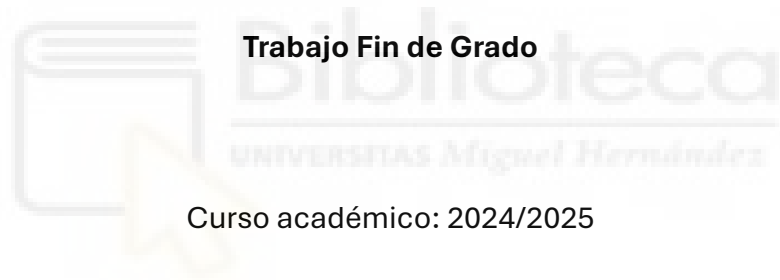




Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche

Grado en Periodismo

Trabajo Fin de Grado



Curso académico: 2024/2025

Una revisión narrativa de las variables familiares como mediadoras en el abuso de la tecnología en jóvenes

Autor/a: Javier Gil Parres

Tutor/a: Álvaro García del Castillo-López

Resumen

El presente trabajo examina cómo las variables familiares median en el abuso de la tecnología por parte de jóvenes. Se realizó una revisión narrativa de estudios recientes (2020-2025) con el fin de identificar factores familiares que puedan actuar como protectores o de riesgo ante la adicción a Internet, redes sociales o videojuegos en adolescentes. Los hallazgos destacan que el entorno familiar influye es un claro modificador de estas conductas. Un estilo parental democrático y afectuoso, con buena comunicación, normas claras y apoyo emocional, se asocia con un menor riesgo de uso problemático de la tecnología, mientras que dinámicas disfuncionales como estilos negligentes o controladores extremos, falta de cohesión familiar, conflictos frecuentes o malos hábitos digitales de los padres, incrementan la vulnerabilidad a la adicción digital. Son varios los estudios que muestran que estas variables familiares median a través de mecanismos psicológicos en el adolescente. Por ejemplo, la falta de atención parental puede propiciar que el joven se distraiga más con la tecnología. En conjunto, la revisión subraya que el abuso tecnológico juvenil no es un fenómeno aislado del individuo, sino que se incluye en un sistema en el que la familia juega un papel mediador clave. Se discuten las implicaciones teóricas y prácticas de estos hallazgos, entre ellas, la necesidad de involucrar a los padres en la educación tecnológica de sus hijos para prevenir, así como las limitaciones de la evidencia disponible. Finalmente, se proponen líneas futuras de investigación y se concluye destacando que apoyar y orientar a las familias es fundamental para prevenir la adicción tecnológica y sus consecuencias en las nuevas generaciones.

Palabras clave: Tecnología, estilo de crianza, comunicación familiar, atención parental, adolescentes, familia.

Abstract

This paper examines how family variables mediate technology abuse among young people. A narrative review of recent studies (2020–2025) was conducted to identify family factors that may act as protective or risk factors for internet, social media, or video game addiction in adolescents. The findings highlight that the family environment is a clear modifier of these behaviors. A democratic and affectionate parenting style, with good communication, clear rules, and emotional support, is associated with a lower risk of problematic technology use, while dysfunctional dynamics such as neglectful or extremely controlling styles, lack of family cohesion, frequent conflicts, or poor digital habits of parents increase vulnerability to digital addiction. Several studies show that these family variables mediate psychological mechanisms in adolescents. For example, a lack of parental attention can lead to young people becoming more distracted by technology. Overall, the review emphasizes that youth technology abuse is not a phenomenon isolated to individuals, but rather is embedded in a system in which the family plays a key mediating role. The theoretical and practical implications of these findings are discussed, including the need to involve parents in their children's technology education to prevent it, as well as the limitations of the available evidence. Finally, future lines of research are proposed and the conclusion is highlighted by emphasizing that supporting and guiding families is essential to preventing technology addiction and its consequences in the younger generations.

Keywords: Technology, parenting style, family communication, parental attention, adolescents, family.

Índice

Introducción.....	1
Estado de la cuestión.....	3
Metodología	7
Resultados	9
Estilos parentales y prácticas de crianza	9
Control parental conductual y psicológico	12
Uso de dispositivos por parte de los padres y “phubbing” parental	13
Adicción a la tecnología en los padres.....	14
Clima familiar	18
Mecanismos mediadores y modelos explicativos.....	19
Consecuencias sociales del uso abusivo de tecnologías en adolescentes	20
Estrategias de mediación parental sobre el uso de tecnología	22
Síntesis general de resultados	23
Discusión	24
Interpretación de hallazgos clave.....	25
Implicaciones teóricas	26
Implicaciones prácticas	27
Limitaciones	29
Conclusión.....	30
Referencias	33

Introducción

Durante las últimas dos décadas, se ha logrado visualizar el incremento potencial de la tasa de prevalencia del uso del internet y de herramientas tecnológicas, siendo entre las más destacadas, los teléfonos inteligentes, los cuales se han incorporado día a día en todas las sociedades existentes a nivel mundial, caracterizándose como un instrumento de gran utilidad para la comunicación, el acceso a información y de igual manera para el entretenimiento (Yang & Kim, 2021).

No obstante, si bien se han revelado una serie de beneficios y ventajas sobre el uso del internet y de las Tecnologías de Comunicación e Información (TIC) en el desarrollo cotidiano de los seres humanos, se ha encontrado un crecimiento significativo sobre la preocupación que comprende su uso excesivo, el cual según distintos estudios se encuentran precedido con la alteración de síntomas de la salud mental (Guglu et al., 2024; Lukavská et al., 2020; Schneider et al., 2017).

Desde esta perspectiva, ha surgido el interés por conocer las consecuencias del uso problemático del internet, como una preocupación de carácter psicosocial asociada de manera directa a la incapacidad que tiene un sujeto para controlar el comportamiento en línea, demostrando síntomas de abstinencia, en donde, es posible visualizar el desarrollo de impactos negativos en la calidad de vida de jóvenes adolescentes, viéndose afectada de manera directa el rendimiento académico, las relaciones sociales y el bienestar general (Cheng et al., 2021; Pan et al., 2020).

Entre los jóvenes, el uso excesivo del internet ha incrementado de manera exponencial, en redes sociales y en videojuegos, visualizando una creciente tasa de prevalencia de la utilización problemática de este servicio de comunicación, que día a día ha alcanzado un mayor interés en el ámbito investigativo con la finalidad de entender su impacto en distintas poblaciones, pero en especial, en aquellas más vulnerables, como en jóvenes adolescentes (Cheng et al., 2021; Pan et al., 2020; She et al., 2018).

Es así como, algunas investigaciones han puesto en evidencia que el uso problemático del internet entre jóvenes adolescentes se ha relacionado con una serie de variables psicológicas influenciadas de manera directa por el núcleo familiar (Fischer et al., 2019; Shek et al., 2019; Shek et al., 2018). Algunos de los factores influyentes del ámbito familiar son la mala comunicación, la ausencia de supervisión, los estilos de crianza y el apoyo familiar, los cuales desarrollados de manera inadecuada tienen la capacidad de afectar de manera considerable distintas áreas conductuales de los adolescentes, provocando síntomas depresivos, ansiosos y hostiles que dan como consecuencia a un mayor riesgo del uso excesivo y problemático del internet (Kapetanovic et al., 2025; Niu et al., 2023; Lo et al., 2021; Pham et al., 2025).

Es por tanto que, durante los últimos años no se ha detenido el interés por conocer y entender los factores influyentes al uso excesivo y problemático del internet, como elemento crucial para evitar alteraciones psicológicas entre jóvenes adolescentes, en donde, muchas investigaciones se han enfocado en abordar la contribución que tiene de manera directa el estilo de crianza (Niu et al., 2023; Chung et al., 2019).

El estilo de crianza es clasificado de acuerdo a patrones comportamentales de los progenitores, y, a su vez, en el cuidado emocional que estos desarrollan sobre sus hijos (Acoba, 2024; Pachi et al., 2023; Peng et al., 2022). De acuerdo a la literatura, existen cuatro estilos de crianza, tales como: el autoritario, autoritativo, permisivo y negligente, los cuales, según diversas investigaciones resultan esenciales de abordar para predecir resultados psicológicos (Shabahang et al., 2023; SuwinyattichaiPorn & Johnson, 2022).

En concordancia con lo expuesto, la presente investigación consiste en una revisión narrativa de la literatura científica reciente de publicaciones de 2020 a 2025 sobre el abuso tecnológico en adolescentes, poniendo un énfasis especial en el papel de las variables familiares. Partiendo de la hipótesis de que ciertas características del entorno familiar pueden ser tanto factores de protección como de riesgo frente a la conducta adictiva a las pantallas, este trabajo se propone analizar y sintetizar los hallazgos de estudios actuales que abordan dicha cuestión. En concreto, el

objetivo central es determinar de qué manera influyen en el riesgo de abuso tecnológico factores como el estilo parental, la supervisión y las normas de uso, la cohesión del núcleo familiar, el apoyo emocional y el clima educativo en el hogar. A través de esta revisión se buscará identificar cuáles de estos factores actúan como elementos protectores que reducen la probabilidad de adicción tecnológica y cuáles, por el contrario, representan factores de riesgo que la incrementan. Asimismo, se señalarán vacíos de investigación pendientes y se presentarán algunas formas de actuación preventiva basadas en la evidencia recopilada.

Estado de la cuestión

La rápida expansión de las tecnologías digitales en la última década ha vuelto las pantallas casi omnipresentes en la vida cotidiana de los adolescentes. En esta etapa, predominada por la búsqueda de entretenimiento y conexión social, el uso de *smartphones*, redes sociales y videojuegos se ha disparado exponencialmente (Chemnad et al., 2023). Si bien esta conectividad aporta beneficios innegables, también ha generado preocupación por el posible uso abusivo de la tecnología entre los jóvenes. Estudios recientes indican que una gran proporción de adolescentes exhibe signos de uso problemático de Internet o dispositivos digitales (Chemnad et al., 2023; Liu et al., 2024). Además, la pandemia de COVID-19 empeoró la situación: durante los confinamientos, el tiempo diario frente a las pantallas llegó a incrementarse cerca de un 50% en promedio (Nagata et al., 2022). Este panorama ha alimentado el debate en torno a la llamada “adicción a Internet” o “adicción a las pantallas”, términos empleados para describir un uso excesivo y fuera de control de las tecnologías digitales que interfiere en la vida cotidiana y puede provocar síntomas de abstinencia al intentar reducirlo (Chemnad et al., 2023). Aunque todavía no hay consenso para reconocer formalmente este problema en los manuales diagnósticos, los expertos advierten que es un fenómeno real en expansión, con potenciales repercusiones negativas para el bienestar juvenil (Chemnad et al., 2023). No resulta sorprendente, entonces, que expresiones como “uso problemático de Internet” o “*gaming disorder*” se hayan vuelto cada vez más habituales en la literatura reciente, reflejando la creciente

preocupación por las posibles consecuencias del abuso tecnológico en la adolescencia.

