada con inteligencia artificial.

ISBN: 978-84-1335-446-0

Publicado en octubre de 2025.



Esta obra está sujeta a una licencia Creative Commons:

Reconocimiento – No comercial – SinObraDerivada (cc-by-nc-nd):

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>

Cualquier parte de esta obra se puede reproducir sin autorización, pero con el reconocimiento y atribución de los autores.

No se puede hacer un uso comercial de la obra y no se puede alterar, transformar o hacer obras derivadas.



Esta editorial es miembro de la UNE, lo que garantiza la difusión y comercialización de sus publicaciones a nivel nacional.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	5
1. INTRODUCCIÓN	6
2. METODOLOGÍA	12
2.1. MUESTRA.....	12
2.2. INSTRUMENTOS	15
2.2.1. Variables sociodemográficas.....	15
2.2.2. Escala de Adicción a Internet	15
2.2.3. Escala de Adicción al Teléfono Móvil (<i>Smartphone</i>)	16
2.2.4. Escala de Adicción a las Redes Sociales	16
2.2.5. Escala de Inteligencia Emocional.....	16
2.2.6. Escala de Ideación Suicida	17
2.2.7. Escala de Sintomatología Depresiva	17
2.2.8. Escala de Satisfacción Vital	17
2.3. PROCEDIMIENTO	18
3. RESULTADOS	19
3.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO	19
3.2. PREVALENCIAS Y DIFERENCIAS DE GÉNERO	20
3.2.1. Uso de las tecnologías	20
3.2.2. Inteligencia emocional.....	23
3.2.3. Ideación suicida	25
3.2.4. Sintomatología depresiva	26
3.2.5. Satisfacción vital	26
3.3. ANÁLISIS DE FRECUENCIAS SEGÚN EL GÉNERO	26
3.3.1. Uso problemático de Internet	26
3.3.2. Uso problemático del teléfono móvil	31
3.3.3. Uso problemático de las redes sociales	34
3.3.4. Inteligencia emocional.....	35
3.3.5. Ideación suicida	41
3.3.6. Sintomatología depresiva	42
3.3.7. Satisfacción vital	44

3.4. ANÁLISIS DE CORRELACIONES.....	47
4. CONCLUSIONES	51
4.1. HALLAZGOS PRINCIPALES	51
4.1.1. Prevalencias del uso de las TIC según el género.....	51
4.1.2. Perfiles de inteligencia emocional según el género.....	51
4.1.3. Diferencias de género encontradas	52
4.1.4. Análisis de frecuencia según el género	52
4.1.5. Análisis de correlaciones según el género.....	54
4.1.6. Conclusiones de los hallazgos principales	54
4.2. LIMITACIONES.....	56
4.3. FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN	56
4.4. REFLEXIONES FINALES	57
REFERENCIAS.....	58

Agradecimientos

Este informe ha sido realizado gracias a la colaboración de dieciocho centros educativos de la provincia de Málaga y la Universidad de Málaga. Este informe ha sido financiado gracias al Ministerio de Ciencia e Innovación (*PID2020-117006RB-I00*), a la Universidad de Málaga y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER) (*PPRO-CTS1048-G-2023*) y al grupo de investigación Applied Positive Lab (CTS1049G-FEDER; Junta de Andalucía).

Agradecemos la colaboración a los centros educativos, directores, profesorado y orientadores que con su interés y tiempo han hecho posible este informe.

Agradecemos la colaboración de todo el alumnado que con sus respuestas han hecho posible este informe.

1. Introducción

El acceso y uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) ha crecido exponencialmente en la última década. Según el informe sobre Equipamiento y Uso de TIC en los Hogares, realizado por el Instituto Nacional de Estadística (2024), el 83% de los hogares cuenta con un ordenador en casa y hasta un 99,5% un teléfono móvil. Este acceso tan generalizado de las TIC también se ve reflejado en el uso diario que le dan las personas mayores de 16 años, llegando a un 91,5% de uso de Internet a diario. En cuanto a la población adolescente de entre 10 y 15 años los datos son similares, dado que un 95,8% manifestaba usar el ordenador, un 96% navegar por Internet y un 69,6% usar el teléfono móvil. Este incremento en el acceso y uso de las TIC ha ido relacionado con un incremento de un uso problemático de las mismas, especialmente en adolescentes.

El uso problemático de Internet se define como el uso excesivo, impulsivo o arriesgado de Internet que impacta negativamente en el desarrollo normal de la vida cotidiana del adolescente con consecuencias negativas a nivel físico, emocional, social y funcional (Díaz-Vicario et al., 2019; Spada, 2014). En el caso de que este uso se dé en mayor medida con el teléfono móvil inteligente o *smartphone* haría referencia al uso problemático del teléfono móvil (Elhai et al., 2017). Además, dentro del abanico de conductas que se pueden realizar en Internet y con el teléfono móvil se encuentra el uso de las redes sociales. El uso problemático de las redes sociales puede definirse como estar excesivamente preocupado por las redes sociales, comprobar constantemente si hay mensajes y actualizaciones, así como dedicar mucho tiempo en general a ellas, lo que puede conllevar un impacto negativo en varias áreas vitales (p. ej., a nivel personal o social) (Griffiths et al., 2014). Un estudio reciente de prevalencias en España muestra un incremento del uso problemático de Internet en la adolescencia llegando al 33% (Nogueira-López et al., 2023). En este estudio se muestran como a lo largo de la adolescencia este uso problemático se incrementa llegando al 41% a los 17 años. También, informa de diferencias de género en cuanto al uso problemático de Internet, encontrando que un 36% de las chicas presentaban un uso problemático del mismo frente al 29,8% de los chicos (Nogueira-López et al., 2023). Si nos centramos en el uso problemático del teléfono móvil en otro estudio realizado en España encontramos estadísticas similares por género, siendo las chicas las que presentan una mayor prevalencia (5,21%) frente a los chicos (4,13%) (Olivella-Cirici et al., 2023). Dentro de las conductas que se asocian con el uso problemático del teléfono móvil encontramos una prevalencia del 51,75% de uso del móvil durante las comidas y un 77,85% lo

utilizan antes de ir a dormir (Olivella-Cirici et al., 2023). En cuanto, al uso problemático de las redes sociales, en España la prevalencia se sitúa en un 9%, encontrándose algo por debajo de la media internacional (11%) (Boniel-Nissim et al., 2024). De nuevo, se observa una mayor prevalencia en chicas que en chicos y un incremento de este uso problemático a lo largo de la adolescencia. En resumen, estos datos evidencian un incremento sistemático de la prevalencia de uso problemático de las tecnologías a nivel nacional e internacional.

Así mismo, durante la adolescencia, se producen importantes cambios neurobiológicos y psicosociales que convierten a esta etapa en un período de especial vulnerabilidad (Bickham, 2021; Cerniglia et al., 2017). La población adolescente se considera particularmente vulnerable al desarrollo de un uso problemático de Internet por diversos motivos, entre ellos, el inicio del contacto autónomo con herramientas tecnológicas, la inmersión digital total, el incremento de conductas de riesgo y una disminución en la capacidad para manejar situaciones con carga emocional (Berman, 2018; De-Sola Gutiérrez et al., 2016; Valkenburg y Piotrowski, 2017). Esta vulnerabilidad no solo aumenta el riesgo de un uso problemático de las TIC (Lozano-Blasco et al., 2022), sino que también puede generar consecuencias tanto a corto como a largo plazo (Mishra et al., 2024). Metaanálisis recientes (p. ej., Cai et al., 2023) parecen indicar una relación clara entre el uso problemático de Internet y la salud mental, destacando su relación con varios indicadores de ajuste psicológico como la depresión, el bienestar psicológico y la ideación suicida. En particular, los adolescentes con uso problemático de Internet presentan un mayor riesgo de desarrollar síntomas depresivos (Cai et al., 2023). Parece que este uso problemático puede generar un aumento de experiencias de estrés, deterioro del rendimiento académico, conflictos familiares y una menor regulación emocional, lo que favorece la aparición de síntomas depresivos. A su vez, la depresión puede llevar a un mayor uso de Internet como mecanismo de escape o regulación emocional, perpetuando el problema (Soriano-Molina et al., 2025). De manera similar, el uso problemático del teléfono móvil, también, se ha identificado como un factor de riesgo para la depresión. Los jóvenes con uso problemático de estos dispositivos tienen más del doble de probabilidad de experimentar síntomas depresivos en comparación con aquellos que no presentan este uso problemático (Tang et al., 2024). Por último, cabe señalar que algunos estudios como el de Yigiter et al. (2024) muestran como un uso desadaptativo de las redes sociales por parte de la población adolescente, también, puede repercutir negativamente en el ajuste psicológico, dado que este uso problemático conlleva un mayor riesgo de experimentar síntomas depresivos durante estas edades (Yigiter et al., 2024).

Asimismo, tanto el uso problemático de Internet como del teléfono móvil se asocian con una reducción del bienestar psicológico, caracterizado por un menor sentido de propósito y una percepción negativa de la propia vida (Soriano-Molina et al., 2025). En el caso específico del uso problemático de redes sociales, los estudios han identificado un impacto negativo en el bienestar subjetivo y psicológico que puede deberse a la comparación social constante, la sobreexposición a contenidos negativos y la interferencia con actividades diarias importantes (Ansari et al., 2024; Ding et al., 2022).

Por otro lado, la literatura científica también ha señalado que el uso problemático de Internet y del teléfono móvil incrementa el riesgo de ideación suicida en adolescentes. La población adolescente con uso problemático de Internet tienen casi el doble de probabilidad de experimentar pensamientos suicidas en comparación con aquellos que no muestran este uso problemático (Wang et al., 2022). De manera similar, un uso problemático del teléfono móvil también está asociado con una mayor prevalencia de ideación suicida (Tang et al., 2024). Además, estos usos problemáticos están vinculados a mayores niveles de soledad, una variable clave en la aparición de la ideación suicida (Augner et al., 2023; Cai et al., 2023). En cuanto al uso problemático de las redes sociales y la ideación suicida, aunque no se ha establecido una relación clara, algunos estudios han identificado ciertos patrones de comportamiento asociados al riesgo. Se ha observado que un uso excesivo y problemático de las redes sociales puede contribuir a la exposición a contenido dañino, como la normalización de la autolesión o el suicidio, lo que podría influir en la población adolescente (Nesi et al., 2021).

Por tanto, dado el incremento del uso problemático de las TIC entre la población adolescente y las graves consecuencias negativas sobre su salud mental que pueden desarrollar, la literatura científica, también, ha examinado características y recursos personales que pueden ser adquiridas y desarrolladas para proteger a los jóvenes ante este uso problemático de las TIC, atenuar su impacto, así como reducir su prevalencia. Entre los constructos investigados en las últimas décadas que se presentan como protectores o amortiguadores encontramos la inteligencia emocional. La inteligencia emocional se define como la capacidad de percibir y valorar las emociones, de acceder a ellas y generarlas para potenciar el pensamiento, de comprender tanto las emociones como el conocimiento emocional, y de regularlas para favorecer el crecimiento emocional e intelectual (Mayer et al., 2016). Durante la adolescencia la inteligencia emocional ha sido identificada como un factor protector clave dados sus beneficios en el ajuste psicológico, social y académico (Soriano-Sánchez y Jiménez-Vázquez, 2023). Por una lado, se la ha asociado con un mayor bienestar subjetivo, tanto en su dimensión

afectiva como cognitiva (Llamas-Díaz et al., 2022; Mancini et al., 2024) y, por otro, se ha relacionado con un mejor rendimiento académico, dado su impacto en la automotivación y el manejo del estrés, lo que se traduce en un desempeño escolar más exitoso (Quílez-Robres et al., 2023). Sin embargo, el papel de la inteligencia emocional no solo potencia el rendimiento académico o el bienestar, sino que actúa como un factor protector frente a los efectos negativos en la salud mental durante la adolescencia (Llamas-Díaz et al., 2022). La inteligencia emocional está negativamente asociada con la depresión, indicando que los jóvenes con mayores habilidades emocionales tienen menos probabilidades de desarrollar síntomas depresivos (Sergi et al., 2021). A su vez, la inteligencia emocional está inversamente relacionada con la ideación suicida, indicando que los adolescentes con mayor capacidad emocional tienen un menor riesgo de pensamientos suicidas (Extremera et al., 2023). De esta forma, la literatura destaca la importancia de la inteligencia emocional en esta etapa evolutiva como estrategia para mejorar el bienestar integral de los jóvenes y prevenir dificultades emocionales.

En relación con el uso problemático de las TIC, incluyendo Internet, teléfono móvil y redes sociales, la inteligencia emocional se ha identificado como un factor protector clave. La literatura científica evidencia que niveles más altos de IE se asocian con menores niveles de uso problemático de las TIC, mientras que déficits en IE pueden aumentar la vulnerabilidad de patrones de uso desadaptativos y sus consecuencias psicológicas negativas (Biolcati et al., 2025; Thapa et al., 2025). En este sentido, adolescentes con menor capacidad para gestionar sus emociones presentan un mayor riesgo de desarrollar estos patrones de uso menos adaptativos (Vu et al., 2022). Asimismo, la IE parece mediar la relación del malestar psicológico y el uso problemático del teléfono móvil. Esto indica que, adolescentes con mayor inteligencia emocional tienen menos probabilidad de recurrir al teléfono móvil como una estrategia de evasión emocional (Arrivillaga et al., 2022b). En cuanto a las dimensiones de la inteligencia emocional, niveles más bajos de regulación emocional se asocian a un mayor riesgo de uso problemático de Internet (Gioia et al., 2021). Específicamente, la baja regulación emocional dificulta el control del tiempo en línea y favorece el uso compulsivo como estrategia de afrontamiento (Arrivillaga et al., 2021). En cuanto al uso problemático de las redes sociales, la inteligencia emocional también se ha identificado como un predictor clave. Una menor inteligencia emocional está asociada con mayores consecuencias de un uso problemático de las mismas. Específicamente, la dificultad en la regulación emocional parece incrementar la propensión a la comparación social negativa, lo que puede aumentar las consecuencias derivadas de este uso problemático (Piccerillo y Digennaro, 2025). Por otro lado, la baja

inteligencia emocional predice mayores niveles de uso problemático de las redes sociales a través de varios indicadores de salud mental, por ejemplo, adolescentes con menor capacidad para gestionar sus emociones experimentan mayores niveles de estrés y depresión, lo que a su vez aumenta el uso problemático de las redes sociales como una estrategia de afrontamiento (Arrivillaga et al., 2022a). Por tanto, la literatura científica pone de manifiesto que la inteligencia emocional puede ser un recurso personal fundamental para prevenir y mitigar los efectos negativos del uso problemático de las TIC. Niveles más altos de inteligencia emocional se asocian con un menor riesgo de desarrollar un patrón de uso desadaptativo, mientras que déficits en inteligencia emocional pueden aumentar la vulnerabilidad a los problemas de salud mental derivados del uso excesivo de las TIC (Biolcati et al., 2025).

Por tanto, dado el continuo desarrollo y evolución de las tecnologías digitales, el incremento de uso en la población adolescente durante los últimos años, el impacto negativo de su uso problemático sobre la salud y los beneficios de la inteligencia emocional, este informe ha pretendido abordar los siguientes objetivos:

Objetivo 1: Ofrecer prevalencias actualizadas según el género en el uso de las TIC (i.e., Internet, teléfono móvil y redes sociales) en una muestra de adolescentes de la provincia de Málaga.

Objetivo 2: Explorar los perfiles de desarrollo de inteligencia emocional y sus dimensiones (i.e., percepción intrapersonal, percepción interpersonal, asimilación emocional y regulación emocional) según el género en esta muestra.

Objetivos 3: Examinar si existen diferencias significativas según el género en las puntuaciones medias obtenidas en el uso problemático de las TIC, la inteligencia emocional y sus dimensiones, y tres indicadores de ajuste psicológico (i.e., ideación suicida, sintomatología depresiva y satisfacción vital) en esta muestra.

Objetivo 4: Aportar datos actualizados descriptivos según el género sobre el uso de las TIC, la inteligencia emocional y los tres indicadores de ajuste psicológico en esta muestra.

Objetivo 5: Examinar las asociaciones según el género entre el uso problemático de las TIC, la inteligencia emocional y los tres indicadores de ajuste psicológico en esta muestra.

De esta forma, se pretende ofrecer información actualizada con especial atención a la perspectiva de género y realizar un acercamiento a la relación entre el uso problemático de las

TIC, la inteligencia emocional y varios indicadores de ajuste psicológico, con el propósito de reflejar la importancia de fomentar competencias emocionales en la población adolescente y de establecer acciones educativas más completas, que sirvan de evidencia para futuros proyectos de intervención.

2. Metodología

2.1. Muestra

La muestra se compone de 3057 estudiantes de 18 centros educativos de la provincia de Málaga (España). Del total de los encuestados, el 46,2% es chico y el 53,8% es chica. La edad de los participantes oscila entre los 11 y los 19 (véase Tabla 1), siendo la media de edad 14,20 y la desviación típica 1,57.

Tabla 1. *Distribución según la edad*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
11	9	0,3
12	495	16,2
13	592	19,4
14	658	21,5
15	670	21,9
16	375	12,3
17	170	5,6
18	60	2,0
19	12	0,4
No la marcaron	16	0,5
Total	3057	100

Tal y como se muestra en la Figura 1, de la muestra total el mayor porcentaje de participantes realiza sus estudios de tercer curso de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) (24,4%), seguido de los estudiantes que cursan primero (22,6%) y cuarto de ESO (21,6%).

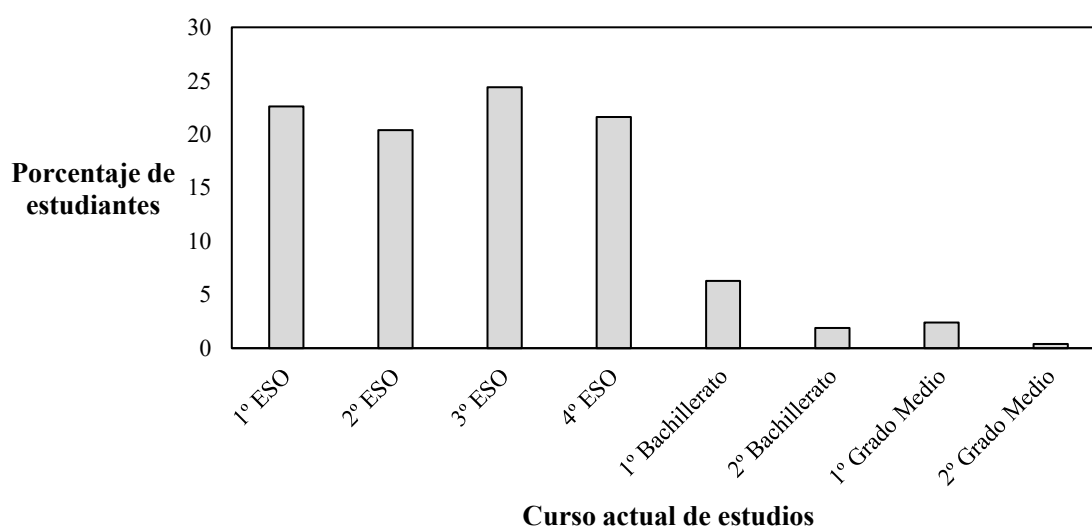


Figura 1. Porcentaje de estudiantes por curso.

Con respecto a la variable nacionalidad, la mayoría de los participantes es de origen español (88,16%), habiendo 20 estudiantes que no indicaron su nacionalidad. En la Tabla 2 puede observarse el resto de las nacionalidades de los participantes que no tienen la española.

Tabla 2. *Distribución según la nacionalidad*

Nacionalidad	Frecuencia	Porcentaje
Española	2695	88,16
Francesa	1	0,03
Italiana	12	0,39
Belga	1	0,03
Holandesa	2	0,07
Alemana	1	0,03
Británica	6	0,20
Marroquí	24	0,79
Portuguesa	2	0,07
Rusa	5	0,16
Sueca	3	0,10
Suiza	1	0,03
Argentina	20	0,65
Boliviana	1	0,03
Ecuatoriana	1	0,03
Brasileña	6	0,20
China	12	0,40
Cubana	4	0,13
Mexicana	2	0,07
Peruana	4	0,13
Venezolana	20	0,65
Búlgara	2	0,07
Ucraniana	19	0,62
Nicaragüense	3	0,10
Paraguayana	5	0,16
Rumana	7	0,23
Colombiana	24	0,79
Uruguaya	2	0,07
Senegalés	2	0,07
Eslovaca	2	0,07
Doble: española-china	8	0,26
Vietnamita	1	0,03

Nacionalidad	Frecuencia	Porcentaje
Doble: española-marroquí	28	0,92
Doble: chilena-costarricense	1	0,03
Doble: española-ucraniana	4	0,13
Doble: española-chilena	3	0,10
Doble: española-nigeriana	2	0,07
Nigeriana	1	0,03
Doble: española-argentina	10	0,33
Doble: española-británica	3	0,10
Doble: española-belga	2	0,07
Doble: española-venezolana	3	0,01
Doble: española-escocesa	1	0,03
Doble: española-rusa	1	0,03
Doble: española-alemana	4	0,13
Doble: española-inglesa	3	0,10
Doble: española-colombiana	10	0,33
Doble: venezolana-noruega	1	0,03
Doble: polaca-alemana	1	0,03
Doble: española-portuguesa	3	0,10
Doble: española-suiza	2	0,07
Doble: española-panameña	1	0,03
Doble: argentina-italiana	2	0,07
Iraní	1	0,03
Doble: española-mexicana	4	0,13
Doble: española-francesa	2	0,07
Tiple: española-venezolana-portuguesa	1	0,03
Triple: española-italiana-mexicana	1	0,03
Doble: española-albanesa	1	0,03
Doble: española-boliviana	1	0,03
Hondureña	4	0,13
Doble: española-ecuatoriana	3	0,10
Doble: española-brasileña	5	0,16
Pakistaní	2	0,07
Doble: española-paraguaya	4	0,13
Doble: española-latina	1	0,03
Doble: eslovaca-austríaca	1	0,03
Finlandesa	1	0,03
Doble: italiana-brasileña	1	0,03
Doble: española-dominicana	1	0,03

Nacionalidad	Frecuencia	Porcentaje
Doble: marroquí-argelina	1	0,03
Noruega	1	0,03
Doble: irlandesa-rusa	1	0,03
Bielorrusia	3	0,10
Turkmenistán	1	0,03
Doble: española-irlandesa	1	0,03
Doble: española-rumana	2	0,07
Doble: turca-neerlandesa	1	0,03
Doble: española-cubana	1	0,03
Doble: peruana-dominicana	1	0,03
Doble: venezolana-colombiana	1	0,03
Georgiana	1	0,03
Doble: española-italiana	1	0,03
Doble: española-uruguay	1	0,03
Estadounidense	1	0,03
Canadiense	1	0,03
No la marcaron	20	0,65
Total	3057	100

2.2. Instrumentos

En este apartado se describen los instrumentos utilizados para evaluar las variables incluidas en esta investigación.

2.2.1. Variables sociodemográficas

En la hoja inicial del cuestionario se solicitaba al estudiantado participante que indicase su género, edad, curso actual y nacionalidad.

2.2.2. Escala de Adicción a Internet

Se utilizó la escala *Addiction Internet Test* (IAT; Young, 1998), versión española de Puerta-Cortés et al. (2012). Esta escala de 20 ítems evalúa el grado en que el uso de Internet durante el último año afecta a la rutina diaria, la vida social, la productividad, los patrones de sueño y los sentimientos. Se responde la frecuencia con la que le ha ocurrido cada uno de los ítems mediante una escala tipo Likert de cinco opciones de respuesta, siendo 1 rara vez y 5

siempre. Un ejemplo de ítem sería “¿Con qué frecuencia te conectas a Internet más de lo previsto?” La fiabilidad alfa de Cronbach alcanzada por la escala en este estudio fue de 0,86.

2.2.3. *Escala de Adicción al Teléfono Móvil (Smartphone)*

Se utilizó la versión breve de *The Smartphone Addiction Scale* (SAS-SV; Kwon et al., 2013), versión española de Lopez-Fernandez (2017). Esta escala de 10 ítems evalúa el uso del teléfono móvil para identificar el nivel de riesgo de adicción al mismo, sin hacer un diagnóstico de adicción. Se responde si se está más o menos de acuerdo con cada uno de los ítems teniendo en cuenta el marco temporal del último año. Se utiliza una escala tipo Likert de seis opciones de respuesta, siendo 1 completamente en desacuerdo y 6 completamente de acuerdo. Un ejemplo de ítem sería “Debido al uso del teléfono móvil he perdido tareas/actividades/trabajos/etc. previamente planificados”. La fiabilidad alfa de Cronbach alcanzada por la escala en este estudio fue de 0,86.

2.2.4. *Escala de Adicción a las Redes Sociales*

Se utilizó la *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS; Andreassen et al., 2016), versión adaptada de Arrivillaga et al. (2024). Esta evalúa con 6 ítems síntomas característicos de las adicciones (i.e., saliencia, conflicto, modificación del humor, abstinencia, tolerancia y recaídas), sin realizar un diagnóstico de adicción, sino sugiriendo cierto nivel de riesgo de un uso problemático de las redes sociales. Se le pregunta con qué frecuencia ha tenido determinadas experiencias en el último año y se emplea una escala de 1 (casi nunca) a 5 (casi siempre). Un ejemplo de ítem es “Durante el último año, ¿con qué frecuencia has pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso?”. La fiabilidad alfa de Cronbach en este estudio fue 0,79.

2.2.5. *Escala de Inteligencia Emocional*

Se utilizó la escala *Wong and Law's Emotional Intelligence Scale* (WLEIS; Wong y Law, 2002), versión española de Extremera et al. (2019b). Esta escala evalúa con 16 ítems cuatro aspectos de la Inteligencia Emocional: la evaluación de las propias emociones, la evaluación de las emociones de los demás, el uso de las emociones, y la regulación emocional. Se responde el grado de acuerdo o desacuerdo con cada ítem mediante una escala tipo Likert de siete opciones de respuesta, siendo 1 completamente en desacuerdo y 7 completamente de acuerdo. Un ejemplo de ítem de la subescala de la percepción intrapersonal sería “La mayoría

de las veces sé distinguir porqué tengo ciertos sentimientos”; de la percepción interpersonal “Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos”; del uso de las emociones “Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas”; y de la regulación emocional “Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional”. La fiabilidad alfa de Cronbach alcanzada por la escala en el estudio fue de 0,87; y de las subescalas fue de 0,76 para la evaluación de las propias emociones; 0,69 para la evaluación de las emociones de los demás; 0,76 para el uso de las emociones; y 0,81 para la regulación emocional.

2.2.6. Escala de Ideación Suicida

Se utilizó la escala *Frequency of Suicidal Ideation Inventory* (FSII; Chang y Chang, 2016), versión española de Sánchez-Álvarez et al. (2020). Esta escala evalúa con 5 ítems la frecuencia con la que se han tenido pensamientos suicidas en el último año. La escala se responde mediante un formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones de respuesta, siendo 1 nunca y 5 casi todos los días. Un ejemplo de ítem sería “¿has pensado en hacerte daño?”. La fiabilidad alfa de Cronbach alcanzada por la escala en este estudio fue de 0,92.

2.2.7. Escala de Sintomatología Depresiva

Se utilizó la subescala de depresión de la escala *Depression, Anxiety and Stress Scales* (DASS; Lovibond y Lovibond, 1995), versión española de Bados et al. (2005). Evalúa mediante 7 ítems la sintomatología de depresión. Para ello se indica la frecuencia con la que le ocurrió cada ítem durante la semana pasada mediante una escala tipo Likert de cuatro opciones de respuesta, siendo 0 no me pasó nunca y 3 me pasó mucho, o la mayor parte del tiempo. Un ejemplo de ítem sería “No podía sentir ningún sentimiento positivo”. La fiabilidad alfa de Cronbach alcanzada por la escala en el estudio fue de 0,89.

2.2.8. Escala de Satisfacción Vital

Se utilizó la escala *Satisfaction with Life Scale* (SWLS; Diener et al., 1985), versión española de Atienza et al. (2000). Esta escala consta de 5 ítems donde se evalúa el grado de satisfacción global con la vida. Mediante un formato de respuesta tipo Likert de siete opciones de respuesta, siendo 1 completamente en desacuerdo y 7 completamente de acuerdo, los adolescentes señalan si estaban más o menos de acuerdo con el contenido de los ítems para

describirse a sí mismos. Un ejemplo de ítem sería “estoy satisfecho con mi vida”. La fiabilidad alfa de Cronbach alcanzada por la escala en este estudio fue de 0,84.