Bajo este contexto, la atención se justifica por varias razones. Por un lado, su predominio, y, por otra parte, la rapidez con la que las nuevas generaciones adoptan la tecnología hacen que prácticamente todos los adolescentes dispongan de acceso a Internet y dispositivos móviles, dedicando varias horas al día a actividades en línea. Muchos incluso reconocen emplear más tiempo del que quieren emplear en redes sociales, aun cuando les resulta difícil reducir ese hábito (Wegmann y Brand, 2016). Por otro lado, el uso compulsivo de la tecnología durante la adolescencia se ha vinculado con diversos problemas de salud y de adaptación. Por ejemplo, el exceso de tiempo de pantalla se asocia con alteraciones del sueño, un menor rendimiento académico e incluso con patologías como depresión, ansiedad o aislamiento social (Tang et al., 2024; Liu et al., 2024). Estos hallazgos sugieren que, lejos de ser un pasatiempo, el abuso tecnológico puede constituir un factor de riesgo para el desarrollo integral del menor. Al comprometer áreas clave como el descanso nocturno y las interacciones cara a cara, este “enganche digital” debe ser investigado con la misma firmeza que otras conductas adictivas propias de la adolescencia. En consonancia con esta realidad, los últimos años han visto un notable incremento de estudios dirigidos a identificar qué factores inciden en que un adolescente desarrolle o no una relación equilibrada con la tecnología (Orben y Przybylski, 2019). Comprender dichos factores es clave para diseñar estrategias preventivas y de intervención efectivas.

Entre los distintos factores examinados, el entorno familiar destaca como especialmente relevante e incluso con un posible rol mediador en el abuso tecnológico juvenil. La familia es el núcleo social primario del adolescente y ejerce una influencia profunda durante esta etapa, por lo que resulta razonable pensar que las características y dinámicas familiares modulen los hábitos digitales de los jóvenes (Rosales-Navarro & Torres Pérez, 2025). De hecho, cada vez más estudios recientes abordan el papel de las variables familiares en este ámbito, bajo la premisa de que estos factores pueden actuar como protectores, reduciendo el riesgo de adicción, o, por el contrario, como factores de riesgo que predisponen a

un uso desadaptativo de la tecnología (Efrati et al., 2024). En esta línea, algunos autores sugieren que las intervenciones para prevenir la adicción a Internet deberían involucrar al núcleo familiar y no centrarse únicamente en el individuo (Chemnad et al., 2023; Y. Wang et al., 2024a). En suma, la conducta digital del adolescente no ocurre de manera aislada, sino que se desarrolla dentro de un contexto relacional donde padres, madres e incluso hermanos pueden influir de forma notable.

Un primer factor familiar importante es el estilo parental, es decir, la manera en que los progenitores educan y se comunican con sus hijos. La literatura distingue tradicionalmente cuatro estilos parentales principales: autoritario, autoritativo (o democrático), permisivo y negligente, en función de cómo combinan el control y la calidez afectiva (García et al., 2018). En general, se ha observado que un estilo equilibrado y democrático con afecto pero también con normas claras tiende a proteger frente a conductas adictivas, mientras que estilos extremadamente permisivos que permiten una libertad sin control o negligentes, con escasa supervisión e implicación, se asocian con mayor riesgo de uso problemático de las pantallas (Rosales-Navarro & Torres Pérez, 2025). Por ejemplo, en un estudio con estudiantes adolescentes, el estilo permisivo por parte del padre predijo niveles más altos de adicción a Internet en los hijos (Setiawati et al., 2021). De modo similar, una crianza demasiado estricta o punitiva podría contribuir al problema: cierta evidencia indica que un estilo parental duro incrementa la propensión a la adicción a Internet, en parte al generar mayores dificultades emocionales en el adolescente (Wang et al., 2024a). Ahora bien, la influencia del estilo parental no es uniforme en todos los contextos. Un meta-análisis reciente encontró que las relaciones entre las prácticas parentales generales (autoridad, calidez, control, etc.) y el uso problemático de Internet, aunque estén presentes, son de magnitud relativamente moderada (Lukavská et al., 2022). Esto sugiere que pueden intervenir otros factores mediadores y que la efectividad de cada estilo depende en cierta medida del contexto familiar y de las características del adolescente.

Otro conjunto de variables familiares relevante lo constituyen la supervisión parental y las normas de uso tecnológico establecidas en el hogar. Establecer

límites claros en cuanto al tiempo de pantalla y a los contenidos permitidos, junto con una supervisión activa del uso digital, suele actuar como factor de protección frente al uso compulsivo de los dispositivos. Cuando los padres fijan reglas razonables, como horarios definidos o “zonas sin pantallas”, y muestran interés por las actividades en línea de sus hijos, es menos probable que estos desarrollen hábitos tecnológicos descontrolados. Por el contrario, la ausencia de control o de límites se ha vinculado con un mayor riesgo de conductas digitales adictivas (Zhu et al., 2023a). Además de la presencia de normas, importa la manera de implementarlas, ya que se ha observado que las estrategias de mediación parental que combinan cierto control con diálogo, por ejemplo, hablar sobre el uso responsable del *smartphone*, pueden reducir la tendencia a la adicción al móvil en los hijos, en parte fortaleciendo habilidades de autorregulación en estos últimos (Chen et al., 2025). En cualquier caso, la supervisión resulta más eficaz cuando se ejerce en un clima de apoyo y confianza. La investigación indica que la comunicación abierta y un buen vínculo afectivo entre padres e hijos potencian el efecto protector de las normas, haciendo que la vigilancia parental sea mucho más efectiva en contextos familiares positivos (Zhu et al., 2023a).

El clima familiar general, particularmente la cohesión y el apoyo emocional en el hogar, constituye otra pieza crucial. En líneas generales, una familia unida, con buena comunicación y en la que el adolescente se siente escuchado y apoyado, tiende a proteger frente al refugio excesivo en la tecnología. Por el contrario, las dinámicas familiares disfuncionales pueden llevar al joven a buscar en el mundo digital la compensación a esas carencias afectivas. Un estudio con más de 20.000 participantes ilustró este punto: la escasa comunicación familiar se asociaba indirectamente con un mayor uso problemático de Internet en los adolescentes, al propiciar sentimientos de soledad que luego el menor intentaba mitigar en la red (Liu et al., 2024). En otras palabras, si el adolescente no encuentra un espacio donde expresarse ni se siente comprendido en casa, es más propenso a volcarse en la interacción virtual en busca de aceptación o distracción. A la inversa, sentir cercanía y apoyo por parte de la familia reduce la necesidad de evadirse. También, un entorno afectivo positivo proporciona modelos de autorregulación, es decir,

padres que manejan de forma equilibrada su propio uso tecnológico y brindan calor emocional fomentan en sus hijos una mayor capacidad para controlar su tiempo de pantalla. Por el contrario, se ha observado que cuando un progenitor abusa de Internet o del móvil, tiende a normalizar ese comportamiento y aumenta el riesgo de imitación en el adolescente (Chemnad et al., 2022). En esa línea, el “*phubbing*” parental, la tendencia a ignorar al hijo por atender el teléfono, se ha vinculado con niveles más altos de adicción al *smartphone* en los jóvenes (Tang et al., 2024; Liu et al., 2025). En síntesis, factores como la calidad del vínculo afectivo, la presencia de normas razonables y la comunicación abierta actúan como elementos mediadores que, según cómo se conjuguen en cada hogar, pueden frenar o potenciar el desarrollo de hábitos tecnológicos poco saludables.

Metodología

Este Trabajo de Fin de Grado se llevó a cabo mediante una revisión bibliográfica sobre el abuso de la tecnología en jóvenes y la influencia de las variables familiares. Se realizó una búsqueda en las bases de datos académicas Scopus, Web of Science (WoS), PsycINFO y Google Académico.

Las estrategias de búsqueda combinaron términos relacionados con familia y tecnología en población joven, tanto en inglés como en español. Asimismo, cabe destacar que se ha realizado el uso del operador booleano AND con la finalidad de estructurar ecuaciones de búsqueda, limitando de esta forma el proceso de la investigación con el alcance de artículos capaces de responder al objetivo de la investigación.

Las ecuaciones formadas han sido las mencionadas a continuación:

- Abuso tecnológico AND estilo parental AND cohesión familiar AND apoyo emocional AND clima educativo.
- Technological abuse AND parenting style AND family cohesion AND emotional support AND educational climate.
- Abuso tecnológico AND factores protectores AND factores de riesgo.
- Technological abuse AND protective factors AND risk factors.

Asimismo, cabe destacar que se plantearon una serie de criterios de selección, tales como:

- Criterios de inclusión
 - ✓ Población: Adolescentes.
 - ✓ Enfoque: Variables familiares influyentes en el uso y abuso de la tecnología.
 - ✓ Año de publicación: Artículos publicados entre el período 2020-2025.
- Criterios de exclusión
 - ✓ Artículos que aun respondiendo a los criterios de inclusión no fueron capaces de contestar a los objetivos de la investigación.

El proceso de búsqueda y selección de literatura siguió varias etapas:

Se revisaron los resultados iniciales y se descartaron aquellos estudios que no encajaran con los objetivos, como artículos centrados solo en población adulta, en intervenciones no relacionadas con la familia o con variables centradas en otros tipos de abuso o problemas de salud mental.

Se incluyeron artículos con muestra adolescente, que exploren al menos una variable familiar como mediadora o moduladora del uso problemático. Se incluyeron también estudios empíricos (cuantitativos o cualitativos) y revisiones que abordaran la relación entre variables familiares y el uso descontrolado de la tecnología en jóvenes de 11 a 18 años. Se excluyeron estudios anteriores a 2020, investigaciones en poblaciones clínicas muy específicas, o que traten variables individuales (autoestima, ansiedad, etc.). Además, se excluyeron los artículos relacionados con otros tipos de abuso, como el abuso a menores, a las drogas, abuso sexual, etc.

Los artículos preseleccionados tras las etapas anteriores fueron leídos para confirmar su relevancia y extraer evidencias clave para confirmar los objetivos planteados.