2.3. Procedimiento

El procedimiento seguido en esta investigación consistió en la pasación de una batería de cuestionarios a adolescentes que cursaban desde primero hasta cuarto de la ESO, primero y segundo de bachillerato, y primer y segundo año de diferentes grados medios (formación profesional). El procedimiento fue aprobado por el Comité Ético de la Universidad de Málaga (169-2023-H) y estaba de acorde con la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013).

La pasación de la batería de cuestionarios se realizó durante dos horas del horario escolar y únicamente participaron aquellos estudiantes cuyos padres, madres o familiares firmaron el consentimiento informado. Durante la administración de los instrumentos, se informó a los adolescentes de que su participación era voluntaria y anónima, garantizando en todo momento la confidencialidad de sus respuestas y resaltando la importancia de contestar con sinceridad. Además, se atendieron y resolvieron las dudas que plantearon para asegurar una adecuada comprensión de las instrucciones. La recogida de datos se realizó durante los años 2022-2024.

3. Resultados

A continuación, se presentan los datos extraídos de los diversos cuestionarios de la investigación. Para facilitar la comprensión de estos, se incluyen algunos comentarios generales sobre su interpretación y significado, destacándose los aspectos que puedan resultar de mayor interés. Los análisis fueron realizados con el paquete estadístico SPSS versión 25.0 para Windows.

3.1. Análisis descriptivo

En la Tabla 3 se ofrece el mínimo y el máximo de cada instrumento, la media (suma total de cada valor de la variable dividida por el total de casos) y la desviación típica (que indica la variabilidad de los datos respecto a una puntuación media) de las diversas escalas incluidas en este estudio.

Tabla 3. *Descriptivos estadísticos*

Escalas	Mínimo - Máximo	Media	Desviación típica
Uso problemático de Internet	20 - 100	42,95	12,58
Uso problemático del teléfono móvil	10 - 60	26,26	10,29
Uso problemático de las redes sociales	6 - 30	12,45	4,97
Inteligencia emocional (total)	1 - 7	4,65	1,02
Percepción intrapersonal	1 - 7	4,80	1,36
Percepción interpersonal	1 - 7	4,97	1,19
Asimilación emocional	1 - 7	4,64	1,39
Regulación emocional	1 - 7	4,19	1,46
Ideación suicida	1 - 5	1,84	1,03
Sintomatología depresiva	0 - 3	0,94	0,82
Satisfacción vital	1 - 5	4,71	1,37

Nota. N = 3057.

3.2. Prevalencias y diferencias de género

Para analizar las posibles diferencias de género entre las variables objeto de estudio se va a hacer uso de la prueba t de Student. Cuando la significación es menor de 0,05 existen diferencias de medias significativas entre chicos y chicas en las variables (en la tabla se observará en la columna donde aparece una p).

Asimismo, se hace uso del índice d de Cohen (Cohen, 1988) para analizar el tamaño de las diferencias encontradas. Para su análisis hay que tener en cuenta los siguientes rangos relativos:

- 1) Si el valor de la d de Cohen se encuentra entre 0,20 y 0,30 el tamaño de las diferencias es pequeño.
- 2) Si el valor de la d de Cohen se encuentra alrededor de 0,50 el tamaño de las diferencias es medio.
- 3) Si el valor de la d de Cohen se encuentra alrededor de 0,80 el tamaño de las diferencias es grande.

El signo (positivo o negativo) de la d de Cohen indica la dirección del efecto. Cuando es positivo significa que la primera media (en nuestros datos sería la media de la puntuación obtenida en los chicos) es mayor que la segunda media (en nuestros datos se refiere a la media obtenida en las chicas). Cuando el signo es negativo significa que la primera media es menor que la segunda media.

3.2.1. *Uso de las tecnologías*

3.2.1.1. **Uso de Internet**

La escala de uso problemático de Internet presenta varios rangos de puntuaciones que hay que tener presentes (Puerta-Cortés et al., 2012). Las puntuaciones totales obtenidas entre 20 y 49 consideran que quienes utilizan Internet tienen un control sobre su uso. El rango entre 50 y 79 puntos señala que quienes utilizan Internet experimentan problemas frecuentes debido a su uso. Finalmente, puntuaciones iguales o por encima de 80 significan que el uso que se hace de Internet causa problemas significativos en su vida. En este caso, los dos perfiles más frecuentes fueron el de control sobre el uso de Internet y el de problemas frecuentes debido al uso de Internet tanto en chicos como en chicas como puede observarse en la Tabla 4. Con respecto a

las diferencias de género no se observan diferencias significativas entre chicos y chicas. Teniendo en cuenta los datos descriptivos de este estudio, se observa que la media de las puntuaciones en chicos ($M = 43,42$) y en chicas ($M = 42,54$) se encuentran dentro del rango donde los participantes tienen un control sobre el uso que realizan de Internet (ver Tabla 5).

Tabla 4. Frecuencias y porcentajes de perfiles en uso problemático de Internet según el género

Perfiles	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Control del uso de Internet	1021	72,3	1195	72,7
Problemas frecuentes debido al uso de Internet	377	26,7	442	26,9
Problemas significativos debido al uso de Internet	15	1,1	7	0,4

Tabla 5. Diferencias de género en el uso problemático de Internet

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Uso problemático de Internet	43,42	12,99	42,54	12,21	1,92	0,55	-

Nota. D.T. (Desviación típica).

3.2.1.2. Uso del teléfono móvil

Con respecto al uso problemático del teléfono móvil, Kwon et al. (2013) establecieron un punto de corte para distinguir un uso excesivo del teléfono móvil, señalando que aquellas chicas que puntuaron 33 o más en la escala SAS-SV formaron parte del grupo de uso problemático del teléfono móvil, mientras que en los chicos el punto de corte fue obtener 31 puntos o más para formar parte de ese grupo. En este caso, el perfil más frecuentes fue el de uso problemático del teléfono móvil tanto en chicos como en chicas como puede observarse en la Tabla 6. Con respecto a las diferencias de género, sí se observan diferencias significativas de tamaño pequeño, encontrándose que las chicas presentan de media mayor uso problemático del móvil que los chicos. Teniendo en cuenta la media obtenida en este estudio de las puntuaciones de las

chicas ($M = 27,78$) y de los chicos ($M = 24,49$) se observa que ambos resultados están por debajo de los límites señalados en que el uso del móvil resulta ser excesivo interfiriendo en la vida de quienes lo están utilizando (ver Tabla 7).

Tabla 6. Frecuencias y porcentajes de perfiles en uso problemático del móvil según el género

Perfiles	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No uso problemático del móvil	366	25,9	526	32,0
Uso problemático del móvil	1047	74,1	1118	68,0

Tabla 7. Diferencias de género en el uso problemático del móvil

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Uso problemático del móvil	24,49	9,95	27,78	10,34	-8,95	< 0,001	-0,32

Nota. D.T. (Desviación típica).

3.2.1.3. Uso de las redes sociales

En relación con el uso problemático de las redes sociales, Bányai et al. (2017) han establecido como valor de corte 19 puntos, considerándose que aquellos adolescentes con puntuaciones iguales o superiores a 19 presentan un alto riesgo de uso problemático de ellas. En este caso, el perfil más frecuente fue el de no uso problemático de las redes sociales tanto en chicos como en chicas como se observa en la Tabla 8. Con respecto a las diferencias de género, sí se observan diferencias significativas de tamaño pequeño, encontrándose que las chicas presentan de media mayor uso problemático de las redes sociales que los chicos. Teniendo en cuenta la media obtenida en este estudio de las puntuaciones de las chicas ($M = 13,00$) y de los chicos ($M = 11,80$) se observa que ambos resultados se encuentran dentro del rango donde los participantes tienen un control sobre el uso que realizan de las redes sociales (ver Tabla 9).

Tabla 8. Frecuencias y porcentajes de perfiles en uso problemático de las redes sociales según el género

Perfiles	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No uso problemático de las RR.SS.	142	90,0	1383	84,1
Uso problemático de las RR.SS.	1271	10,0	261	15,9

Nota. D.T. (Desviación típica). RR.SS (Redes sociales).

Tabla 9. Diferencias de género en el uso problemático de las redes sociales

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Uso problemático de las RR.SS.	11,80	4,76	13,00	5,08	-6,73	< 0,001	-0,24

Nota. D.T. (Desviación típica). RR.SS. (Redes sociales).

3.2.2. Inteligencia emocional

Respecto a la inteligencia emocional y sus dimensiones, Extremera et al. (2019a) publicaron una tabla normativa para hombres españoles y otra para mujeres españolas donde se mostraban los diferentes puntos de corte. Se han tenido en cuenta estas tablas normativas para mostrar los diferentes perfiles en la puntuación total y las dimensiones en inteligencia emocional en la muestra de adolescentes. En este caso, los perfiles de inteligencia emocional total más frecuentes en los chicos fueron el perfil medio bajo y el bajo, mientras que en las chicas fue el perfil bajo y el medio bajo (ver Tabla 10).

Con respecto a las dimensiones de inteligencia emocional (ver tabla 11), en chicos los perfiles alto y medio alto fueron los más frecuentes en percepción intrapersonal, mientras que los perfiles bajo y medio bajo fueron los más prevalentes en percepción interpersonal. Por su parte, las chicas presentaron más frecuentemente los perfiles bajo y medio bajo, y los perfiles bajo y alto en percepción intrapersonal y percepción interpersonal, respectivamente. En asimilación emocional los perfiles más frecuentes fueron bajo y medio bajo tanto en chicos como en chicas. Finalmente, en la dimensión de regulación emocional los chicos presentaron más frecuentemente los perfiles medio bajo y bajo, mientras que en las chicas los más frecuentes fueron bajo y medio alto.

Tabla 10. Frecuencias y porcentajes de perfiles en inteligencia emocional según el género

Perfil en inteligencia emocional total	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	130	9,2	340	20,7
Bajo	374	26,5	494	30,0
Medio bajo	404	28,6	362	22,0
Medio alto	284	20,1	240	14,6
Alto	280	12,7	188	11,4
Muy alto	41	2,9	20	1,2

Tabla 11. Frecuencias y porcentajes de perfiles en las dimensiones de inteligencia emocional según el género

Perfil	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Percepción intrapersonal				
Muy bajo	132	9,3	323	19,6
Bajo	243	17,2	475	28,9
Medio bajo	280	19,8	342	20,8
Medio alto	329	23,3	212	12,9
Alto	337	23,8	207	12,6
Muy alto	92	6,5	85	5,2
Percepción interpersonal				
Muy bajo	117	8,3	139	8,5
Bajo	293	20,7	443	26,9
Medio bajo	455	32,2	300	18,2
Medio alto	204	14,4	284	17,3
Alto	274	19,4	337	20,5
Muy alto	70	5,0	141	8,6
Asimilación emocional				
Muy bajo	160	11,3	263	16,0
Bajo	351	24,8	453	27,6
Medio bajo	278	19,7	340	20,7
Medio alto	263	18,6	314	19,1
Alto	275	19,5	196	11,9
Muy alto	86	6,1	78	4,7
Regulación emocional				
Muy bajo	155	11,0	266	16,2
Bajo	292	20,7	528	32,1
Medio bajo	342	24,2	310	18,9
Medio alto	312	22,1	328	20,0
Alto	226	16,0	143	8,7
Muy alto	86	6,1	69	4,2

Con respecto a las diferencias de género, sí se observan diferencias significativas con un tamaño entre pequeño y medio, encontrándose que los chicos presentan de media mayor percepción intrapersonal, asimilación emocional, regulación emocional e inteligencia emocional total que las chicas (ver Tabla 12). Por su parte, las chicas presentan de media mayor percepción interpersonal que los chicos.

Tabla 12. *Diferencias de género en inteligencia emocional y sus dimensiones*

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Percepción intrapersonal	5,07	1,33	4,58	1,34	10,08	< 0,001	0,37
Percepción interpersonal	4,72	1,22	5,18	1,12	-10,83	< 0,001	-0,40
Asimilación emocional	4,77	1,43	4,52	1,34	5,06	< 0,001	0,19
Regulación emocional	4,51	1,42	3,92	1,43	11,41	< 0,001	0,41
Inteligencia emocional total	4,77	1,04	4,55	0,99	5,93	< 0,001	0,22

Nota. D.T. (Desviación típica).

3.2.3. Ideación suicida

En la Tabla 13 pueden observarse las diferencias de género en ideación suicida, encontrándose que las chicas ($M = 2,06$) presentan de media más ideación suicida que los chicos ($M = 1,58$). Esta diferencia es estadísticamente significativa y de tamaño medio.

Tabla 13. *Diferencias de género en ideación suicida*

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Ideación suicida	1,58	0,87	2,06	1,11	-13,55	< 0,001	-0,48

Nota. D.T. (Desviación típica).

3.2.4. Sintomatología depresiva

En la Tabla 14 pueden observarse las diferencias de género en sintomatología depresiva, encontrándose que, las chicas ($M = 1,07$) presentan de media más sintomatología depresiva que los chicos ($M = 0,79$). Esta diferencia es estadísticamente significativa y de tamaño pequeño.

Tabla 14. *Diferencias de género en sintomatología depresiva*

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Sintomatología depresiva	0,79	0,74	1,07	0,86	-9,58	< 0,001	-0,34

Nota. D.T. (Desviación típica).

3.2.5. Satisfacción vital

En la Tabla 15 pueden observarse las diferencias de género en satisfacción vital, encontrándose que, los chicos ($M = 4,92$) presentan de media más satisfacción vital que las chicas ($M = 4,52$). Esta diferencia es estadísticamente significativa y de tamaño pequeño.

Tabla 15. *Diferencias de género en satisfacción vital*

	Chicos (n = 1413)		Chicas (n = 1644)		<i>t</i> de Student		<i>d</i> de Cohen
	Media	D.T.	Media	D.T.	<i>t</i>	<i>p</i>	
Satisfacción vital	4,92	1,31	4,52	1,40	8,10	< 0,001	0,29

Nota. D.T. (Desviación típica).