Tras este proceso de cribado, finalmente se incluyeron alrededor de 20 estudios que cumplían los criterios y aportaban datos significativos sobre el rol de la familia en el abuso tecnológico juvenil. Los datos extraídos de cada estudio se

sintetizaron de forma narrativa. En la síntesis de resultados se prestó especial atención a identificar patrones comunes, discrepancias y la presencia de variables mediadoras o moduladoras dentro de la dinámica familia-tecnología.

Los estudios analizados emplearon metodologías diversas, como encuestas, estudios longitudinales prospectivos e incluso meta-análisis. Esta variedad metodológica aportó una visión amplia y firme de la hipótesis. Sin embargo, se asumió un enfoque integrador: los hallazgos se narran de forma cualitativa en la sección de resultados para enfatizar la comprensión global por encima del detalle numérico.

En cuanto a la fiabilidad y validez de la evidencia considerada, se dio preferencia a estudios publicados en revistas de alto impacto indexadas en las bases de datos, y se contrastaron hallazgos entre múltiples fuentes para reforzar la confianza en las conclusiones. De este modo, se busca evitar posibles sesgos individuales de cada estudio, apoyándose en la concordancia de resultados a través de distintas investigaciones.

Resultados

Los estudios analizados abarcan una variedad de contextos culturales y se centran en adolescentes de 11 a 18 años. En conjunto, confirman que las variables familiares desempeñan un papel crucial en el riesgo de abuso de la tecnología (especialmente de Internet y *smartphones*) en la juventud. A continuación, se sintetizan los hallazgos agrupados en torno a las principales variables familiares estudiadas:

Estilos parentales y prácticas de crianza

En el estudio de Villajero et al. (2020) los autores se enfocaron en estudiar la asociación entre los estilos parentales y el patrón de ajuste personal entre jóvenes, encontrando que, a través de la evaluación de las dimensiones de aceptación, implicación e imposición se encontró un patrón tanto a corto como a largo plazo sobre los estilos ejecutados a nivel no solo del ajuste personal, sino también social. De manera concreta, la evidencia proporcionada permitió conocer que el estilo parental indulgente se asoció de manera directa con

mejores valores a nivel del ajuste social y personal en comparación del estilo autoritario y negligente, las cuales alcanzaron resultados más bajos. En concreto, el estudio demostró que en el desarrollo parental es necesario analizar el contexto cultural en el cual se desenvuelven ya que este puede influir de manera significativa en el ámbito familiar.

En línea con lo anterior, en una investigación se generó el interés por explorar la influencia de los estilos de crianza en la percepción de los adolescentes, entendiendo que las mismas representan una tarea poco fácil de ejecutar para los padres y/o cuidadores, en especial, cuando sus hijos se encuentran en la fase de la adolescencia. En ese sentido, a través de un estudio cualitativo hermenéutico se llevó a cabo una entrevista semiestructurada aplicada a una población de estudiantes adolescentes entre 13-17 años de edad, en donde, los resultados alcanzados permitieron revelar que el estilo democrático es el método parental de mayor eficacia para mediar y beneficiar el aprendizaje y a su vez el desarrollo socioemocional de los adolescentes.

En línea con lo anterior, son varios los estudios que evidencian que el estilo de crianza influye significativamente en el uso problemático de tecnología por parte de los hijos. En general, los estilos parentales autoritarios o permisivos, caracterizados por baja calidez en el caso de las autoritarias o bajas supervisiones en el caso de los permisivos, se asocian con mayores niveles de adicción a Internet en adolescentes. En un estudio, Setiawati et al. (2021) encontraron en estudiantes de 12-15 años que tanto el estilo permisivo como el autoritario del padre se correlacionaban positivamente con el nivel de adicción a Internet de los adolescentes, mientras que estilos más equilibrados, como el democrático o el autoritativo, actuaban como factor protector. De hecho, el estilo permisivo paterno emergió como un pronosticador significativo de la adicción juvenil (frente a los estilos maternos, que no mostraron esa asociación tan marcada), indicando una posible influencia diferencial según la figura parental. Estos datos sugieren que la falta de normas claras o, por otro lado, la disciplina rígida sin diálogo, pueden propiciar un uso descontrolado de las pantallas por parte de los menores. A la inversa, los indicadores positivos de estilos parentales tienden a asociarse con menor adicción. En suma, la evidencia apoya la importancia de un estilo parental equilibrado: tanto la permisividad extrema como

el autoritarismo estricto pueden aumentar la vulnerabilidad del adolescente al abuso tecnológico.

Por su parte, Morales et al. (2021) a través de su estudio se enfocó determinar la asociación entre los estilos parentales y su respectiva influencia en la adicción al internet, en estudiantes adolescentes, en donde, se optó por aplicar como herramientas de evaluación la escala de normas de exigencias y la escala de adicción a internet, en donde, los resultados alcanzados demostraron la existencia de una relación marcada sobre el estilo parental y el uso excesivo y problemático del internet, encontrando de manera concreta, una asociación negativa entre el estilo democrático y autoritario, aunque, por otra parte se encontró que no existe relación sobre el estilo permisivo y la adicción al internet, esto enfocado desde el abordaje maternal, aspecto que cambió de manera considerable en el estilo permiso del padre en el cual si se halló una asociación que demuestran la influencia de la forma con la adicción al internet. En ese sentido, el estudio concluyó demostrando que el estilo parental y por tanto de crianza tiene la capacidad de influir de manera potencial con la adicción a internet por parte de jóvenes adolescentes.

Desde esta perspectiva, la evidencia encontrada sobre algunos estudios realizados durante los últimos años ha demostrado que la adicción a la tecnología pertenece a las adicciones no tóxicas que dan a lugar a la manifestación de procesos de dependencia semejantes a otras variables de interés, como el género, el juego, entre otros (Hu et al., 2022). Es así, como se menciona que el desorden adictivo tiene la capacidad de provocar el uso excesivo y problemático de herramientas TIC y recursos similares. Es así, como, los factores familiares son caracterizados por ser una variable de gran influencia en este tipo de problema, encontrando que, los estilos parentales en los cuales los adolescentes perciben un elevado control patológico o extrema por parte de los padres se asocian a niveles más elevados de adicción al internet (Morales et al., 2021).

Control parental conductual y psicológico

Un aspecto específico estudiado es cómo ejercen control los padres sobre el uso de dispositivos. Zhu y Deng (2023b) demuestran que el control parental de tipo conductual, que establece reglas claras de uso u horarios, se asocia con menores niveles de adicción a Internet en adolescentes, mientras que el control psicológico, tácticas de manipulación emocional o sobreprotección excesiva, se relaciona con mayor propensión a la adicción. Si bien el efecto negativo del control psicológico en este estudio fue menor, la tendencia sugiere que este tipo de control intrusivo puede agravar el problema. Un dato interesante que aportan Zhu y Deng (2023b) es que la calidad de la relación padre-hijo modera estos efectos: cuando existe una buena relación afectiva, la influencia beneficiosa del control conductual paterno es más fuerte, y el impacto negativo del control psicológico (tanto materno como paterno) es más débil. En otras palabras, una relación positiva y de confianza entre progenitor e hijo adolescente potencia la eficacia de las normas y límites saludables, a la vez que amortigua el daño que puede causar un control inapropiado. Este resultado afirma que no solo importan las normas en sí, sino cómo se implementan en el contexto relacional. Padres con buena comunicación y vínculo afectivo pueden guiar mejor el uso tecnológico de sus hijos, mientras que, en entornos familiares conflictivos, incluso límites bien intencionados podrían generar rechazo o estrés en el joven.

Para Açıkel y Çetin (2024) los estilos parentales, desde el abordaje de dimensiones como el carácter y el temperamento se asocian de manera directa con la utilización problemática del internet, encontrando que, el uso del teléfono se logró correlacionar de manera negativa con el carácter de rigor superavitaria, cooperativo y de implicación, relevando a su vez, que el estilo parental autoritario se relacionó de forma directa con un uso menor del internet, aspecto distinto al resto de estilos de aprendizaje parental, en donde, se comprobó que a través de la indiferencia, la ausencia de límites y normas, enormes exigencias, desarrollo de comunicación unidireccional y el desarrollo de acciones permisivas influyen en que los adolescentes ejecuten un mayor uso problemático del internet y de las herramientas TIC.

Los resultados alcanzados y expuestos en el párrafo anterior permitieron encontrar una similitud con el estudio de Arias y Cáceres (2021) quienes revelaron que los padres autoritarios que establecen reglas estrictas sin flexibilidad y con ausente comunicación dan a lugar a que se críen hijos obedientes, sin embargo, estos se asocian con baja autoestima y problemas de adaptación social, teniendo estos una mayor probabilidad de asociarse con adicción al internet. Según los resultados reflejados por parte de los autores, los padres permisivos, que demuestran de manera constante cariño, amor y apoyo pero con baja disciplina y control, establecen un estilo de crianza complejo para que los adolescentes sigan normas, lo que provoca mayores problemas de comportamientos y la ausente capacidad para autorregularse, contribuyendo al uso problemático del internet.

Uso de dispositivos por parte de los padres y “phubbing” parental

Los comportamientos tecnológicos de los progenitores en el hogar también son factores relevantes. Un fenómeno reciente estudiado es el “phubbing” parental, término que se refiere a cuando los padres ignoran o desatienden a sus hijos por estar enganchados a sus propios teléfonos. La evidencia indica que esta conducta es perjudicial para la salud digital que acaban desarrollando los jóvenes. Tang et al. (2024a) demostraron que la frecuencia con que los padres hacen *phubbing* está directamente asociada con una mayor adicción al *smartphone* en sus hijos adolescentes. La explicación de este vínculo parece residir en el impacto emocional: según Tang et al. (2024b), el phubbing de los padres predispone a los hijos a sentir síntomas depresivos, y dicha depresión actúa como mediadora parcial de la relación entre el phubbing y la adicción al móvil.

En adolescentes que perciben que sus padres “los relegan” por el teléfono, aumenta la probabilidad de depresión, lo que a su vez puede llevarlos a buscar compensación en un uso excesivo de las redes sociales u otras aplicaciones, perpetuando así el ciclo de adicción. Además, este estudio identificó un moderador contextual relevante: un clima escolar negativo (por ejemplo, mala calidad percibida del ambiente escolar) hace más fuerte el efecto del phubbing parental sobre la depresión en los hijos. Esto sugiere que un adolescente que,

además de sentirse ignorado en casa, tampoco encuentra apoyo en la escuela, estaría doblemente vulnerable a desarrollar problemas emocionales y conductas adictivas con la tecnología. Por tanto, la falta de atención parental presencial (*phubbing*) es una señal de alarma: no solo modela un mal hábito digital, sino que erosiona la conexión afectiva padre-hijo y puede detonar problemas psicológicos subyacentes que derivan en abuso tecnológico.