3.3. Análisis de frecuencias según el género

3.3.1. Uso problemático de Internet

El análisis de los datos de la escala de adicción a Internet en chicos refleja, como puede observarse en la Tabla 16, la frecuencia con la que los adolescentes han llevado a cabo cada

uno de los usos de Internet que pueden afectar a su rutina diaria, su vida social, su productividad, sus patrones de sueño y sus sentimientos. El porcentaje mayor de respuesta de los participantes ha recaído en las opciones de “rara vez”, “ocasionalmente” y “de vez en cuando”. Como excepción, se encuentra la pregunta número 1 “¿Con qué frecuencia te conectas a Internet más de lo previsto?” donde el 32,1% han respondido que lo hace a menudo, mientras que un 24,8% lo hace de vez en cuando.

Tabla 16. *Porcentajes en las respuestas al uso problemático de Internet en chicos*

ÍTEM	1 Rara vez	2 Ocasional- mente	3 De vez en cuando	4 A menudo	5 Siempre
1. ¿Con qué frecuencia te conectas a Internet más de lo previsto?	9,8	12,6	24,8	32,1	20,7
2. ¿Con qué frecuencia descuidas las actividades de la casa para estar más tiempo conectado?	28,7	28,3	24,3	14,1	4,6
3. ¿Con qué frecuencia prefieres más la emoción que te produce estar conectado a la intimidad con su pareja o la relación directa con tus amigos?	46,0	15,1	17,4	12,5	9,1
4. ¿Con qué frecuencia forma nuevas relaciones con usuarios de Internet?	40,6	23,0	16,2	13,8	6,4
5. ¿Con qué frecuencia las personas cercanas a ti se quejan por la cantidad de tiempo que permaneces conectado?	53,6	20,4	13,7	6,9	5,4
6. ¿Con qué frecuencia tus calificaciones o actividades académicas se afectan negativamente por la cantidad de tiempo que permaneces en Internet?	43,0	23,3	16,1	9,9	7,6
7. ¿Con qué frecuencia revisas tu correo electrónico antes de realizar otra tarea que necesitas hacer?	56,8	18,0	12,2	7,9	5,2
8. ¿Con qué frecuencia el tiempo que pasas en Internet afecta negativamente tu desempeño o productividad en el instituto?	41,2	27,7	17,1	8,4	5,6

ÍTEM	1 Rara vez	2 Ocasional- mente	3 De vez en cuando	4 A menudo	5 Siempre
9. ¿Con qué frecuencia estás a la defensiva o te muestras reservado cuando alguien te pregunta qué haces en Internet?	51,7	20,2	14,5	8,3	5,2
10. ¿Con qué frecuencia bloqueas los pensamientos desagradables de tu vida con pensamientos agradables relacionados con Internet?	34,8	22,0	20,3	13,9	8,9
11. ¿Con qué frecuencia anticipas cuando estarás conectado de nuevo?	30,4	26,9	20,7	14,4	7,7
12. ¿Con qué frecuencia temes que la vida sin Internet sería aburrida, vacía o triste?	36,6	24,4	18,7	11,8	8,5
13. ¿Con qué frecuencia te enojas si alguien te molesta mientras estás conectado?	42,0	25,6	18,8	7,9	5,8
14. ¿Con qué frecuencia te quedas sin dormir por conectarte durante la noche?	53,4	18,1	13,9	8,9	5,7
15. ¿Con qué frecuencia te sientes preocupado por no estar conectado o imaginas estarlo?	61,1	20,7	9,8	5,7	2,6
16. ¿Con qué frecuencia dices: “unos minutos más”, cuando estás conectado?	24,1	21,7	21,0	17,4	15,8
17. ¿Con qué frecuencia tratas de disminuir el tiempo que pasas en Internet y no lo logras?	40,1	22,8	18,9	11,0	7,2
18. ¿Con qué frecuencia intentas ocultar el tiempo que permaneces conectado?	60,1	18,8	11,5	5,3	4,3
19. ¿Con qué frecuencia prefieres pasar más tiempo en Internet que salir con otras personas?	57,0	20,2	12,1	6,7	4,0
20. ¿Con qué frecuencia te sientes deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estás conectado, pero te sientes mejor cuando te conectas de nuevo?	60,9	17,0	11,5	6,4	4,2

El análisis de los datos de la escala de adicción a Internet en chicas refleja, como puede observarse en la Tabla 17, la frecuencia con la que las adolescentes han llevado a cabo cada uno de los usos de Internet que pueden afectar a su rutina diaria, su vida social, su productividad, sus patrones de sueño y sus sentimientos. El porcentaje mayor de respuesta de las participantes ha recaído en las opciones de “rara vez”, “ocasionalmente” y “de vez en cuando”. Como excepción, se encuentra la pregunta número 1 “¿Con qué frecuencia te conectas a Internet más de lo previsto?” donde el 36,6% han respondido que lo hace a menudo, mientras que un 25,8% lo hace siempre.

Tabla 17. *Porcentajes en las respuestas al uso problemático de Internet en chicas*

ÍTEM	1 Rara vez	2 Ocasional- mente	3 De vez en cuando	4 A menudo	5 Siempre
1. ¿Con qué frecuencia te conectas a Internet más de lo previsto?	5,8	10,7	21,2	36,6	25,8
2. ¿Con qué frecuencia descuidas las actividades de la casa para estar más tiempo conectado?	25,4	22,7	30,6	17,5	3,8
3. ¿Con qué frecuencia prefieres más la emoción que te produce estar conectado a la intimidad con su pareja o la relación directa con tus amigos?	52,9	13,3	15,6	10,2	8,1
4. ¿Con qué frecuencia forma nuevas relaciones con usuarios de Internet?	55,1	18,1	13,3	9,2	4,3
5. ¿Con qué frecuencia las personas cercanas a ti se quejan por la cantidad de tiempo que permaneces conectado?	50,6	22,0	15,3	8,3	3,8
6. ¿Con qué frecuencia tus calificaciones o actividades académicas se afectan negativamente por la cantidad de tiempo que permaneces en Internet?	46,7	23,0	16,3	9,8	4,3
7. ¿Con qué frecuencia revisas tu correo electrónico antes de realizar otra tarea que necesitas hacer?	57,3	16,8	13,1	8,6	4,1
8. ¿Con qué frecuencia el tiempo que pasas en Internet afecta negativamente tu desempeño o productividad en el instituto?	43,5	25,9	17,8	8,8	4,1

ÍTEM	1 Rara vez	2 Ocasional- mente	3 De vez en cuando	4 A menudo	5 Siempre
9. ¿Con qué frecuencia estás a la defensiva o te muestras reservado cuando alguien te pregunta qué haces en Internet?	60,9	17,2	11,8	6,8	3,6
10. ¿Con qué frecuencia bloqueas los pensamientos desagradables de tu vida con pensamientos agradables relacionados con Internet?	37,8	22,7	18,1	12,9	8,5
11. ¿Con qué frecuencia anticipas cuando estarás conectado de nuevo?	43,2	25,2	17,5	9,9	4,2
12. ¿Con qué frecuencia temes que la vida sin Internet sería aburrida, vacía o triste?	36,9	22,9	19,1	13,0	8,2
13. ¿Con qué frecuencia te enojas si alguien te molesta mientras estás conectado?	48,7	25,1	16,3	6,2	3,6
14. ¿Con qué frecuencia te quedas sin dormir por conectarte durante la noche?	48,3	20,4	15,5	11,5	4,4
15. ¿Con qué frecuencia te sientes preocupado por no estar conectado o imaginas estarlo?	64,3	20,1	9,5	4,4	1,6
16. ¿Con qué frecuencia dices: “unos minutos más”, cuando estás conectado?	17,5	22,1	20,9	23,6	15,9
17. ¿Con qué frecuencia tratas de disminuir el tiempo que pasas en Internet y no lo logras?	30,6	21,9	20,7	16,1	10,8
18. ¿Con qué frecuencia intentas ocultar el tiempo que permaneces conectado?	60,0	17,3	12,2	7,8	2,7
19. ¿Con qué frecuencia prefieres pasar más tiempo en Internet que salir con otras personas?	67,8	14,5	9,7	5,6	2,4
20. ¿Con qué frecuencia te sientes deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estás conectado, pero te sientes mejor cuando te conectas de nuevo?	62,7	19,3	9,5	5,1	3,3

3.3.2. Uso problemático del teléfono móvil

El análisis de los datos de la escala de adicción al teléfono móvil en chicos refleja, como puede observarse en la Tabla 18, el uso problemático que los adolescentes pueden llevar a cabo con él. Un 7,1% de los participantes está completamente de acuerdo en haber perdido tareas, actividades o trabajos que previamente tenían planificados debido a la utilización de su teléfono móvil (ítem 1) y un 8,9% está completamente de acuerdo en que no pueden estar sin él (ítem 4). Un 7,2% está de acuerdo en que debido al uso del teléfono móvil ha tenido problemas de concentración mientras hacía sus tareas o trabajaba (ítem 2) y un 11,5% está de acuerdo en que utiliza el teléfono móvil más de lo que había previsto inicialmente (ítem 11).

Tabla 18. Porcentajes en las respuestas al uso problemático del móvil en chicos

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Más bien de acuerdo	5 De acuer- do	6 Comple- tamente de acuerdo
1. Debido al uso del teléfono móvil he perdido tareas/actividades/trabajos/etc. previamente planificados.	40,1	20,6	14,2	12,0	6,0	7,1
2. Debido al uso del teléfono móvil he tenido problemas de concentración (en clase, en el trabajo, etc.), mientras hacía mis tareas (deberes, etc.) o mientras trabajaba.	26,0	20,5	19,0	16,5	10,8	7,3
3. Debido al uso del teléfono móvil he sentido dolor en alguna de mis muñecas o detrás del cuello (por ejemplo, en la nuca, etc.	45,4	18,7	12,6	11,2	7,2	5,0
4. No puedo estar sin mi teléfono móvil.	34,3	18,3	15,3	15,4	7,8	8,9
5. Me siento impaciente e inquieto cuando no tengo mi teléfono móvil.	41,6	21,9	13,9	10,9	5,7	5,9
6. Tengo mi teléfono móvil en mente incluso cuando no lo uso.	47,9	25,2	12,8	7,6	3,6	2,9

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Más bien de acuerdo	5 De acuer- do	6 Comple- tamente de acuerdo
7. No dejaré de usar mi teléfono móvil incluso si mi vida cotidiana está realmente afectada por éste.	56,6	20,9	11,2	5,4	3,0	2,8
8. Estoy comprobando constantemente mi teléfono móvil para no perderme conversaciones con otras personas en las redes sociales (como Twitter, Facebook, etc.).	32,8	20,2	16,1	15,7	8,6	6,6
9. Uso mi teléfono móvil más de lo que había previsto inicialmente.	22,7	17,9	21,0	18,0	11,5	8,8
10. La gente de mi alrededor me dice que uso demasiado mi teléfono móvil.	45,8	21,6	13,0	9,6	5,4	4,6

El análisis de los datos de la escala de uso problemático del teléfono móvil en chicas refleja, como puede observarse en la Tabla 19, el mal uso que las adolescentes pueden llevar a cabo con el teléfono móvil. Un 4,6% de las participantes está completamente de acuerdo en haber perdido tareas, actividades o trabajos que previamente tenían planificados debido a la utilización de su teléfono móvil (ítems 1) y un 14,1% está completamente de acuerdo en que no pueden estar sin él (ítem 4). Un 14,4% está de acuerdo en que debido al uso del teléfono móvil ha tenido problemas de concentración mientras hacía sus tareas o trabajaba (ítem 2).

Además, un 20,3% está más bien de acuerdo en que comprueban constantemente su teléfono móvil para no perderse conversaciones con otros a través de las redes sociales (ítem 8) y un 16,9% está de acuerdo en que utiliza su teléfono móvil más de lo que habían previsto inicialmente (ítem 9).

Tabla 19. *Porcentajes en las respuestas al uso problemático del móvil en chicas*

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Más bien de acuerdo	5 De acuer- do	6 Comple- tamente de acuerdo
1. Debido al uso del teléfono móvil he perdido tareas/actividades/trabajos/etc. previamente planificados.	40,5	21,4	12,2	13,8	7,5	4,6
2. Debido al uso del teléfono móvil he tenido problemas de concentración (en clase, en el trabajo, etc.), mientras hacía mis tareas (deberes, etc.) o mientras trabajaba.	20,0	19,4	15,3	21,8	14,4	9,2
3. Debido al uso del teléfono móvil he sentido dolor en alguna de mis muñecas o detrás del cuello (por ejemplo, en la nuca, etc.	36,4	18,1	13,2	15,5	11,1	5,7
4. No puedo estar sin mi teléfono móvil.	20,4	16,1	17,7	17,5	14,3	14,1
5. Me siento impaciente e inquieto cuando no tengo mi teléfono móvil.	31,8	21,7	15,8	13,3	10,3	7,2
6. Tengo mi teléfono móvil en mente incluso cuando no lo uso.	40,6	24,6	15,7	9,5	5,5	4,1
7. No dejaré de usar mi teléfono móvil incluso si mi vida cotidiana está realmente afectada por éste.	48,8	22,0	13,3	8,5	3,9	3,4
8. Estoy comprobando constantemente mi teléfono móvil para no perderme conversaciones con otras personas en las redes sociales (como Twitter, Facebook, etc.).	21,6	18,2	16,8	20,3	12,8	10,2
9. Uso mi teléfono móvil más de lo que había previsto inicialmente.	14,4	16,4	15,4	24,3	16,9	12,7
10. La gente de mi alrededor me dice que uso demasiado mi teléfono móvil.	35,8	22,0	15,3	13,1	7,1	6,6

3.3.3. *Uso problemático de las redes sociales*

El análisis de los datos de la escala de uso problemático de redes sociales en chicos refleja, como puede observarse en la Tabla 20, que los porcentajes más altos de frecuencia sobre este uso problemático, en el último año se agrupan en torno al casi nunca seguido de algunas veces. También, se observa que el 36,0% de los adolescentes algunas veces ha pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso (ítem 1) y el 26,9% algunas veces ha usado las redes sociales para olvidar tus problemas personales (ítem 3). Asimismo, el 26,3% reconoce haber tenido algunas veces un deseo cada vez mayor de usar más y más las redes sociales (ítem 2).

Tabla 20. *Porcentajes en las respuestas al uso problemático de las redes sociales en chicos*

ÍTEM	1 Casi nunca	2 Algunas veces	3 La mitad de las veces	4 La mayoría de las veces	5 Casi siempre
1. ¿Con que frecuencia has pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso?	40,0	36,0	13,9	6,6	3,5
2. ¿Con que frecuencia has tenido un deseo cada vez mayor de usar más y más las redes sociales?	55,9	26,3	10,7	4,5	2,5
3. ¿Con que frecuencia has usado las redes sociales para olvidar tus problemas personales?	37,6	26,9	16,3	11,2	8,0
4. ¿Con que frecuencia has intentado reducir el uso de redes sociales, pero no has podido?	49,1	26,2	12,5	8,0	4,2
5. ¿Con que frecuencia te has sentido nervioso o molesto cuando te han prohibido usar las redes sociales?	44,9	25,3	15,3	8,7	5,9
6. ¿Con que frecuencia has usado las redes sociales que ello ha tenido un impacto negativo en tus estudios?	52,7	23,6	11,7	6,5	5,4

El análisis de los datos de la escala de uso problemático de redes sociales en chicas refleja, como puede observarse en la Tabla 21, que los porcentajes más altos de frecuencia sobre este uso problemático, en el último año se agrupan en torno al casi nunca y a algunas veces. También, se observa que el 38,4% de las adolescentes algunas veces ha pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso (ítem 1) y el 29,4% algunas veces ha intentado

reducir el uso de redes sociales, pero no has podido (ítem 4). Asimismo, el 27,8% reconoce haber usado las redes sociales para olvidar tus problemas personales (ítem 3).

Tabla 21. *Porcentajes en las respuestas al uso problemático del móvil en chicas*

ÍTEM	1 Casi nunca	2 Algunas veces	3 La mitad de las veces	4 La mayoría de las veces	5 Casi siempre
1. ¿Con que frecuencia has pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso?	34,5	38,4	14,4	9,1	3,6
2. ¿Con que frecuencia has tenido un deseo cada vez mayor de usar más y más las redes sociales?	55,8	26,9	10,0	5,2	2,1
3. ¿Con que frecuencia has usado las redes sociales para olvidar tus problemas personales?	22,5	27,8	18,2	15,7	15,8
4. ¿Con que frecuencia has intentado reducir el uso de redes sociales, pero no has podido?	34,7	29,4	16,9	11,2	7,8
5. ¿Con que frecuencia te has sentido nervioso o molesto cuando te han prohibido usar las redes sociales?	39,8	26,2	12,6	12,0	9,4
6. ¿Con que frecuencia has usado las redes sociales que ello ha tenido un impacto negativo en tus estudios?	50,3	26,1	9,2	8,8	5,5

3.3.4. *Inteligencia emocional*

3.3.4.1. **Percepción intrapersonal**

El análisis de los datos de la subescala de percepción intrapersonal en chicos, como puede observarse en la Tabla 22, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en cada ítem, que un 24,5% está de acuerdo en que la mayoría de las veces sabe distinguir por qué tiene ciertos sentimientos (ítem 1), un 21,9% está de acuerdo con respecto a tener una buena comprensión de sus propias emociones (ítem 5), un 24,1% está completamente de acuerdo en realmente comprender lo que él siente (ítem 9) y un 40,3% está completamente de acuerdo en que siempre sabe si está o no está feliz (ítem 13).

Tabla 22. Porcentajes en las respuestas a la percepción intrapersonal en chicos

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
1. La mayoría de las veces sé distinguir porqué tengo ciertos sentimientos.	7,2	5,8	6,9	15,9	17,2	24,5	22,5
5. Tengo una buena comprensión de mis propias emociones.	5,9	5,2	8,7	17,3	20,5	21,9	20,6
9. Realmente comprendo lo que yo siento.	5,9	5,0	8,5	15,4	18,0	23,2	24,1
13. Siempre sé si estoy o no estoy feliz.	4,7	3,8	7,3	11,7	13,7	18,5	40,3

El análisis de los datos de la subescala de percepción intrapersonal en chicas, como puede observarse en la Tabla 23, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en cada ítem, que un 23,7% está de acuerdo en que la mayoría de las veces sabe distinguir porqué tiene ciertos sentimientos (ítem 1), un 22,1% no está ni de acuerdo ni en desacuerdo con respecto a tener una buena comprensión de sus propias emociones (ítem 5), un 23,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo en realmente comprender lo que ella siente (ítem 9) y un 27,1% está completamente de acuerdo en que siempre sabe si está o no está feliz (ítem 13).

Tabla 24. Porcentajes en las respuestas a la percepción intrapersonal en chicas

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
1. La mayoría de las veces sé distinguir porqué tengo ciertos sentimientos.	6,3	7,5	10,1	19,5	19,2	23,7	13,8
5. Tengo una buena comprensión de mis propias emociones.	7,4	10,2	12,3	22,1	18,4	17,8	11,8
9. Realmente comprendo lo que yo siento.	8,6	9,2	11,7	23,5	17,2	17,6	12,3

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
13. Siempre sé si estoy o no estoy feliz.	4,5	7,4	8,7	17,5	14,7	20,1	27,1

3.3.4.2. Percepción interpersonal

El análisis de los datos de la subescala de percepción interpersonal en chicos, como puede observarse en la Tabla 25, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en cada ítem, que un 24,0% está más bien de acuerdo en que conoce siempre las emociones de sus amigos a través de sus comportamientos (ítem 2), un 21,7% está de acuerdo en que es un buen observador de las emociones de los demás (ítem 6), un 19,7% está ni de acuerdo ni en desacuerdo en que es sensible a los sentimientos y emociones de los demás (ítem 10) y un 23,4% está más bien de acuerdo en que tiene una buena comprensión de las emociones de las personas que lo rodean (ítem 14).

Tabla 25. Porcentajes en las respuestas a la evaluación de emociones de los demás en chicos

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
2. Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos.	3,1	5,0	8,4	17,2	24,0	21,9	20,5
6. Soy un buen observador de las emociones de los demás.	5,5	5,7	9,2	18,1	20,3	21,7	19,5
10. Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás.	12,7	11,5	11,8	19,7	15,4	15,3	13,5
14. Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean.	4,2	4,8	7,9	20,0	23,4	22,1	17,6

El análisis de los datos de la subescala de percepción interpersonal en chicas, como puede observarse en la Tabla 26, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en

cada ítem, que un 26,5% está de acuerdo en que conoce siempre las emociones de sus amigos a través de sus comportamientos (ítem 2), un 26,8% está completamente de acuerdo en que es una buena observadora de las emociones de los demás (ítem 6), un 25,6% está completamente de acuerdo en que es sensible a los sentimientos y emociones de los demás (ítem 10) y un 28,1% está de acuerdo en que tiene una buena comprensión de las emociones de las personas que la rodean (ítem 14).

Tabla 26. Porcentajes en las respuestas a la evaluación de emociones de los demás en chicas

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
2. Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos.	2,2	4,0	4,9	15,5	25,6	26,5	21,3
6. Soy un buen observador de las emociones de los demás.	3,1	3,5	4,9	15,5	20,4	25,9	26,8
10. Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás.	5,7	6,3	8,1	15,3	20,2	18,9	25,6
14. Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean.	2,6	2,5	6,1	18,3	21,0	28,1	21,3

3.3.4.3. Asimilación emocional

El análisis de los datos de la subescala de asimilación emocional en chicos, como puede observarse en la Tabla 27, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en cada ítem, que un 26,4% está completamente de acuerdo en que siempre se fija metas y luego intenta hacerlo lo mejor para alcanzarlas (ítem 3), un 20,9% está ni de acuerdo ni en desacuerdo con respecto a si siempre se dice a sí mismo que es una persona competente (ítem 7), un 19,7% está completamente de acuerdo con respecto a ser una persona auto-motivadora (ítem 11) y un 25,6% está completamente de acuerdo en que siempre se anima a sí mismo para hacerlo lo mejor que pueda (ítem 15).

Tabla 27. *Porcentajes en las respuestas a la asimilación emocional en chicos*

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
3. Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas.	4,5	6,2	9,2	14,1	20,2	19,4	26,4
7. Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente.	9,4	6,7	10,5	20,9	16,3	18,0	18,3
11. Soy una persona auto-motivadora.	9,4	7,8	10,8	18,3	17,3	16,6	19,7
15. Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda.	5,9	5,9	8,8	16,3	17,3	20,3	25,6

El análisis de los datos de la subescala de asimilación emocional en chicas, como puede observarse en la Tabla 28, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en cada ítem, que un 24,7% está completamente de acuerdo en que siempre se fija metas y luego intenta hacerlo lo mejor para alcanzarlas (ítem 3), un 26,6% está ni de acuerdo ni en desacuerdo con respecto a si siempre se dice a sí mismo que es una persona competente (ítem 7), un 21,0% está ni de acuerdo ni en desacuerdo con respecto a ser una persona auto-motivadora (ítem 11) y un 19,7% está completamente de acuerdo en que siempre se anima a sí mismo para hacerlo lo mejor que pueda (ítem 15).

Tabla 28. *Porcentajes en las respuestas a la asimilación emocional en chicas*

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
3. Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas.	3,9	5,1	8,1	16,4	17,5	24,3	24,7
7. Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente.	11,4	10,2	12,0	26,6	14,0	14,7	11,1

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
11. Soy una persona auto-motivadora.	11,6	11,2	11,3	21,0	16,3	14,5	14,1
15. Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda.	7,1	8,3	9,5	17,9	18,7	18,9	19,7

3.3.4.4. Regulación emocional

El análisis de los datos de la subescala de regulación emocional en chicos, como puede observarse en la Tabla 29, muestra, teniendo en cuenta los porcentajes más altos señalados en cada ítem, que un 20,4% está ni de acuerdo ni en desacuerdo con respecto a ser capaz de controlar su temperamento y manejar las dificultades de manera racional (ítem 4), un 21,4% está de acuerdo con ser capaz de controlar sus propias emociones (ítem 8), un 17,6% está ni de acuerdo ni en desacuerdo con poderse calmar fácilmente cuando se siento enfadado (ítem 12) y un 20,3% está más bien de acuerdo con tener un buen control de sus propias emociones (ítem 16).

Tabla 29. Porcentajes en las respuestas a la regulación emocional en chicos

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
4. Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional.	6,7	7,4	10,5	20,4	18,5	20,2	16,3
8. Soy capaz de controlar mis propias emociones.	7,3	6,4	8,6	17,1	19,3	21,4	19,9
12. Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado.	15,6	12,4	14,7	17,6	15,4	11,2	13,2
16. Tengo un buen control de mis propias emociones.	7,1	6,2	9,9	18,6	20,3	20,2	17,7

El análisis de los datos de la subescala de regulación emocional en chicas, como puede observarse en la Tabla 30, muestra que los porcentajes más altos se encuentran en la opción “ni

de acuerdo ni en desacuerdo” en cada uno de los ítems que compone la subescala: ítem 4 “Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional” (24,4%), ítem 8 “Soy capaz de controlar mis propias emociones” (22,4%), e ítem 16 “Tengo un buen control de mis propias emociones” (24,2%). Como excepción se encuentra el ítem 12 “Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado”, donde la opción de respuesta mayoritaria fue “completamente de acuerdo” (27,1%).

Tabla 30. Porcentajes en las respuestas a la regulación emocional en chicas

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
4. Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional.	10,3	10,4	13,7	24,4	16,6	14,6	10,0
8. Soy capaz de controlar mis propias emociones.	11,4	11,1	13,4	22,4	16,5	15,0	10,2
12. Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado.	4,5	7,4	8,7	17,5	14,7	20,1	27,1
16. Tengo un buen control de mis propias emociones.	10,7	11,0	14,2	24,2	16,1	15,4	8,5

3.3.5. Ideación suicida

El análisis de los datos de la escala de ideación suicida en chicos, como puede observarse en la Tabla 31, muestra que el porcentaje más alto de la frecuencia con la que los participantes han tenido, durante el último año, pensamientos suicidas ha sido de “nunca” en los cinco ítems que conforman la escala: 75,2% para el ítem 1 “¿Has pensado en hacerte daño?”, 73,1% para el ítem 2 “¿Has creído que no merecías vivir?”, 53,5% para el ítem 3 “¿Te has preguntado qué pasaría si pusieses fin a tu vida?”, 79,0% para el ítem 4 “¿Has pensado en suicidarte?” y 71,5% para el ítem 5 “¿Has deseado no existir?”. Le sigue la opción “rara vez”, estando el porcentaje por debajo del 20% en cada ítem.

Tabla 31. *Porcentajes en las respuestas de ideación suicida en chicos*

ÍTEM	1	2	3	4	5
<i>Por favor, indica, durante los últimos doce meses ¿con qué frecuencia ...</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	A menudo	Casi todos los días
1. ...has pensado en hacerte daño?	75,2	12,7	6,9	2,5	2,6
2. ...has creído que no merecías vivir?	73,1	13,5	6,9	3,8	2,7
3. ...te has preguntado qué pasaría si pusieses fin a tu vida?	53,5	18,0	14,0	7,7	6,8
4. ...has pensado en suicidarte?	79,0	10,3	6,1	2,2	2,5
5. ...has deseado no existir?	71,5	11,9	8,1	4,0	4,6

El análisis de los datos de la escala de ideación suicida en chicas, como puede observarse en la Tabla 32, muestra que el porcentaje más alto de la frecuencia con la que las participantes han tenido, durante el último año, pensamientos suicidas ha sido de “nunca” en los cinco ítems que conforman la escala: 55,4% para el ítem 1 “¿Has pensado en hacerte daño?”, 49,6% para el ítem 2 “¿Has creído que no merecías vivir?”, 36,4% para el ítem 3 “¿Te has preguntado qué pasaría si pusieses fin a tu vida?”, 66,2% para el ítem 4 “¿Has pensado en suicidarte?” y 41,3% para el ítem 5 “¿Has deseado no existir?”. Le sigue la opción “rara vez”, estando el porcentaje por debajo del 20% en cada ítem, excepto en el ítem 5 (20,1%).