Si bien son múltiples los estudios que se han enfocado en analizar las consecuencias del *phubbing parental*, en su mayoría han sido abordados a fin de entender la salud mental y el proceso de interacción social, existiendo solo pocos dirigidos para entender la relación entre el *phubbing* y la interacción parental, en donde, se ha generado el interés de que posiblemente este aspecto podría representar una manera de interacción entre padres e hijos y el respectivo comportamiento de los adolescentes hacia sus padres (Juthamane y Gunawan, 2021). Es así, como, ante el estudio de Cheng et al. (2024) los autores revelaron una correlación negativa del *phubbing* con el estilo parental permisivo, pero no con el autoritario, encontrando a su vez, que el *phubbing* desarrolla elementos de carácter intergeneracional, logrando la disminución de la conducta autoritaria entre adolescentes.

Para Li et al. (2025) la etapa de la adultez representa una fase crítica para el desarrollo de aspectos personales y sociales, por lo cual, durante la adolescencia, es común que los sujetos adquieran una mayor vulnerabilidad para sufrir ansiedad social. Es así, como, en este estudio se comprobó una correlación positiva con el miedo y la timidez en el *phubbing*, logrando agravar la ansiedad social, entendiendo la influencia de elementos cognitivos-conductuales durante el proceso.

Adicción a la tecnología en los padres

En relación con lo anterior, otro factor familiar estudiado es la propia conducta adictiva de los padres hacia la tecnología. Padres muy enganchados al móvil o Internet no solo sirven de modelo a imitar, sino que también suelen mostrar menos supervisión y más actitudes negativas en la crianza. Un estudio coreano (Doo & Kim, 2022) exploró esta dinámica y encontró evidencias de un efecto

cascada: la adicción al *smartphone* en los padres se relaciona con mayor adicción en sus hijos adolescentes, tanto de forma directa como indirecta. En cuanto a la vía indirecta, Doo y Kim (2022) identificaron dos variables mediadoras que explican cómo el problema parental termina reflejándose en el hijo: por un lado, las actitudes parentales negativas, como mayor hostilidad, críticas o disciplina inconsistente asociada al estrés del progenitor y, por otro, la agresividad del propio adolescente. En familias donde el padre o madre dedica mucho tiempo a la tecnología, a menudo se observan actitudes parentales más negativas; estas, a su vez, generan mayor agresividad en el adolescente, y finalmente ambos factores en cadena contribuyen a que el adolescente desarrolle una adicción a la tecnología. De hecho, en el estudio se comprobó que esta cadena actuó como una doble mediación que aumentaba la probabilidad de adicción en jóvenes. A su vez, también destaca varios niveles de influencia: la conducta tecnológica del progenitor afecta no solo por modelado directo, sino que también merma la calidad de la crianza y el clima emocional del hijo (que responde con conductas agresivas), lo que por ende favorece el enganche a las pantallas. En suma, las intervenciones deberían considerar abordar la posible adicción tecnológica de los padres y sus estilos educativos, dado que ambos están entrelazados con el bienestar digital de los hijos.

En concreto, son varios los estudios que han demostrado el aumento exponencial de la preocupación que se ha generado a nivel mundial con respecto a la adicción a internet en jóvenes, aspecto que ha dado a lugar al fomento del desarrollo de investigaciones constantes que se enfoquen en analizar los efectos y los predictores de este tipo de problemática en el desarrollo juvenil. En particular, en una investigación en la cual se incluyeron padres y adolescentes de distintos países del continente europeo, se logró evidenciar a través de la contestación de encuestas que los padres que se asocian con adicción al internet es una variable influye para provocar el mismo interés en sus hijos; de esta manera, la información proporcionada sugirió a su vez que desde esta perspectiva se manifiestan mecanismos sociopsicológicos en donde los elementos culturales tienen una participación directa y por tanto de influencia sobre el riesgo de que los adolescentes usen de forma problemática el internet (Yankouskaya et al., 2025).

No obstante, aun para la fecha, existen pocas investigaciones orientadas para conocer la adicción parental con el uso del internet, debido a que este aspecto no ha sido visto con gran preocupación dentro de la sociedad (Zhang et al., 2023). Es por tanto que, los autores en cuestión, ponen de manifiesto durante la exposición de sus resultados que los pocos estudios existentes enfocados al análisis de esta problemática han sugerido que este tipo de comportamiento desarrollado en los padres podría estar ligado de manera directa a inconvenientes de carácter interpersonal, sensación de soledad e interés exponencial por el uso de este tipo de recurso para el entretenimiento (juegos en líneas, películas, libros, entre otros), este último aspecto utilizado con la finalidad de disminuir el estrés cotidiano. De la misma manera, se evidenció que las compras en línea representan otro factor influyente en la utilización del internet por parte de los padres. En ese sentido, si bien, algunos estudios han demostrado el incremento del interés científico y académico por conocer la adicción al internet por parte de los padres, las investigaciones acerca de los síntomas y las variables que contribuyen en su uso siguen siendo bastantes limitadas, por lo cual se requiere del desarrollo de abordajes extensos que se encarguen de analizar y evaluar este fenómeno, considerando de igual forma aquellas implicaciones que se generarían dentro del funcionamiento familiar y en el desarrollo infantil y juvenil (Yankouskaya et al., 2025).

Una de las investigaciones abordadas desde esta variable fue realizado sobre las consecuencias alcanzadas por la pandemia del COVID-19, en donde se abordó la forma en la cual los individuos hacían uso del internet con la finalidad de ejecutar prácticas laborales y sociales, teniendo un especial interés por reconocer este tipo de medio y su impacto en el funcionamiento familiar, teniendo en cuenta que dichas circunstancias ocasionaron la proliferación de internet dando a lugar a una creciente prominencia de la adicción a internet, especialmente, entre los más jóvenes, presentando una amenaza para la salud mental e incluso social (Long et al., 2024).

Desde esta perspectiva, se diseñaron estudios destinados a explorar la manera en la cual el comportamiento adictivo parental se relaciona de manera directa como una variable influyente en la adicción a internet de los más jóvenes, teniendo en consideración la teoría de sistemas familiares según la dependencia

parental a los móviles y el factor moderador de roles parentales. En concreto, se encontró que la dependencia parental al móvil se relaciona de manera directa con la adicción al internet en jóvenes, siendo esta a su vez influenciada por el elemento mediador de discusiones dentro del sistema familiar, entre padres e hijos (Long et al., 2024).

Asimismo, se encontró que los roles parentales tienen la capacidad de moderar las relaciones entre la dependencia del móvil entre los padres y el conflicto de estos con los hijos. No obstante, en comparación con las madres los resultados correlacionales se asociaron de forma directa con el conflicto entre padres e hijos, aspecto que según los autores podría ser relacionado al contexto cultural en el cual se desenvuelven, en donde, en algunos casos se observa al padre como el sustento y a las madres como amas de casas. En línea con lo mencionado, se reconoce entonces que, las madres asumen en la mayoría de los casos responsabilidades parentales destinadas para desarrollar vínculos emocionales con los hijos, siendo este un factor protector que previene la adicción a internet. Es así, como, se han realizado una serie de recomendaciones destinadas para disminuir la dependencia al móvil a fin de evitar conflictos dentro del sistema familiar, sugiriendo a su vez que los padres incrementen su participación dentro de la crianza, logrando entre otras cosas, promover el uso del internet mediante hábitos saludables (Long et al., 2024).

Para Geng y Liu (2025) a través de un estudio destinado a conocer las correlaciones existentes sobre la adicción a móviles inteligentes, la existencia de emociones negativas, las relaciones parentales y la interacción de cada una de las variables mencionadas los resultados alcanzados permitieron revelar hallazgos significativos, en donde, se encontró inicialmente que las dimensiones de la adicción a móviles inteligentes generaron un impacto divergente en las emociones tanto de padres como de hijos, observando un mayor retraimiento, emociones negativas y limitaciones o ausencia de habilidades para la regulación emocional, seguido a esto, el estudio en cuestión también reveló sobre la existencia de efectos diferenciales de la adicción al internet entre padres e hijos a través de la pérdida de control que influye en la intimidad positiva, el retraimiento incremento la dependencia y las discusiones.

De igual manera, en el estudio mencionado en el párrafo anterior, se encontró que la adicción a móviles inteligentes impactaba de manera significativa las emociones en las relaciones entre padres e hijos, encontrando un aumento de la intimidad, el conflicto y la dependencia. En ese sentido, se comprobó que existen una serie de dimensiones que proporcionan distintos impactos en la regulación emocional de padres e hijos, en donde, las emociones negativas afectan las relaciones familiares de manera considerable (Geng & Liu, 2025).

Clima familiar

Los estudios revisados coinciden en que el entorno familiar general es un marco determinante en el riesgo de adicción tecnológica juvenil. En concreto, un buen clima familiar, caracterizado por cohesión, apoyo emocional, comunicación fluida y baja conflictividad, actúa como factor protector. Chemnad et al. (2023), en una muestra de adolescentes de Qatar, observaron que un entorno familiar positivo se asociaba con menores niveles de adicción a Internet incluso controlando otras variables. De hecho, junto con un buen ambiente escolar, la familia experimentaba una reducción significativa en la probabilidad de un uso patológico de Internet. Por el contrario, numerosos trabajos señalan que los problemas en el funcionamiento familiar aumentan la vulnerabilidad del adolescente frente a las conductas adictivas en línea. Entre estos factores de riesgo se incluyen: baja cohesión familiar, alta conflictividad, comunicación deficiente, presencia de violencia intrafamiliar, e incluso aspectos como inestabilidad o disfunción general en la organización familiar.

Estudios con grandes muestras en Asia (por ejemplo, Liu et al., 2024) reportan que en familias con escasa cohesión y conflictos frecuentes, la tasa de uso problemático de Internet en adolescentes es significativamente mayor, lo que sugiere que algunos jóvenes podrían estar usando la red de forma compulsiva como vía de escape de un hogar emocionalmente negativo. Además, la teoría del desarrollo propone que ciertas capacidades del adolescente, como el autocontrol, se forman en parte gracias al contexto familiar. Si un adolescente no adquiere habilidades de autorregulación debido a límites poco claros o relaciones familiares disfuncionales, será más propenso a dejarse llevar por los impulsos, incluyendo el consumo excesivo de redes sociales, juegos en línea u

otras tecnologías digitales. En resumen, la dinámica familiar actúa como precursora: un ambiente sano puede fomentar en el joven resiliencia y control sobre su conducta digital, mientras que un ambiente tóxico puede precipitar la búsqueda de refugio o compensación en la tecnología, incrementando el riesgo de abuso (Dong et al., 2023).