Tabla 32. *Porcentajes en las respuestas de ideación suicida en chicas*

ÍTEM	1	2	3	4	5
<i>Por favor, indica, durante los últimos doce meses ¿con qué frecuencia ...</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	A menudo	Casi todos los días
1. ...has pensado en hacerte daño?	55,4	16,2	16,5	7,9	4,0
2. ...has creído que no merecías vivir?	49,6	17,4	18,0	8,4	6,6
3. ...te has preguntado qué pasaría si pusieses fin a tu vida?	36,4	18,5	22,7	12,8	9,6
4. ...has pensado en suicidarte?	66,2	13,0	11,5	4,6	4,7
5. ...has deseado no existir?	41,3	20,1	18,8	10,2	9,6

3.3.6. Sintomatología depresiva

El análisis de los datos de la subescala de depresión en chicos refleja, como puede observarse en la Tabla 33, la frecuencia en que cada uno de los ítems le ocurrió a los adolescentes durante la semana pasada. Los porcentajes más altos señalan que la opción más marcada fue “no me pasó” en cada ítem de la subescala: ítem 3 “No podía sentir ningún sentimiento positivo” (53,1%), ítem 5 “Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas”

(42,7%), ítem 10 “He sentido que no había nada que me ilusionara” (50,7%), ítem 13 “Me sentí triste y deprimido” (45,3%), ítem 16 “No me pude entusiasmar por nada” (57,5%), ítem 17 “Sentí que valía muy poco como persona” (60,9%) e ítem 21 “Sentí que la vida no tenía ningún sentido” (64,7%).

Tabla 33. Porcentajes en las respuestas de sintomatología depresiva en chicos

ÍTEM	0 No me pasó	1 Me pasó un poco, o durante parte del tiempo	2 Me pasó bastante, o durante una buena parte del tiempo	3 Me pasó mucho, o durante la mayor parte del tiempo
3. No podía sentir ningún sentimiento positivo	53,1	25,9	13,0	8,0
5. Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	42,7	28,2	19,5	9,6
10. He sentido que no había nada que me ilusionara	50,7	22,6	16,5	10,2
13. Me sentí triste y deprimido	45,3	28,6	17,6	8,6
16. No me pude entusiasmar por nada	57,5	21,2	13,5	7,8
17. Sentí que valía muy poco como persona	60,9	19,0	10,8	9,2
21. Sentí que la vida no tenía ningún sentido	64,7	14,9	10,8	9,6

El análisis de los datos de la subescala de depresión en chicas refleja, como puede observarse en la Tabla 34, la frecuencia en que cada uno de los ítems le ocurrió a las adolescentes durante la semana pasada. Los porcentajes más altos señalan que la opción más marcada fue “no me pasó” en cada ítem de la subescala: ítem 3 “No podía sentir ningún sentimiento positivo” (38,9%), ítem 10 “He sentido que no había nada que me ilusionara” (41,9%), ítem 16 “No me pude entusiasmar por nada” (52,0%), ítem 17 “Sentí que valía muy poco como persona” (43,1%) e ítem 21 “Sentí que la vida no tenía ningún sentido” (53,6%). Como excepción, se encuentran el ítem 5 “Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas” y el ítem 13 “Me sentí triste y deprimido”, donde la opción más marcada fue “Me pasó un poco, o durante parte del tiempo” con un 31,3% y un 30,8%, respectivamente.

Tabla 34. *Porcentajes en las respuestas de sintomatología depresiva en chicas*

ÍTEM	0 No me pasó	1 Me pasó un poco, o durante parte del tiempo	2 Me pasó bastante, o durante una buena parte del tiempo	3 Me pasó mucho, o durante la mayor parte del tiempo
3. No podía sentir ningún sentimiento positivo	38,9	31,4	16,8	12,9
5. Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	30,5	31,3	22,1	16,1
10. He sentido que no había nada que me ilusionara	41,9	24,5	17,6	16,0
13. Me sentí triste y deprimido	28,2	30,8	23,0	18,1
16. No me pude entusiasmar por nada	52,0	24,2	13,4	10,4
17. Sentí que valía muy poco como persona	43,1	23,2	14,8	18,9
21. Sentí que la vida no tenía ningún sentido	53,6	17,8	14,1	14,4

3.3.7. Satisfacción vital

El análisis de los datos de la escala de satisfacción vital en chicos refleja, como puede observarse en la Tabla 35, que los porcentajes más altos de respuesta se encuentran entre las opciones “completamente de acuerdo”, “de acuerdo”, “más bien de acuerdo” y “ni de acuerdo ni en desacuerdo” en cada uno de los ítems que componen la escala. Como excepción, se encontraría el ítem 1 “En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal”, donde los porcentajes más altos de respuesta se encuentran en “ni de acuerdo ni en desacuerdo” (25,3%), “más bien de acuerdo” (21,7%), “de acuerdo” (16,9%), seguido de “más bien en desacuerdo” (12,0%).

Tabla 35. *Porcentajes en las respuestas de satisfacción vital en chicos*

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.	7,2	7,9	12,0	25,3	21,7	16,9	8,9
2. Las condiciones de mi vida son excelentes.	2,7	4,5	5,7	15,6	19,1	28,8	23,6

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
3. Estoy satisfecho con mi vida.	3,0	4,6	6,2	11,3	15,6	26,2	33,1
4. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes en la vida.	5,1	5,4	9,4	16,0	20,8	21,5	21,7
5. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida.	12,2	8,6	9,1	13,3	12,6	16,8	27,4

El análisis de los datos de la escala de satisfacción vital en chicas refleja, como puede observarse en la Tabla 36, que los porcentajes más altos de respuesta se encuentran entre las opciones “ni de acuerdo ni en desacuerdo”, “más bien de acuerdo”, “de acuerdo” y “completamente de acuerdo” en cada uno de los ítems que componen la escala. Como excepción, se encontraría dos ítems. Por una parte, el ítem 1 “En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal”, donde los porcentajes más altos de respuesta se encuentran en “ni de acuerdo ni en desacuerdo” (27,9%) “más bien de acuerdo” (16,6%), seguido de “más bien en desacuerdo” (15,2%) y de “de acuerdo” (13,9%). Por otra parte, el ítem 5 “Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida”, donde los porcentajes más altos de respuesta se encuentran en “completamente de acuerdo” (19,3%), “completamente en desacuerdo” (16,2%), “ni de acuerdo ni en desacuerdo” (16,0%), seguido de “de acuerdo” (15,7%).

Tabla 36. Porcentajes en las respuestas de satisfacción vital en chicas

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.	9,4	11,5	15,2	27,9	16,6	13,9	5,4
2. Las condiciones de mi vida son excelentes.	4,4	7,6	7,1	20,5	18,7	24,9	16,8
3. Estoy satisfecho con mi vida.	5,2	6,4	9,0	17,6	17,0	23,4	21,4

ÍTEM	1 Comple- tamente en desa- cuerdo	2 En desa- cuerdo	3 Más bien en desa- cuerdo	4 Ni de acuerdo ni en desa- cuerdo	5 Más bien de acuerdo	6 De acuerdo	7 Comple- tamente de acuerdo
4. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes en la vida.	4,6	7,1	10,3	20,7	18,5	21,3	17,5
5. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida.	16,2	10,7	11,8	16,0	10,3	15,7	19,3

3.4. Análisis de correlaciones

Para analizar las asociaciones entre las variables objeto de estudio se va a hacer uso de las correlaciones bivariadas. La correlación se basa en la asociación lineal, es decir, que cuando los valores de una variable aumentan los valores de la otra variable pueden aumentar o disminuir proporcionalmente. En este caso, se hace uso del coeficiente de correlación de Pearson, para su análisis hay que tener en cuenta dos aspectos:

- 1) El nivel de significación: indica si existe o no relación entre dos variables. Cuando la significación es menor de 0,05 sí existe correlación significativa (en la tabla se señalará mediante *). Si existe correlación significativa debemos pasar al paso 2.
- 2) El coeficiente de correlación (r). Este coeficiente puede oscilar entre -1 y +1. Cuanto más se aleja de 0, más fuerte es la relación entre las dos variables. El signo (positivo o negativo) de la correlación indica la dirección de la relación.

En los chicos, las correlaciones significativas ($p < 0,05$) y cuyo coeficiente de correlación positivo y negativo sea igual o superior a 0,35 fueron:

- 1) El **uso problemático de Internet** correlaciona positivamente con el uso problemático del teléfono móvil ($r = 0,62$), de las redes sociales ($r = 0,62$) y con sintomatología depresiva ($r = 0,37$).
- 2) El **uso problemático del teléfono móvil** correlaciona positivamente con el uso problemático de Internet ($r = 0,62$) y de las redes sociales ($r = 0,71$).
- 3) El **uso problemático de las redes sociales** correlaciona positivamente con el uso problemático de Internet ($r = 0,62$), del teléfono móvil ($r = 0,71$) y con sintomatología depresiva ($r = 0,38$).
- 4) La **percepción intrapersonal** correlaciona positivamente con la percepción interpersonal ($r = 0,44$), con la asimilación emocional ($r = 0,55$), con la regulación emocional ($r = 0,56$), con la inteligencia emocional total ($r = 0,83$) y con la satisfacción vital ($r = 0,36$).
- 5) La **percepción interpersonal** correlaciona positivamente correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,44$), con la asimilación emocional ($r = 0,39$) y con la inteligencia emocional total ($r = 0,69$).

- 6) La **asimilación emocional** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,55$), la percepción interpersonal ($r = 0,39$), con la regulación emocional ($r = 0,42$), con la inteligencia emocional total ($r = 0,79$) y con la satisfacción vital ($r = 0,44$).
- 7) La **regulación emocional** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,56$), con la asimilación emocional ($r = 0,42$) y con la inteligencia emocional total ($r = 0,77$).
- 8) La **inteligencia emocional total** correlaciona positivamente correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,83$), la percepción interpersonal ($r = 0,69$), con la asimilación emocional ($r = 0,79$), con la regulación emocional ($r = 0,77$) y con la satisfacción vital ($r = 0,40$).
- 9) La **ideación suicida** correlaciona positivamente con la sintomatología depresiva ($r = 0,53$). En cambio, correlaciona negativamente con la satisfacción vital ($r = -0,40$).
- 10) La **sintomatología depresiva** correlaciona positivamente con el uso problemático de Internet ($r = 0,37$), de las redes sociales ($r = 0,38$), la ideación suicida ($r = 0,53$). En cambio, correlaciona negativamente con la satisfacción vital ($r = -0,41$).
- 11) La **satisfacción vital** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,36$), con la asimilación emocional ($r = 0,44$) y con la inteligencia emocional total ($r = 0,40$). En cambio, correlaciona negativamente con la ideación suicida ($r = -0,40$) y la sintomatología depresiva ($r = -0,41$).

Para el resto de las correlaciones significativas en los chicos véase Tabla 37 (i.e., resultados por debajo de la diagonal).

En las chicas, las correlaciones significativas ($p < 0,05$) y cuyo coeficiente de correlación positivo y negativo sea igual o superior a 0,35 fueron:

- 1) El **uso problemático de Internet** correlaciona positivamente con el uso problemático del teléfono móvil ($r = 0,71$) y de las redes sociales ($r = 0,74$).
- 2) El **uso problemático del teléfono móvil** correlaciona positivamente con el uso problemático de Internet ($r = 0,71$) y de las redes sociales ($r = 0,75$).
- 3) El **uso problemático de las redes sociales** correlaciona positivamente con el uso problemático de Internet ($r = 0,74$), del teléfono móvil ($r = 0,75$), la ideación suicida

($r = 0,36$) y la sintomatología depresiva ($r = 0,37$).

- 4) La **percepción intrapersonal** correlaciona con la asimilación emocional ($r = 0,51$), la regulación emocional ($r = 0,62$), la inteligencia emocional total ($r = 0,83$) y la satisfacción vital ($r = 0,43$).
- 5) La **percepción interpersonal** correlaciona positivamente con la asimilación emocional ($r = 0,37$) y la inteligencia emocional total ($r = 0,61$).
- 6) La **asimilación emocional** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,51$), la percepción interpersonal ($r = 0,37$), la regulación emocional ($r = 0,48$), la inteligencia emocional total ($r = 0,78$) y la satisfacción vital ($r = 0,46$).
- 7) La **regulación emocional** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,62$), la asimilación emocional ($r = 0,48$), la inteligencia emocional total ($r = 0,83$) y la satisfacción vital ($r = 0,37$).
- 8) La **inteligencia emocional total** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,82$), la percepción interpersonal ($r = 0,61$), la asimilación emocional ($r = 0,78$), la regulación emocional ($r = 0,80$) y la satisfacción vital ($r = 0,48$).
- 9) La **ideación suicida** correlaciona positivamente con el uso problemático de las redes sociales ($r = 0,36$) y la sintomatología depresiva ($r = 0,63$). En cambio, correlaciona negativamente con la satisfacción vital ($r = -0,52$).
- 10) La **sintomatología depresiva** correlaciona positivamente con el uso problemático de las redes sociales ($r = 0,37$) y la ideación suicida ($r = 0,63$). En cambio, correlaciona negativamente con la satisfacción vital ($r = -0,49$).
- 11) La **satisfacción vital** correlaciona positivamente con la percepción intrapersonal ($r = 0,43$), la asimilación emocional ($r = 0,46$), la regulación emocional ($r = 0,37$) y la inteligencia emocional total ($r = 0,48$). En cambio, correlaciona negativamente con la ideación suicida ($r = -0,52$) y la sintomatología depresiva ($r = -0,49$).

Para el resto de las correlaciones significativas en las chicas véase Tabla 37 (i.e., resultados por encima de la diagonal).

Tabla 37. *Correlaciones de Pearson en chicos y chicas*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Uso problemático de Internet	-	,71***	,74***	-,20***	-,07**	-,19***	-,25***	-,24***	,29***	,32***	-,27***
2. Uso problemático del móvil	,62***	-	,75***	-,17***	-,02	-,17***	-,24***	-,20***	,22***	,26***	-,22***
3. Uso problemático de las redes sociales	,62***	,71***	-	-,21***	-,01	-,20***	-,25***	-,23***	,36***	,37***	-,31***
4. Percepción intrapersonal	-,16***	-,15***	-,17***	-	,33***	,51***	,62***	,82***	-,34***	-,34***	,43***
5. Percepción interpersonal	-,03	-,02	,01	,44***	-	,37***	,25***	,61***	,04	,02	,18***
6. Asimilación emocional	-,19***	-,15***	-,14***	,55***	,39***	-	,48***	,78***	-,32***	-,32***	,46***
7. Regulación emocional	-,15***	-,19***	-,18***	,56***	,34***	,42***	-	,80***	-,33***	-,34***	,37***
8. Inteligencia emocional total	-,18***	-,17***	-,16***	,83***	,69***	,79***	,77***	-	-,33***	-,34***	,48***
9. Ideación suicida	,25***	,25***	,29***	-,25***	,02	-,28***	-,22***	-,25***	-	,63***	-,52***
10. Sintomatología depresiva	,37***	,33***	,38***	-,27***	-,02	-,28***	-,25***	-,27***	,53***	-	-,49***
11. Satisfacción vital	-,22***	-,21***	-,22***	,36***	,18***	,44***	,26***	,40***	-,40***	-,41***	-

Nota: Debajo de la diagonal la muestra de chicos. Por encima de la diagonal la muestra de chicas. ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

4. Conclusiones

Este informe presenta datos actualizados sobre el uso de las TIC en la población adolescente de la provincia de Málaga, así como sobre el desarrollo de la inteligencia emocional y de indicadores de ajuste psicológico, como la ideación suicida, la sintomatología depresiva y la satisfacción vital teniendo especial consideración por la perspectiva de género. A continuación, se resumen los hallazgos principales, con el objetivo de ofrecer una visión clara y actualizada en torno a estos aspectos. Se espera que estos resultados puedan facilitar el conocimiento y la reflexión sobre la situación actual, así como puedan ser un recurso de base para orientar futuras investigaciones e intervenciones educativas y psicosociales.

4.1. Hallazgos principales

4.1.1. Prevalencias del uso de las TIC según el género

Los resultados de prevalencia mostraron, por un lado, que en el uso de Internet, tanto chicos como chicas, presentaron altos porcentajes y semejantes de uso controlado del mismo (alrededor de un 72%), mientras que menos del 1,5% de ellos (1,1% de los chicos y un 0,4% de las chicas) mostraron un perfil de uso de Internet que les generaba problemas significativos en su vida diaria a nivel personal, social y académico.

Sin embargo, por otro lado, en cuanto al uso del teléfono móvil, los resultados sí revelaron un elevado porcentaje en el perfil de uso problemático de dicho dispositivo, tanto en chicos como en chicas (74,1% y 68%, respectivamente).

Finalmente, en cuanto al uso de las redes sociales, los porcentajes de uso problemático fueron superiores a los observados en Internet (10% en chicos y 15,9% en chicas), aunque considerablemente más bajos que los registrados para el teléfono móvil.

4.1.2. Perfiles de inteligencia emocional según el género

El análisis de los perfiles de inteligencia emocional señalan que los porcentajes más altos en chicos y chicas adolescentes se encuentran en los perfiles bajos o medio bajos en inteligencia emocional total. Si consideramos las diferentes dimensiones, encontramos que, en general, tanto chicos como chicas, mostraron mayoritariamente niveles entre bajo, medio-bajo y alto, en cada dimensión. Sin embargo, cabe destacar algunas diferencias donde los chicos han puntuado más alto. Por un lado, en la percepción intrapersonal los porcentajes mayores se han encontrado

en los perfiles medio-alto y alto en los chicos, mientras que en las chicas han sido en los medio-bajo y bajo. Asimismo, en regulación emocional se ha encontrado que un considerable porcentaje de chicas (32%) se encuentran en un perfil bajo, respecto al 20,4% hallado en los chicos en dicha dimensión.

En definitiva, la mayoría de adolescentes presenta perfiles bajos o medio-bajos de inteligencia emocional, con diferencias de género que resaltan mayores dificultades en regulación emocional en las chicas y un mejor desempeño en percepción intrapersonal en los chicos.

4.1.3. Diferencias de género encontradas

En relación con las puntuaciones medias de uso problemático de las TIC, no se hallaron diferencias significativas entre chicos y chicas en el caso de Internet. No obstante, sí se observaron diferencias de pequeña magnitud en el uso problemático del teléfono móvil y de las redes sociales, con puntuaciones medias más altas en las chicas en ambas variables.

En lo que respecta a la inteligencia emocional, los resultados indicaron que los chicos presentaron puntuaciones medias ligeramente superiores en inteligencia emocional total, percepción intrapersonal, asimilación y regulación emocional. Únicamente, las chicas obtuvieron puntuaciones medias más altas en percepción interpersonal.

Por último, en relación con los indicadores de ajuste psicológico, las chicas mostraron puntuaciones medias mayores en ideación suicida y depresión, mientras que los chicos informaron de niveles mayores de satisfacción vital.

4.1.4. Análisis de frecuencia según el género

Cuando se ha analizado específicamente la frecuencia en determinados patrones de uso de las TIC, autopercepción de desarrollo de la inteligencia emocional y de los niveles de ajuste psicológico, encontramos similitudes y diferencias en ambos géneros.

En primer lugar, en relación al uso de las TIC, la mayoría de la muestra de adolescentes de la provincia de Málaga que participa en el estudio, indica en general que los efectos del uso que hacen de Internet afecta rara vez u ocasionalmente sobre su rutina, sueño o productividad. Sin embargo, un considerable porcentaje de chicos y chicas reconoce que a menudo se conectan a Internet más de lo previsto (un 32,1% y 36,6%, respectivamente).

Respecto al teléfono móvil, entre los chicos, alrededor del 7–11,5% reconoce haber dejado de hacer actividades o tareas académicas que previamente tenían planificadas, tener problemas de concentración o utilizar más tiempo del previsto este dispositivo. Mientras que en las chicas, este rango de conductas varía entre el 4,6% y 14,4%. Asimismo, resulta relevante señalar que, en relación con la percepción de poder prescindir del dispositivo, un mayor porcentaje de chicas manifestó no poder estar sin el teléfono móvil (14,4%) en comparación con los chicos (8,9%).

En relación con el uso de las redes sociales, en general, no se han encontrado porcentajes altos en patrones de uso problemático de estas. Sin embargo, cabe destacar algunos comportamientos donde se han encontrado porcentajes altos en chicos y chicas, como son: reconocer que algunas veces han dedicado mucho tiempo a pensar en las redes sociales (36% en los chicos y 38,4% en las chicas) y el utilizar dichas redes como estrategia para olvidar sus problemas (26,9% y 29,4% en chicos y chicas, respectivamente).

En segundo lugar, en inteligencia emocional, ambos géneros informan de porcentajes más altos en saber y distinguir la mayoría de las veces los motivos por los que tienen ciertos sentimientos, así como en fijarse metas e intentar hacer lo mejor posible para alcanzarlas. No obstante, los chicos muestran los porcentajes más altos en tener una buena comprensión de sus emociones y en ser capaces de controlar sus emociones. En cambio, los porcentajes más altos de las chicas se encuentran en conocer y considerarse buenas observadoras, ser sensibles y comprender los sentimientos y las emociones de los demás, así como en poder calmarse a sí mismas fácilmente cuando se sienten enfadadas. Por último, cabe señalar que los chicos, en comparación con las chicas, presentan un mayor porcentaje en la capacidad de reconocer si se sienten o no felices (40,3% frente al 27,1%, respectivamente) y animarse siempre a sí mismos para hacerlo lo mejor posible (25,6% de los chicos frente a un 19,7% de las chicas).

En tercer y último lugar, los hallazgos en los indicadores de ajuste psicológico sugieren un perfil de ajuste mayoritariamente positivo. La ideación suicida es mínima tanto en chicos como en chicas, indicando ambos que la mayoría nunca han tenido pensamientos suicidas. En sintomatología depresiva, aunque tanto chicos como chicas informan que la mayoría de la síntomas no les ocurrió durante los últimos siete días, cabe señalar que las chicas informaron experimentar un poco de dificultad para tomar la iniciativa (un 31,3%) y sentirse tristes y deprimidas (un 30,8%) durante esos días. Por último, los niveles de satisfacción vital encontrados indican que, tanto chicos como chicas, manifestaron estar de acuerdo o totalmente

de acuerdo en que sus condiciones de vida eran excelentes, que se sentían satisfechos con sus vidas, que habían alcanzado logros importantes y que, si volvieran a nacer, cambiarían muy poco de sus vidas. No obstante, mostraron un menor grado de acuerdo al considerar que sus vidas se encuentran cerca de su ideal.

4.1.5. Análisis de correlaciones según el género

Los resultados encontrados mostraron correlaciones significativas entre el uso problemático de TIC, la inteligencia emocional y los indicadores de ajuste psicológico. Dichos hallazgos se resumen en los siguientes aspectos:

- En relación con el uso de las TIC, se observa que aquellos adolescentes que hacen un mayor uso problemático de Internet, el teléfono móvil y las redes sociales está asociado a la presencia de mayores niveles de desajuste psicológico, como mayor ideación suicida y sintomatología depresiva, y menor nivel de satisfacción vital. Asimismo, se ha evidenciado que niveles altos de estos usos problemáticos están asociados, también, con niveles menores de habilidades emocionales, mostrándose una menor percepción intrapersonal, asimilación y regulación emocional.
- Respecto a la inteligencia emocional, además de sus asociaciones negativas con el uso problemático de las TIC, señaladas previamente, se ha mostrado que un mayor desarrollo de ella, en general y de cada una de sus dimensiones, se asocia a mejores indicadores de ajuste psicológicos, como niveles mayores de satisfacción vital y menores de ideación suicida y sintomatología depresiva.

4.1.6. Conclusiones de los hallazgos principales

En resumen, los hallazgos reflejan prevalencias de uso de las TIC compartidas por chicos y chicas, con porcentajes bajos en cuanto a uso problemático, salvo en relación con algunos dispositivos digitales, especialmente el teléfono móvil. Aunque los resultados de prevalencia de esta muestra se asemejan a los obtenidos en otros estudios sobre el uso de redes sociales (p. ej., Boniel-Nissim et al., 2024), difieren respecto al uso problemático de Internet y del teléfono móvil (p. ej., Nogueira-López et al., 2023; Olivella-Cirici et al., 2023). En relación con las diferencias de género, en línea con otros estudios previos (p. ej., Olivella-Cirici et al., 2023; Piccerillo y Digennaro, 2025), las chicas muestran un mayor uso problemático del teléfono móvil y las redes sociales. Sin embargo, en contra de estudios como el de Nogueira-López et al. (2023), no se encontraron diferencias de género en el uso problemático de Internet.

En cuanto a los niveles de desarrollo de las habilidades emocionales, los resultados destacan un mayor porcentaje de niveles medios y bajos en dichas habilidades; así como diferencias entre chicos y chicas. Las diferencias de género encontradas van parcialmente en línea con algunos de los hallazgos encontrados por varios investigadores (p. ej., Arrivillaga et al., 2022c; Piccerillo y Digennaro, 2025).

Finalmente, las asociaciones encontradas coinciden con lo señalado en investigaciones previas (p. ej., Biolcati et al., 2025; Piccerillo y Digennaro, 2025; Soriano-Sánchez y Jiménez-Vázquez, 2023; Wang et al., 2022), al evidenciar la relación entre el uso problemático de las TIC y la presencia de desajuste psicológico. Asimismo, refuerzan la relevancia de la inteligencia emocional como un factor protector frente al uso problemático de las TIC y sus efectos adversos sobre la salud.

Aunque se observaron discrepancias en la muestra de adolescentes de la provincia de Málaga —como la baja prevalencia de uso problemático de Internet y la alta prevalencia de uso problemático del teléfono móvil— respecto a estudios previos realizados con población española de otras regiones y de otros países, pueden señalarse algunas posibles explicaciones. Una de ellas se relaciona con los distintos instrumentos de medida y criterios empleados para definir el uso problemático de las TIC, que difieren en los patrones específicos de uso que evalúan y en los periodos temporales considerados. Otra explicación estaría vinculada a los cambios producidos en los últimos años en los patrones de uso de las TIC. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (Limb, 2024) ha señalado que, tras la pandemia de la COVID-19, se han producido transformaciones significativas en la vida cotidiana de la población, entre ellas un incremento en el uso de las tecnologías digitales. Por ello, resulta necesario profundizar en la investigación sobre estos cambios y en los factores que actualmente pueden estar influyendo en la población adolescente de la provincia de Málaga, en comparación con otras zonas de España y con otros países.

No obstante, los hallazgos contribuyen a clarificar el panorama actual del uso problemático de las TIC y sus repercusiones en la salud y en las actividades cotidianas de la población adolescente (p. ej., en la realización de tareas académicas). Asimismo, ponen de relieve la importancia de promover el desarrollo de las habilidades emocionales en estas edades, dado el porcentaje significativo de adolescentes que presentan niveles bajos en inteligencia emocional.

En conjunto, estos hallazgos pretenden aportar información útil para orientar futuras investigaciones y para diseñar intervenciones preventivas y programas educativos sobre hábitos digitales saludables. Especialmente, se destaca la importancia de realizar actuaciones y programas adaptados a las características y necesidades de la población a la que va destinada, considerando la perspectiva de género y la percepción que, tanto chicos como chicas, tienen respecto a sus propias habilidades emocionales y al uso que realizan de sus dispositivos digitales.

4.2. Limitaciones

A pesar de los hallazgos obtenidos, este estudio presenta ciertas limitaciones que conviene tener en cuenta:

- 1) *Muestra participante.* La investigación se realizó únicamente con adolescentes de la provincia de Málaga, por lo que la generalización de los hallazgos a otras zonas geográficas y contextos socioculturales son limitadas.
- 2) *Instrumentos de medida y recogida de datos.* Aunque los instrumentos utilizados cuentan con validez y fiabilidad adecuadas, y se han utilizado versiones adaptadas al castellano, son cuestionarios y escalas de autoinforme. Esta característica, unida al tipo de fenómenos por los que se pregunta (i.e., uso de las TIC, habilidades emocionales e indicadores de ajuste psicológico), puede afectar a la exactitud con la que se muestran los patrones de uso de las TIC, las habilidades emocionales y los niveles de ajuste psicológico, debido a la posibilidad de que exista un cierto grado de deseabilidad social por parte de la muestra de adolescentes a la hora de responder.
- 3) *Diseño transversal.* El estudio recogió datos en un único momento temporal. Por ello, no es posible establecer relaciones de causalidad entre las variables analizadas; únicamente permite obtener datos descriptivos, diferencias de género y asociaciones entre las variables.

4.3. Futuras líneas de investigación

Considerando los hallazgos y las limitaciones presentes en el estudio, se sugieren algunas líneas para investigaciones futuras:

- 1) *Ampliación y diversificación de la muestra.* Aunque el objetivo de este estudio era profundizar en el conocimiento del uso de las TIC, el desarrollo de las habilidades

emocionales y los niveles de ajuste psicológico en la población adolescente de la provincia de Málaga teniendo en cuenta la perspectiva de género, sería interesante incluir adolescentes de distintas regiones y contextos socioculturales que permitan contrastar y generalizar estos hallazgos.