Durante las últimas décadas se han diseñado una serie de investigaciones que han revelado que la adicción a internet tiene la capacidad de alterar de manera potencial la salud de los adolescentes no solo a nivel mental, sino también en lo que refiere al ámbito físico e incluso social. En ese sentido, a partir del estudio de la influencia del clima familiar y la adicción a internet entre jóvenes se logró encontrar que la disciplina inconsistente tiene la capacidad de ser un factor predictivo en la adicción a internet, totalmente distinto a la crianza positiva, en donde se encuentran niveles más bajos de adicción a internet entre jóvenes. Asimismo, se encontró de manera participativa que la supervisión no se asocia a este tipo de problemática (Osama et al., 2024; Martins et al., 2020).

Para Jiamin et al. (2025) el análisis de las conductas parentales y el uso problemático de internet en adolescentes se asoció de manera directa a una dinámica familiar alterada, la cual tiene la capacidad de influir en el desarrollo inadecuado de hábitos digitales en jóvenes. En concreto, los hallazgos encontrados revelaron que el clima familiar asociado a discusiones representa un factor predictivo en este tipo de problemática.

Mecanismos mediadores y modelos explicativos

Un aspecto en común en la literatura reciente es el interés por entender los mecanismos psicológicos intermedios entre las variables familiares y la adicción tecnológica. Varios estudios plantean modelos de mediación múltiple donde las influencias familiares afectan al adolescente a través de factores internos. En su estudio, Wang et al. (2024b) analizaron el impacto del estilo de crianza duro o *harsh parenting*, prácticas parentales caracterizadas por una disciplina severa, críticas o castigos físicos/verbales, en la adicción a Internet y encontraron que, si bien el *harsh parenting* por sí solo tenía un pequeño efecto directo en aumentar la adicción, existía un efecto mediado mucho más potente: el *harsh parenting*

tendía a generar en el adolescente mayores dificultades de regulación emocional y creencias cognitivas desadaptativas (por ejemplo, pensamientos de baja autoestima o ideas de escape a través de Internet), y ambos factores de forma encadenada explicaban un incremento significativo de la adicción a la red. Es decir, la influencia negativa de una crianza dura se manifestaba primero deteriorando la gestión emocional del joven y fomentando pensamientos problemáticos, lo que derivaba en un uso descontrolado. Estos resultados destacan que las variables familiares, frecuentemente, no operan de forma aislada, sino insertas en cadenas causales: una familia disfuncional influye en la psicología del adolescente, y son esos cambios internos los que finalmente se traducen en malas conductas relacionadas con la tecnología. De modo similar, Liu et al. (2025) confirmaron en un estudio longitudinal que los efectos del *phubbing* parental sobre la adicción al móvil del hijo estaban mediados por distorsiones cognitivas y “agotamiento del ego” (reducción de la capacidad de autocontrol) en el adolescente. Concretamente, Liu et al. observaron que cuando los padres ignoraban constantemente al joven por estar usando el móvil, este manifestaba más pensamientos negativos relacionados con el uso del *smartphone* y menor capacidad de autocontrol. Ambas mediaciones (cognitiva y de autocontrol) fueron significativas, incluso operando de forma serial: primero la cognición maladaptativa, luego el agotamiento del autocontrol.

Consecuencias sociales del uso abusivo de tecnologías en adolescentes

Varios estudios recientes revelan que el uso excesivo por parte de los adolescentes influye negativamente en su vida escolar. La adicción a Internet o a los videojuegos suele asociarse con un mayor absentismo y abandono escolar. Por ejemplo, Odinka et al. (2023) señalan que la adicción a Internet puede causar impedimentos sociales y psicológicos, incluyendo el absentismo. Asimismo, investigaciones españolas han documentado que la adicción a los videojuegos repercute en el rendimiento académico de estudiantes de Bachillerato. El resultado es un empeoramiento de las calificaciones y de la motivación por estudiar, factores que pueden conllevar al abandono de los estudios. Durante la pandemia de COVID-19

este fenómeno se agravó: Joe et al. (2022) observaron que la transición repentina a la educación online, junto con la falta de supervisión, redujo la motivación académica, llevó a descuidar las tareas escolares y aumentó las tasas de abandono escolar. En conjunto, la literatura reciente coincide en que el uso abusivo de pantallas reduce el interés por el estudio, eleva el absentismo y empuja a algunos jóvenes a abandonar prematuramente la escuela (Armas & Zambrano-Santos, 2024; Odinka et al., 2023; Joe et al., 2022; Rodríguez).

El abuso de la tecnología en la adolescencia también se asocia con un incremento de conductas agresivas y antisociales. Múltiples estudios encuentran una correlación positiva significativa entre la adicción a Internet y la agresividad juvenil. Zhang et al. (2022) documentaron que, durante la pandemia, los adolescentes con mayor adicción a Internet mostraron niveles más altos de comportamiento agresivo. De hecho, su estudio reveló una relación clara entre adicción a Internet y comportamientos agresivos, mediada por la ansiedad. De modo similar, un estudio peruano halló que cuanto mayor es la adicción a Internet, mayor es la agresividad en los estudiantes de secundaria (Araoz et al., 2020). Asimismo, Wang et al. (2024b) muestran que los adolescentes clasificados con perfil de “alta adicción a Internet” presentaron niveles muy superiores de agresividad en comparación con aquellos con uso moderado o bajo de la red.

Estas conductas agresivas y disruptivas suelen acompañarse de otros comportamientos de riesgo. Las investigaciones indican que los jóvenes con alto uso problemático de tecnología tienen más probabilidad de exhibir actitudes antisociales y de desafiar la autoridad. En un extenso análisis, Joe et al. (2022) advierten que la adicción a Internet contribuye a problemas psicosociales dentro de la familia y conlleva mayor riesgo de conductas desafiantes (desobediencia) y consumo de sustancias. En su revisión señalan que los adolescentes con adicción tecnológica están en mayor riesgo de desarrollar comportamientos agresivos o antisociales y hasta de involucrarse en consumo de drogas. Esto coincide con otras evidencias: Araoz et al. (2020) concluyeron que existe “una relación directa y significativa” entre adicción a Internet y agresividad en adolescentes peruanos. En resumen, el abuso tecnológico parece potenciar la

impulsividad y la rebeldía juvenil, manifestándose en violencia o en actitudes desobedientes hacia docentes y padres (Araoz et al., 2020; Joe et al., 2022; Zhang et al., 2022).

Finalmente, varios autores alertan sobre la influencia del uso prematuro de dispositivos en niños y preadolescentes. El inicio muy temprano del contacto con pantallas (por decisión parental) se vincula con peores resultados en el desarrollo posterior. Un estudio longitudinal reciente encontró que los niños de un año expuestos a más de 4 horas diarias de pantalla presentaron retrasos en el lenguaje y en la resolución de problemas a los 2 y 4 años (Takahashi et al., 2023). Esto sugiere que la exposición excesiva a dispositivos en la primera infancia puede dañar habilidades de comunicación y aprendizaje básicas. Además, se ha visto que los propios patrones de uso de los padres modelan el bienestar infantil. Selak et al. (2025) denuncian que un uso frecuente del teléfono móvil por parte de los padres, incluso en presencia de los hijos, incrementa la frustración y los estados de ánimo negativos en los niños, lo que perjudica su bienestar emocional. En resumen, facilitar el acceso temprano de los menores a *tablets* o *smartphones* sin supervisión adecuada se traduce en peores habilidades sociales y de autocontrol en la adolescencia. En consecuencia, la decisión parental de iniciar prematuramente el uso de pantallas contribuye a un desarrollo social y emocional más problemático, haciendo más vulnerables a los adolescentes frente a las consecuencias negativas del mal uso tecnológico.

Estrategias de mediación parental sobre el uso de tecnología

Por último, cabe destacar los hallazgos sobre cómo los padres intentan mediar o guiar el uso de tecnología de sus hijos, y qué estrategias son más efectivas. Chen et al. (2025) investigaron tres tipos de mediación parental: la mediación activa, o padres que conversan con el hijo sobre el contenido y uso de la tecnología, educando y dialogando; la mediación restrictiva, padres que imponen límites estrictos de tiempo o contenido, a veces mediante controles técnicos; y la supervisión o monitoreo, los padres que vigilan de cerca el uso, revisan dispositivos, etc. Sus resultados, en una muestra amplia de adolescentes chinos, demostraron que la mediación activa está asociada con una menor adicción al *smartphone*, mientras que tanto la mediación restrictiva como la monitorización

excesiva estaban asociadas a un mayor riesgo de adicción. Los autores interpretan que el diálogo abierto y la educación activa ayudan al adolescente a desarrollar un uso más responsable al cubrir necesidades psicológicas básicas de autonomía y comprensión, y reducir el miedo a perderse algo (*FoMO*, *fear of missing out*). Mientras, las tácticas puramente restrictivas o de vigilancia podrían generar reacciones negativas o simplemente estar aplicándose en familias que ya presentan problemas, lo que explicaría su correlación positiva con la adicción. Este estudio también integró variables mediadoras en un modelo complejo: mostró que la mediación activa de los padres reduce la adicción porque influye positivamente en la satisfacción de las necesidades psicológicas del joven y disminuyendo su *FoMO*, mientras que la mediación restrictiva o la monitorización podrían frustrar esas necesidades, aumentando el deseo insano hacia el móvil. En suma, estos hallazgos sugieren que mediar no es simplemente poner reglas, sino acompañar al adolescente en su vida digital. El estilo de mediación parental debe ser más dialogante y educativo que prohibitivo, para lograr el efecto protector deseado.

Síntesis general de resultados

Los datos revisados revelan de manera consistente que, como se trata de confirmar en esta revisión, las características del entorno familiar influyen decisivamente en el desarrollo de un uso problemático de la tecnología en los jóvenes. Se observa que los factores familiares actúan tanto de forma directa como indirecta en la aparición de conductas digitales adictivas. Por ejemplo, la calidad de la relación entre padres e hijos modera la expresión de problemas individuales: un adolescente con baja autoestima o dificultades emocionales puede abusar más de la tecnología si vive en un hogar estresante o poco afectivo, mientras que ese mismo joven podría evitarlo si su familia le proporciona apoyo, normas claras y espacios de comunicación abiertos. En definitiva, los estilos de crianza, la supervisión parental y el nivel de cohesión familiar configuran la manera en que las tensiones personales se traducen en hábitos digitales, de modo que un hogar equilibrado y atento puede atenuar los riesgos internos del adolescente, mientras que un ambiente familiar disfuncional puede amplificarlos.

En líneas generales, las investigaciones coinciden en que un estilo parental equilibrado –basado en afecto, comunicación abierta y establecimiento de normas razonables– se asocia con un uso más sano de Internet, redes sociales y videojuegos entre los adolescentes. La implicación activa de los padres en la vida digital de sus hijos, combinando supervisión atenta con diálogo constante, fortalece la capacidad de autorregulación de los jóvenes. Por el contrario, los entornos familiares caracterizados por la falta de límites o por una disciplina demasiado rígida presentan un mayor riesgo de abuso tecnológico, ya que la falta de normas puede llevar a un uso descontrolado de las pantallas, mientras que la presión constante puede empujar al adolescente a refugiarse en el mundo virtual. En resumen, los hogares con reglas claras brindan un contexto protector, mientras que los entornos familiares disfuncionales propician un terreno fértil para que la adicción digital prospere.

Los resultados resaltan también que el uso abusivo de la tecnología en la adolescencia genera consecuencias importantes en el desarrollo social de los jóvenes. Se constata que los adolescentes con uso excesivo de pantallas suelen tener peor rendimiento académico, manifestado en ausentismo, caída de notas e incluso abandono de los estudios. Además, el abuso de internet y videojuegos se asocia con una mayor conducta agresiva y antisocial. Estos jóvenes muestran más rebeldía y conflictos tanto con figuras de autoridad como en sus relaciones interpersonales. A su vez, estas actitudes generan tensiones en el ámbito familiar porque las discusiones derivadas de la dependencia digital son un motivo de agravio del clima emocional del hogar. En definitiva, se puede confirmar un ciclo preocupante en el que el abuso de la tecnología deteriora el bienestar escolar, social y familiar del adolescente, mientras que las dificultades en el hogar contribuyen a perpetuar un uso excesivo de las pantallas.

Discusión

Los resultados de esta revisión confirman la importancia crítica de la familia en la comprensión del abuso de la tecnología en jóvenes, aportando evidencia actual (2020-2025) de cómo muchas variables familiares median o moderan el desarrollo de comportamientos adictivos hacia Internet y dispositivos digitales.

Interpretación de hallazgos clave

La fuerte asociación encontrada entre estilos parentales disfuncionales y el uso problemático de la tecnología en adolescentes encaja con la idea de que las prácticas de crianza influyen en la autorregulación y las actitudes de los jóvenes hacia las normas. Un estilo democrático, cercano pero con límites firmes, facilita que el menor desarrolle autocontrol y criterio para un uso equilibrado de Internet. Por el contrario, la ausencia de límites puede llevarle a la sobreutilización descontrolada, mientras que la disciplina rígida sin diálogo puede generar una reticencia o malestar emocional que lo empuje también al refugio en la tecnología. Esta interpretación es consistente con estudios previos a 2020 que ya sugerían conexiones entre la dinámica familiar y las adicciones comportamentales. Por ejemplo, diversas investigaciones de finales de la década de 2010 ya apuntaban que una escasa supervisión parental o estilos inconsistentes se relacionaban con más conductas de adicción en adolescentes, mientras que un estilo parental cálido y con normas claras se asociaba a menor propensión a adicciones (Doğrusever & Bilgin, 2025; Guo et al., 2024). Las investigaciones recientes, sin embargo, profundizan en cómo se da esa influencia, aportando modelos mediacionales complejos. Un ejemplo de ello es la identificación de factores emocionales, como la depresión y la agresividad, y cognitivos, las creencias sobre el uso de Internet, como mediadores entre las prácticas parentales y la adicción de los hijos amplía nuestra comprensión. Esto dice que no es una relación directa y simple, sino que la familia impacta al adolescente en su esfera afectiva y psicológica, y es ahí donde se origina la conducta adictiva. Los resultados respaldan que la familia es precisamente uno de esos factores contextuales cruciales, capaz de activar (o menguar) vulnerabilidades. Un adolescente con baja autoestima podría volcarse en Internet para obtener validación, especialmente si su entorno familiar no le brinda apoyo emocional; de manera contraria, incluso un joven con rasgos de impulsividad elevados podría evitar la adicción si sus padres fomentan hábitos saludables, supervisan su tiempo en pantalla y mantienen un diálogo abierto.

Otro aporte notable de los estudios recientes es la distinción entre mediadores y moderadores familiares. Los análisis muestran ejemplos de ambos tipos:

variables como la depresión adolescente o las dificultades de regulación emocional parecen mediar la influencia de la familia, es decir, actúan como puntos intermedios en la cadena causal, mientras que factores como la calidad de la relación padre-hijo o el clima familiar positivo moderan los efectos para un mismo nivel de riesgo individual. El resultado cambia según ciertas características familiares. Este matiz es importante desde el punto de vista práctico, ya que sugiere que la familia puede cumplir dos funciones distintas en relación con el abuso tecnológico. Por un lado, puede ser el canal por el que se transmiten ciertas influencias nocivas, y, por otro, puede ser el escudo que atenúa dichas influencias. El estudio de Zhu y Deng (2023b) halló que una buena relación padre-hijo atenuaba el impacto negativo del control psicológico, lo que indica que fortalecer los lazos afectivos en la familia podría ser un objetivo de intervención tan o más importante que solo enseñar técnicas de control parental. En otras palabras, la calidad de fondo de las relaciones familiares proporciona el contexto en el que las estrategias específicas van a funcionar o fracasar. Esto se alinea con la literatura sobre apego y adolescencia: un apego seguro con los padres se ha vinculado históricamente a menos conductas de riesgo en la adolescencia, incluyendo un menor uso adictivo de sustancias o tecnologías. Los resultados actualizan ese conocimiento al contexto digital, reiterando que un vínculo seguro y de confianza con la familia frena la necesidad de buscar escapes o compensaciones en el mundo virtual.

Implicaciones teóricas

Los hallazgos de esta revisión fortalecen el sustento empírico de varios marcos teóricos contemporáneos. Primero, apoyan el modelo socio-ecológico de Bronfenbrenner aplicado a las adicciones digitales, resaltando que el sistema familiar tiene un impacto notable en las conductas adictivas. Segundo, aportan evidencia a modelos específicos de adicción a Internet, como el mencionado I-PACE, indicando qué variables del entorno familiar repercuten en los procesos cognitivo-afectivos del adolescente. Tanto la identificación de mecanismos mediadores como la regulación emocional o las cogniciones desadaptativas sugieren que las teorías de adicción conductual deben integrar más explícitamente el papel de la familia en esos procesos internos. Asimismo, la

clara influencia de la imitación y el modelado parental, como la adicción tecnológica de los padres replicada en hijos, refuerza teorías de aprendizaje social en el contexto de la era digital. En conjunto, la revisión dibuja un panorama teórico donde la familia actúa tanto como modelo directo de conducta tecnológica, como contexto modulador de vulnerabilidades individuales, y como agente social que satisface o frustra necesidades psicológicas básicas del adolescente, como el sentimiento de pertenencia, autoestima o autonomía. Todo lo cual converge en favorecer o prevenir la conducta adictiva.

Implicaciones prácticas

Desde una perspectiva aplicada, estos resultados tienen implicaciones importantes para diseñar intervenciones que sirvan para prevenir y abordar el abuso tecnológico en jóvenes. Lo principal es que no basta con centrar los esfuerzos únicamente en el individuo adolescente, sino que es totalmente necesario que la familia se involucre. Los programas de prevención de la adicción a Internet y redes sociales deberían incorporar componentes de escuela de padres, entrenamiento en habilidades parentales y terapia familiar cuando sea pertinente. De hecho, la literatura más reciente avala esta aproximación: un estudio de Wang et al. (2024b) encontró que las intervenciones basadas en la familia resultan efectivas para reducir la severidad de la adicción a Internet en adolescentes, especialmente si se combinan con otras terapias individuales. Esto refuerza la idea de que proporcionar a los padres herramientas para mejorar su estilo educativo, comunicación y manejo de normas en el contexto digital puede tener un impacto significativo en la prevención.

Más concretamente, las evidencias sugieren algunas líneas de acción prácticas para distintos actores sociales:

Para padres y madres: en lugar de recurrir exclusivamente a prohibiciones o restricciones rígidas, es preferible dialogar regularmente con los adolescentes acerca de lo que hacen en Internet, mostrar interés por sus videojuegos o redes sociales, y establecer conjuntamente reglas razonables. Asimismo, los padres deberían reflexionar sobre su propio uso tecnológico delante de los hijos. El ejemplo es muy influyente, por lo que moderar el tiempo en pantalla de los

adultos, evitar el *phubbing* y demostrar hábitos digitales equilibrados tendrá un mensaje más efectivo que las normas. Otra recomendación es fomentar el vínculo afectivo dedicando tiempo de calidad, escuchando activamente y apoyando emocionalmente al adolescente para así crear un entorno de confianza que lo protejan contra la adicción incluso si el joven pasa por momentos difíciles. En caso de percibir signos de abuso (aislamiento, bajada de rendimiento académico, irritabilidad cuando no está conectado, etc.), se aconseja buscar ayuda profesional en familia, abordando el problema no como un fallo del menor sino como una situación a resolver entre todos. Estas recomendaciones se alinean con la evidencia prospectiva que indica que mejorar la comunicación entre padres e hijos acerca del uso del *smartphone* y participar activamente en la vida digital de los hijos se asocia con reducciones significativas en el uso problemático, mientras que las actitudes puramente críticas o punitivas pueden incluso empeorarlo.

Para educadores y escuelas: los centros educativos y docentes pueden desempeñar un rol complementario clave. Los resultados señalan que un buen clima escolar también amortigua los riesgos, ya que, al igual que la familia, forma parte del entorno del adolescente. Por tanto, es útil que las escuelas implementen programas de educación digital y promoción de habilidades socioemocionales, involucrando a las familias. Talleres para padres en las escuelas, charlas sobre el uso seguro de Internet y la creación de alianzas entre la escuela y las familias para supervisar y guiar el uso tecnológico, por ejemplo, coordinando normas coherentes entre casa y escuela sobre el uso de *smartphones*, pueden generar una red de apoyo sólida para el joven. Además, el personal orientador y psicológico de las escuelas debería estar atento a indicadores de posible adicción en sus alumnos y, en lugar de responder con sanciones únicamente, derivar a intervenciones educativas que incluyan a los padres.