- 2) *Uso de metodologías complementarias y considerar otras variables.* La incorporación de técnicas cualitativas (p. ej., entrevistas o grupos focales) o considerar múltiples fuentes de información (p. ej., recabar información de las familias o los docentes) podría enriquecer y complementar los datos obtenidos y reducir el sesgo asociado al uso exclusivo de autoinformes. Por otra parte, cabe señalar la complejidad que supone el fenómeno del uso de las TIC y los diversos factores que pueden estar implicados en él. Por ello, sería enriquecedor considerar otros factores a nivel personal, social y familiar que puedan contribuir a una mayor comprensión del uso que la población adolescente hace de las TIC y las diferencias de género encontradas.
- 3) *Diseños longitudinales.* Realizar recogidas de datos en varios periodos de tiempo permitiría analizar la evolución del uso de las TIC y sus consecuencias en la salud, así como el desarrollo de las habilidades emocionales, pudiendo establecer relaciones de causalidad.

4.4. Reflexiones finales

En conjunto, este estudio aporta evidencia sobre el uso de las TIC y el desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes de la provincia de Málaga. La información obtenida constituye un recurso valioso para instituciones públicas, profesionales de la educación y de la psicología, así como para la sociedad en general, al orientar futuras investigaciones y el diseño de intervenciones psicoeducativas y de bienestar adaptadas a las necesidades de la población adolescente. Asimismo, subraya la relevancia y la necesidad de implementar programas que promuevan y fortalezcan sus habilidades emocionales, avanzando hacia un enfoque integral que no solo prevenga los riesgos asociados al uso problemático de las TIC, sino que también potencie los recursos personales de los jóvenes para afrontar de forma saludable y equilibrada los desafíos de la era digital.

Referencias

- Andreassen, C., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Mazzoni, E., Billieux, J., Demetrovics, Z. y Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252–262.
- Ansari, S., Iqbal, N., Asif, R., Hashim, M., Farooqi, S. R. y Alimoradi, Z. (2024). Social Media Use and Well-Being: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27(10), 704–719. <https://doi.org/10.1089/cyber.2024.0001>
- Arrivillaga, C., Griffiths, M. D., Rey, L. y Extremera, N. (2024). Validation of the Spanish version of the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) among Spanish adolescents. *Current Psychology*, 43(40), 31582–31591. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06728-5>
- Arrivillaga, C., Rey, L. y Extremera, N. (2021). Perfil emocional de adolescentes en riesgo de un uso problemático de internet. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 8(1), 47–53. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2021.08.1.6>
- Arrivillaga, C., Rey, L. y Extremera, N. (2022a). A mediated path from emotional intelligence to problematic social media use in adolescents: The serial mediation of perceived stress and depressive symptoms. *Addictive Behaviors*, 124, 107095. <https://doi.org/10.1016/J.ADDBEH.2021.107095>
- Arrivillaga, C., Rey, L. y Extremera, N. (2022b). Psychological distress, rumination and problematic smartphone use among Spanish adolescents: An emotional intelligence-based conditional process analysis. *Journal of Affective Disorders*, 296, 1–8. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2021.09.021>
- Arrivillaga, C., Rey, L. y Extremera, N. (2022c). Uso problemático de redes sociales e inteligencia emocional en adolescentes: análisis de las diferencias por género. *European Journal of Education and Psychology*, 15(1), 1–16. <https://doi.org/10.32457/ejep.v15i1.1748>
- Atienza, F. L., Moreno, Y. y Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala

- de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología. Universitas Tarraconensis*, XXII, 29–42.
- Augner, C., Vlasak, T., Aichhorn, W. y Barth, A. (2023). The association between problematic smartphone use and symptoms of anxiety and depression-a meta-analysis. *Journal of Public Health (Oxford, England)*, 45(1), 193–201. <https://doi.org/10.1093/PUBMED/FDAB350>
- Bados, A., Solanas, A. y Andrés, R. (2005). Psychometric properties of the Spanish version of Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS). *Psicothema*, 17(4), 679–683.
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., Andreassen, C. S. y Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS ONE*, 12(1), e0169839. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>
- Berman, H. (2018). An overview of adolescent mental health. En M. A. Moreno y A. Radovic (Eds.), *Technology and Adolescent Mental Health* (pp. 3–20). Springer Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-69638-6>
- Bickham, D. S. (2021). Current Research and Viewpoints on Internet Addiction in Adolescents. *Current Pediatrics Reports*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.1007/s40124-020-00236-3>
- Biolcati, R., Özal, Z., Ambrosini, F., Villano, P., Palareti, L. y Mancini, G. (2025). Emotional Intelligence and Behavioural Addictions: A Systematic Review. *Journal of Clinical Medicine*, 14(4), 1125. <https://doi.org/10.3390/JCM14041125/S1>
- Boniell-Nissim, M., Marino, C., Galeotti, T., Blinka, L., Ozoliņa, K., Craig, W., Lahti, H., Wong, S. L., Brown, J., Wilson, M., Inchley, J. y van den Eijnden, R. (2024). *A focus on adolescent substance use in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey* (Vol. 6). World Health Organization. <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289060936>
- Cai, Z., Mao, P., Wang, Z., Wang, D., He, J. y Fan, X. (2023). Associations Between Problematic Internet Use and Mental Health Outcomes of Students: A Meta-analytic Review. *Adolescent Research Review*, 8(1), 45–62. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00201-9>

- Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M. y Adriani, W. (2017). Internet Addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 76, 174–184. <https://doi.org/10.1016/J.NEUBIOREV.2016.12.024>
- Chang, E. C. y Chang, O. D. (2016). Development of the Frequency of Suicidal Ideation Inventory: Evidence for the validity and reliability of a brief measure of suicidal ideation frequency in a college student population. *Cognitive Therapy and Research*, 40(4), 549–556. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9758-0>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2^a ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- De-Sola Gutiérrez, J., Rodríguez de Fonseca, F. y Rubio, G. (2016). Cell-phone addiction: A review. *Frontiers in Psychiatry*, 7, 175. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2016.00175>
- Díaz-Vicario, A., Mercader Juan, C. y Gairín Sallán, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(1), e07. <https://doi.org/10.24320/REDIE.2019.21.E07.1882>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Ding, Y., Huang, H., Zhang, Y., Peng, Q., Yu, J., Lu, G., Wu, H. y Chen, C. (2022). Correlations between smartphone addiction and alexithymia, attachment style, and subjective well-being: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 971735. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2022.971735/BIBTEX>
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C. y Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207, 251–259. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2016.08.030>
- Extremera, N., Rey, L., Quintana-Orts, C., Mérida-López, S. y Neto, F. (2023). A 4-month prospective study of the relationship between emotional intelligence and suicide ideation in Spanish adolescents: The mediating role of positive and negative affect. *Death Studies*, 47(4), 509–513. <https://doi.org/10.1080/07481187.2022.2072019>

- Extremera, N., Rey, L. y Sánchez-Álvarez, N. (2019a). *Adaptación al castellano del Wong and Low Emotional Intelligence Scale*. https://www.appliedpositivelab.com/media/archivosPublicaciones/Validacion_WLEIS.pdf
- Extremera, N., Rey, L. y Sánchez-Álvarez, N. (2019b). Validation of the Spanish version of the Wong Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS-S). *Psicothema*, 31(1), 94–100. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.147>
- Gioia, F., Rega, V. y Boursier, V. (2021). Problematic Internet Use and Emotional Dysregulation Among Young People: A Literature Review. *Clinical Neuropsychiatry*, 18(1), 41. <https://doi.org/10.36131/CNFIORITIEDITORE20210104>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. y Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary Findings. *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment*, 119–141. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>
- Instituto Nacional de Estadística. (2024). *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en los Hogares. Año 2024*. Nota de Prensa. <https://www.ine.es/dyngs/Prensa/es/TICH2024.htm>
- Kwon, M., Kim, D.-J., Cho, H. y Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Limb, M. (2024). Rise in problematic social media use needs to be tackled by schools and mental health services, says WHO. *BMJ*, 386(6), q2102. <https://doi.org/10.1136/bmj.q2102>
- Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Megías-Robles, A. y Fernández-Berrocal, P. (2022). Systematic review and meta-analysis: The association between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*, 94(7), 925–938. <https://doi.org/10.1002/JAD.12075>
- Lopez-Fernandez, O. (2017). Short version of the Smartphone Addiction Scale adapted to Spanish and French: Towards a cross-cultural research in problematic mobile phone use. *Addictive Behaviors*, 64(2), 275–280. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.013>

- Lovibond, P. F. y Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Lozano-Blasco, R., Latorre-Martínez, M. P. y Cortés-Pascual, A. (2022). Screen addicts: A meta-analysis of internet addiction in adolescence. *Children and Youth Services Review*, 135, 106373. <https://doi.org/10.1016/J.CHILDYOUTH.2022.106373>
- Mancini, G., Özal, Z., Biolcati, R., Trombini, E. y Petrides, K. V. (2024). Trait emotional intelligence and adolescent psychological well-being: a systematic review. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1). <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2292057>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R. y Salovey, P. (2016). The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mishra, J., Behera, M., Mitra, R., Samanta, P., Mahapatra, P. y Kar, S. (2024). Prevalence and Impact of Internet Addiction Disorder Among Adolescents and Young Adults. *Open Public Health Journal*, 17, e18749445345806. <https://doi.org/10.2174/0118749445345806241010081642>
- Nesi, J., Burke, T. A., Bettis, A. H., Kudinova, A. Y., Thompson, E. C., MacPherson, H. A., Fox, K. A., Lawrence, H. R., Thomas, S. A., Wolff, J. C., Altemus, M. K., Soriano, S. y Liu, R. T. (2021). Social media use and self-injurious thoughts and behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 87, 102038. <https://doi.org/10.1016/J.CPR.2021.102038>
- Nogueira-López, A., Rial-Boubeta, A., Guadix-García, I., Villanueva-Blasco, V. J. y Billieux, J. (2023). Prevalence of problematic Internet use and problematic gaming in Spanish adolescents. *Psychiatry Research*, 326, 115317. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2023.115317>
- Olivella-Cirici, M., Garcia-Continente, X., Bartroli Checa, M., Serral Cano, G. y Pérez Albarracín, G. (2023). El uso problemático del teléfono móvil: análisis transversal del perfil individual y factores asociados. *Revista Española de Salud Pública*, 97,

e202305036. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10560524/>

- Piccerillo, L. y Digennaro, S. (2025). Adolescent Social Media Use and Emotional Intelligence: A Systematic Review. *Adolescent Research Review*, 10(2), 201–218. <https://doi.org/10.1007/s40894-024-00245-z>
- Puerta-Cortés, D. X., Carbonell, X. y Chamarro, A. (2012). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión en español del Internet Addiction Test. *Trastornos Adictivos*, 14(4), 99–104. [https://doi.org/10.1016/S1575-0973\(12\)70052-1](https://doi.org/10.1016/S1575-0973(12)70052-1)
- Quílez-Robres, A., Usán, P., Lozano-Blasco, R. y Salavera, C. (2023). Emotional intelligence and academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Thinking Skills and Creativity*, 49, 101355. <https://doi.org/10.1016/J.TSC.2023.101355>
- Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., Rey, L., Chang, E. C. y Chang, O. D. (2020). Frequency of Suicidal Ideation Inventory: Psychometric properties of the Spanish version. *Psicothema*, 32(2), 253–260. <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.344>
- Sergi, M. R., Picconi, L., Tommasi, M., Saggino, A., Ebisch, S. J. H. y Spoto, A. (2021). The Role of Gender in the Association Among the Emotional Intelligence, Anxiety and Depression. *Frontiers in Psychology*, 12, 747702. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2021.747702/BIBTEX>
- Soriano-Molina, E., Limiñana-Gras, R. M., Patró-Hernández, R. M. y Rubio-Aparicio, M. (2025). The Association Between Internet Addiction and Adolescents' Mental Health: A Meta-Analytic Review. *Behavioral Sciences*, 15(2), 116. <https://doi.org/10.3390/BS15020116/S1>
- Soriano-Sánchez, J. G. y Jiménez-Vázquez, D. (2023). Benefits of Emotional Intelligence in School Adolescents: A Systematic Review. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 18(2), 83–95. <https://doi.org/10.23923/rpye2023.02.237>
- Spada, M. M. (2014). An overview of problematic Internet use. *Addictive Behaviors*, 39(1), 3–6. <https://doi.org/10.1016/J.ADDBEH.2013.09.007>
- Tang, S., Chen, R., Ma, Z., Li, X., Chen, J. y Zhao, J. (2024). Associations of problematic smartphone use with depressive symptoms and suicidal ideation in university students before and after the COVID-19 outbreak: A meta-analysis. *Addictive Behaviors*, 152,

107969. <https://doi.org/10.1016/J.ADDBEH.2024.107969>

- Thapa, P. P., Zayed, N. M., Alam, M. N., Nitsenko, V. S., Rudenko, S. y Svyrydenko, D. (2025). Mediating and moderating role of emotional intelligence between mobile phone use and affective commitment among undergraduate students in academic institutes. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07661-x>
- Valkenburg, P. M. y Piotrowski, J. T. (2017). *Plugged In: How Media Attract and Affect Youth*. Yale University Press. <https://doi.org/10.12987/yale/9780300218879.001.0001>
- Vu, N. H., Vu, M. T. y Mai, B. Q. (2022). The Impact of Emotional Intelligence on Internet Addiction: A Case Study of Vietnamese Students. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2022(1), 4791604. <https://doi.org/10.1155/2022/4791604>
- Wang, J., Hao, Q. H., Tu, Y., Peng, W., Wang, Y., Li, H. y Zhu, T. M. (2022). Assessing the Association Between Internet Addiction Disorder and Health Risk Behaviors Among Adolescents and Young Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Public Health*, 10, 809232. <https://doi.org/10.3389/FPUBH.2022.809232/BIBTEX>
- Wong, C.-S. y Law, K. S. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The Leadership Quarterly*, 13(3), 243–274. [https://doi.org/10.1016/S1048-9843\(02\)00099-1](https://doi.org/10.1016/S1048-9843(02)00099-1)
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki. *JAMA*, 310(20), 2191. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Yigiter, M. S., Demir, S. y Dogan, N. (2024). The Relationship Between Problematic Social Media Use and Depression: A Meta-Analysis Study. *Current Psychology*, 43(9), 7936–7951. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04972-9>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