Para responsables de políticas públicas: a nivel comunitario y político, estos hallazgos abogan por políticas de salud pública y educación familiar. Sería beneficioso impulsar campañas de sensibilización sobre la influencia del entorno familiar en la salud digital de los jóvenes para que la sociedad comprenda que la adicción a la tecnología no es un problema individual aislado, sino del sistema.

También se recomienda financiar y promover programas de formación parental en competencias digitales, como cursos gratuitos o subvencionados para padres sobre control parental efectivo, mediación digital y manejo del estrés familiar asociado a la tecnología. Finalmente, las políticas pueden apoyar la investigación y aplicación de terapia familiar e intervenciones sistémicas para tratar casos ya establecidos de adicción digital juvenil, integrando estos servicios en centros de atención a las adicciones o creando unidades especializadas que trabajen con todo el núcleo familiar del paciente joven.

Limitaciones

Esta revisión ofrece un vistazo actualizado, pero presenta algunas consideraciones. Como primera limitación, cabe destacar que el enfoque metodológico del trabajo se ha establecido a partir de una revisión narrativa, por lo cual, se encuentran limitados la evaluación de la calidad de la evidencia de los estudios, en donde, a su vez, podría ser posible encontrar riesgo de sesgo durante la interpretación de los resultados alcanzados. Asimismo, otra de las limitaciones encontradas ha estado dirigida en la selección de estudios, la cual se enfocó en los artículos indexados en Scopus, WoS y PsycINFO, excluyendo los que estaban en idiomas distintos al inglés o español que fueran relevantes. No obstante, al abarcar las principales revistas internacionales, es poco probable que se hayan perdido hallazgos críticos. En segundo lugar, la heterogeneidad de diseños (transversales y longitudinales) y de contextos culturales en los estudios revisados necesita de cuidado al generalizar: las dinámicas familiares pueden variar según la cultura, por lo que variables como la disciplina o el control parental pueden tener efectos distintos en entornos socioculturales diferentes. Aun así, es notable la consistencia de muchos resultados a través de países, lo que puede indicar que ciertos principios familiares como la comunicación abierta o la cohesión son universalmente protectores. Por último, es importante mencionar que la mayoría de estudios incluidos son correlacionales. Si bien muchos integran modelos teóricos y análisis avanzados que apoyan interpretaciones causales, todavía se necesita más investigación longitudinal y experimental para confirmar causalidad y la eficacia de intervenciones.

Conclusión

En síntesis, el análisis de la literatura revisada evidencia con claridad que las dinámicas familiares juegan un papel determinante en el desarrollo del uso problemático de la tecnología por parte de los adolescentes. En ese sentido, se ha encontrado que:

- Un estilo parental equilibrado y afectuoso tiene un efecto protector importante. Entendiendo que familias en las que los padres combinan una comunicación abierta y apoyo emocional con normas claras sobre el uso de dispositivos presentan menores índices de adicción entre sus hijos. Por el contrario, los estilos de crianza extremos se vinculan a un mayor riesgo de uso problemático de la tecnología. De manera similar, una crianza muy estricta o basada en los castigos puede aumentar la vulnerabilidad del adolescente, puesto que las normas rígidas sin espacio para el diálogo generan un malestar emocional que puede empujar al joven a refugiarse en las pantallas.
- La estrategia de mediación parental más efectiva es la mediación activa, es decir, en la que los padres educan y conversan con sus hijos sobre el contenido en línea y sus experiencias digitales. Por el contrario, las tácticas puramente restrictivas o la vigilancia excesiva como imponer bloqueos estrictos sin explicación, mostraron correlaciones opuestas: los jóvenes expuestos a ese estilo de mediación tienden a reaccionar con ansiedad o a desafiar las normas, lo que puede aumentar su atracción hacia las pantallas a modo de protesta.
- El clima emocional de la familia surgió como otro factor clave. Las familias unidas, con buena comunicación interna, apoyo emocional constante y baja conflictividad, se asociaron de manera consistente con menores niveles de adicción tecnológica. En estos casos, los adolescentes encuentran un espacio seguro donde expresarse y sentirse comprendidos, lo cual reduce su necesidad de buscar compensaciones afectivas o evasión en las pantallas. Al contrario, las dinámicas familiares con conflictos frecuentes,

violencia intrafamiliar, comunicación deficiente o desorganización general, favorecen que los jóvenes recurran excesivamente a Internet o videojuegos como vía de escape.

- El fenómeno del “*phubbing*” parental se vinculó con un aumento en los síntomas de malestar de los jóvenes, que a su vez respondían un incremento de su adicción al *smartphone*. Cuando los adolescentes sienten que sus padres los apartan, crecen la frustración y la ansiedad, y es más probable que busquen consuelo o socialización en las redes, perpetuando el ciclo de dependencia. Además, la adicción a la tecnología por parte de los padres funcionó como modelo de imitación: los progenitores muy enganchados al móvil no solo pierden tiempo de vínculo con sus hijos, sino que tienden a aplicar estilos de crianza más hostiles o inestables debido a su propio estrés. Un estudio mostró que cuando los padres presentaban altos niveles de adicción, los adolescentes sufrían no solo el efecto directo del modelado (aprendiendo ese mismo hábito), sino también indirectamente a través de actitudes parentales negativas y mayor agresividad juvenil, lo que conduce al abuso de la tecnología.
- El uso abusivo de la tecnología en adolescentes se asoció con múltiples consecuencias sociales adversas, tales como: un bajo rendimiento, mayor absentismo, disminución de las calificaciones y, en casos extremos, abandono prematuro de los estudios.

En definitiva, la evidencia recogida en este trabajo subraya que las variables familiares, en sus diversas manifestaciones, median de forma significativa el riesgo de abuso tecnológico en los jóvenes. Más allá de la trayectoria individual del adolescente, su relación con la tecnología se incluye en un cúmulo de interacciones familiares. La calidad del vínculo afectivo, los hábitos de crianza, las normas establecidas y el ejemplo parental establecen el marco en el que se desarrollan sus conductas digitales. Reconocerlo es decisivo para abordarlo eficazmente, ya que ninguna estrategia preventiva será efectiva si no incorpora a la familia como parte activa de la solución. En la era digital, los jóvenes no deben enfrentarse solos al atractivo de las pantallas. Al contrario, la implicación

consciente de padres, educadores y la comunidad en general puede marcar la diferencia entre un uso saludable de la tecnología y la adicción. Así, apoyar y orientar a las familias se presenta no solo como una recomendación teórica, sino como una necesidad práctica clave para preservar el bienestar de las nuevas generaciones en nuestra sociedad hiperconectada.

En líneas generales, el desarrollo de la presente revisión narrativa ha permitido concluir que las variables familiares, en sus diversas expresiones, influyen de forma significativa el riesgo de abuso de la tecnología en la juventud. Esta mediación no es un proceso simple, sino una red de influencias recíprocas y encadenadas que operan a través de la psicología del adolescente. Reconocer esta complejidad es fundamental para abordar el fenómeno porque ninguna política o intervención será completa si no incorpora a la familia como parte de la solución. Los jóvenes de la “era digital” no deben estar solos ante la pantalla. Los padres y cuidadores deben acompañarlos en el proceso, desde que nacen, de adaptación a la tecnología y su rápido avance. Entender y potenciar el rol positivo de esa presencia familiar puede marcar la diferencia entre un uso saludable de la tecnología o una caída en la adicción.

Referencias

- Açikel, S. B., & Çetin, N. (2024). The impact of parenting style, temperament and character on problematic internet and smartphone use among non-clinical female adolescents. *Turkish journal of medical sciences*, 55(2), 488–500. <https://doi.org/10.55730/1300-0144.5993>
- Acoba E. F. (2024). Social support and mental health: the mediating role of perceived stress. *Frontiers in psychology*, 15, 1330720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Araoz, E. G. E., Roque, M. M., Ramos, N. A. G., & Uchasara, H. J. M. (2020). Adicción a internet y agresividad en estudiantes peruanos de educación secundaria. *Apuntes Universitarios*, 11(1), 140-157. <https://doi.org/10.17162/au.v11i1.560>
- Aziz, M., Chemnad, K., Al-Harashseh, S., Abdelmoneium, A. O., Bagdady, A., Hassan, D. A., & Ali, R. (2024). The influence of adolescents essential and non-essential use of technology and Internet addiction on their physical and mental fatigues. *Scientific reports*, 14(1), 1745. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-51655-x>
- Chemnad, K., Alshakhsi, S., Al-Harashseh, S., Abdelmoneium, A. O., Al-Khalaf, M. S., Baghdady, A., & Ali, R. (2022). Is it Contagious? Does Parents' Internet Addiction Impact Their Adolescents' Internet Addiction? *Social Science Computer Review*, 41(5), 1691-1711. <https://doi.org/10.1177/08944393221117408>
- Chemnad, K., Aziz, M., Abdelmoneium, A. O., Al-Harashseh, S., Baghdady, A., Motawaa, F. y. A., Hassan, D. A., & Ali, R. (2023). Adolescents' Internet addiction: Does it all begin with their environment? *Child And Adolescent Psychiatry And Mental Health*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00626-7>

- Chen, Y., Gu, Q., Xu, Y., Liang, J., & Ni, C. (2025). A chain mediation model reveals the association between parental mediation and smartphone addiction of Chinese adolescents. *Scientific Reports*, 15(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00876-9>
- Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive behaviors*, 117, 106845. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>
- Chung, S., Lee, J., & Lee, H. K. (2019). Personal Factors, Internet Characteristics, and Environmental Factors Contributing to Adolescent Internet Addiction: A Public Health Perspective. *International journal of environmental research and public health*, 16(23), 4635. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234635>
- Doğrusever, C., & Bilgin, M. (2025). From family social support to problematic internet use: a serial mediation model of hostility and depression. *BMC psychology*, 13(1), 178. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02535-0>.
- Dong, W. L., Li, Y. Y., Zhang, Y. M., Peng, Q. W., Lu, G. L., & Chen, C. R. (2023). Influence of childhood trauma on adolescent internet addiction: The mediating roles of loneliness and negative coping styles. *World journal of psychiatry*, 13(12), 1133–1144. <https://doi.org/10.5498/wjp.v13.i12.1133>
- Doo, E., & Kim, J. (2022). Parental smartphone addiction and adolescent smartphone addiction by negative parenting attitude and adolescent aggression: A cross-sectional study. *Frontiers In Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.981245>
- Efrati, Y., Rosenberg, H., & Ophir, Y. (2024). Effective parental strategies against problematic smartphone use among adolescents: A 6-month prospective study. *Addictive Behaviors*, 154, 108024. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.108024>
- Fischer-Grote, L., Kothgassner, O. D., & Felnhöfer, A. (2019). Risk factors for problematic smartphone use in children and adolescents: a review of

existing literature. Risikofaktoren für problematischen Smartphone-Gebrauch bei Kindern und Jugendlichen: eine Übersichtsarbeit. *Neuropsychiatrie : Klinik, Diagnostik, Therapie und Rehabilitation : Organ der Gesellschaft Österreichischer Nervenärzte und Psychiater*, 33(4), 179–190. <https://doi.org/10.1007/s40211-019-00319-8>

Fuentes Vilugrón, G. A. (2022). Influencia de los estilos de crianza en el desarrollo emocional y aprendizaje de los adolescentes. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*, 8(2), 17–33. doi: 10.22370/ieya.2022.8.2.2942.

Geng, Z., & Liu, R. (2025). The impact of smartphone addiction and negative emotions on parent-child relationships among elementary school students. *Frontiers in psychiatry*, 16, 1582741. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1582741>

Guclu, Y., Guclu, O. A., & Demirci, H. (2024). Relationships between internet addiction, smartphone addiction, sleep quality, and academic performance among high-school students. *Revista da Associacao Medica Brasileira (1992)*, 70(3), e20230868. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20230868>.

Guo, Y., Chen, H., You, X., Liu, X., Sun, X., & Jin, Y. (2024). Relationship between parenting style and internet addiction: Interpersonal relationship problem as a mediator and gender as a moderator. *Heliyon*, 10(2), e23973. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e23973>

Gutiérrez, F. L. Q., & Zavaleta, R. M. (2021). Estilos de crianza y adicción al Internet en tiempos de Covid 19. *Revista Conecta Libertad*, 5(2), 108–117.

Hu, M., Xu, L., Zhu, W., Zhang, T., Wang, Q., Ai, Z., & Zhao, X. (2022). The Influence of Childhood Trauma and Family Functioning on Internet Addiction in Adolescents: A Chain-Mediated Model Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 19(20), 13639. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013639>

Jiamin, Z., Yutong, Z., Xiaoping, M., Zhiyong, Z., Xiaotong, Y (2025) La relación entre la actividad física y la adicción a internet en adolescentes chinos: exploración del análisis de perfiles latentes y los mecanismos de

mediación multinivel. *Frontiers in Psychology* 16.
<https://doi.org/10.1080/0144929X.2025.2484395>

Joe, A., Safeekh, A. T., & Malarmathi, S. (2022). Problematic Internet Use among Adolescents and the Impact of COVID-19 Pandemic on Mental Health. *Archives Of Medicine And Health Sciences*, 10(1), 118-125.
https://doi.org/10.4103/amhs.amhs_118_22

Juthamane, S., & Gunawan, J. (2021). Factors related to Internet and game addiction among adolescents: A scoping review. *Belitung nursing journal*, 7(2), 62–71. <https://doi.org/10.33546/bnj.1192>

Kapetanovic, S., Nielsen, M. D., André, F., Gurdal, S., & Claesdotter-Knutsson, E. (2025). Exploring parent-child relationships in a Swedish child and adolescent psychiatry - cohort of adolescents with internet gaming disorder. *BMC psychology*, 13(1), 18. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02306-3>

Li, J., Tang, F., Yin, H., & Liu, S. (2025). The relationship between parental phubbing and social anxiety in emerging adulthood students: a serial mediation model. *BMC psychology*, 13(1), 413.
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02748-3>

Liu, B., Xu, H., Wei, H., & Song, Y. (2025). Why can parents' phubbing affect mobile phone addiction? Perspective of the I-PACE model. *Frontiers In Psychiatry*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1470306>

Liu, C., Wang, X., Zhang, X., Liu, Y., Lin, R., Wu, Y., & Wang, D. (2024). The impact of family climate on problematic internet use: Findings from one nationwide study in China. *Journal Of Affective Disorders*, 367, 350-358.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.010>

Liu, Y., Jin, C., Zhou, X., Chen, Y., Ma, Y., Chen, Z., Zhang, T., & Ren, Y. (2024). The mediating role of inhibitory control and the moderating role of family support between anxiety and Internet addiction in Chinese adolescents. *Archives of psychiatric nursing*, 53, 165–170.
<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2024.10.019>

- Lo, C. K. M., Ho, F. K., Emery, C., Chan, K. L., Wong, R. S., Tung, K. T. S., & Ip, P. (2021). Association of harsh parenting and maltreatment with internet addiction, and the mediating role of bullying and social support. *Child abuse & neglect*, 113, 104928. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.104928>
- Long, C., Liu, J., Wu, Y., & Liu, S. (2024). The relationship between parental smartphone dependence and elementary students' internet addiction during the COVID-19 lockdown in China: the mediating role of parent-child conflict and the moderating role of parental roles. *Frontiers in psychology*, 15, 1480151. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1480151>
- Lukavská, K., Hrabec, O., Lukavský, J., Demetrovics, Z., & Király, O. (2022). The associations of adolescent problematic internet use with parenting: A meta-analysis. *Addictive Behaviors*, 135, 107423. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107423>
- Lukavská, K., Vacek, J., & Gabrhelík, R. (2020). The effects of parental control and warmth on problematic internet use in adolescents: A prospective cohort study. *Journal of behavioral addictions*, 9(3), 664–675. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00068>
- Malandar, N. M. (2021). Adicciones tecnológicas en adolescentes: relación con la percepción de las prácticas parentales. *Drugs and Addictive Behavior*, 4(1), 25-45. <https://doi.org/10.21501/24631779.2761>
- Martins, M. V., Formiga, A., Santos, C., Sousa, D., Resende, C., Campos, R., Nogueira, N., Carvalho, P., & Ferreira, S. (2020). Adolescent internet addiction - role of parental control and adolescent behaviours. *International journal of pediatrics & adolescent medicine*, 7(3), 116–120. <https://doi.org/10.1016/j.ijpam.2019.12.003>
- Mougharbel, F., Chaput, J. P., Sampasa-Kanyinga, H., Colman, I., Leatherdale, S. T., Patte, K. A., & Goldfield, G. S. (2023). Longitudinal associations between different types of screen use and depression and anxiety symptoms in adolescents. *Frontiers in public health*, 11, 1101594. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1101594>

- Nagata, J. M., Cortez, C. A., Cattle, C. J., Ganson, K. T., Iyer, P., Bibbins-Domingo, K., & Baker, F. C. (2021). Screen Time Use Among US Adolescents During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Pediatrics*, 176(1), 94. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.4334>
- Niu, H., Wang, S., Tao, Y., Tang, Q., Zhang, L., & Liu, X. (2023). The association between online learning, parents' marital status, and internet addiction among adolescents during the COVID-19 pandemic period: A cross-lagged panel network approach. *Journal of affective disorders*, 333, 553–561. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.04.096>
- Odinka, J., Chinawa, A., Nduagubam, O., Ossai, E., Odinka, P., Ugwunna, N., & Chinawa, J. (2023). Pattern and Predictors of Internet Addiction among Secondary School Adolescents in Enugu, Nigeria. *Nigerian Journal Of Clinical Practice*, 26(4), 383-390. https://doi.org/10.4103/njcp.njcp_273_22
- Orben, A., y Przybylski, A. K. (2019). The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 176-182.
- Osama, M., Sameha, A., Ala, Y., Constantina, P., Raian, A. (2024). Good technology requires a good environment: The role of parenting practices in adolescent internet addiction. In Proceedings of the 2024 International Conference on Information Technology for Social Good (GoodIT '24). *Association for Computing Machinery*, 143–150. <https://doi.org/10.1145/3677525.3678654>
- Pachi, A., Anagnostopoulou, M., Antoniou, A., Papageorgiou, S. M., Tsomaka, E., Sikaras, C., Ilias, I., & Tselebis, A. (2023). Family support, anger and aggression in health workers during the first wave of the pandemic. *AIMS public health*, 10(3), 524–537. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2023037>
- Pan, Y. C., Chiu, Y. C., & Lin, Y. H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 118, 612–622. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.08.013>

- Peng, C., Guo, T., Cheng, J., Wang, M., Rong, F., Zhang, S., Tan, Y., Ding, H., Wang, Y., & Yu, Y. (2022). Sex differences in association between Internet addiction and aggression among adolescents aged 12 to 18 in mainland of China. *Journal of affective disorders*, 312, 198–207. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.06.026>
- Pham, P. T. T., Thai, T. T., Huynh, H. K. M., Nguyen, L. T. N., Nguyen, A. T. T., Duong, M. H. T., & Bui, H. H. T. (2025). Association of smartphone and internet addiction with mental health during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *The International journal of social psychiatry*, 71(4), 642–654. <https://doi.org/10.1177/00207640241311856>
- Rodríguez-Armas, J. F., & Zambrano-Santos, R. O. (2024). Adicciones al videojuego y desempeño académico en estudiantes de Bachillerato. *MQRInvestigar*, 8(1), 3108-3122. <https://doi.org/10.56048/mqr20225.8.1.2024.3108-3122>
- Rosales-Navarro, C., & Pérez, I. T. (2025). Parental Behaviors and Video Game Addiction in Adolescents: A Systematic Review. *International Journal Of Mental Health And Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-025-01473-7>
- Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2017). Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 321–333. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.035>
- Selak, M. B., Merkaš, M., & Ivanković, A. Ž. (2025). Effects of Parents' Smartphone Use on Children's Emotions, Behavior, and Subjective Well-Being. *European Journal Of Investigation In Health Psychology And Education*, 15(1), 8. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15010008>
- Setiawati, Y., Hartanti, D. T., Husada, D., Irwanto, I., Ardani, I. G. A. I., & Nazmuddin, M. (2021). Relationship between Paternal and Maternal Parenting Style with Internet Addiction Level of Adolescents. *Iranian Journal Of Psychiatry*. <https://doi.org/10.18502/ijps.v16i4.7231>

- Shabahang, R., Shim, H., Aruguete, M. S., & Zsila, Á. (2023). Adolescent sadfishing on social media: anxiety, depression, attention seeking, and lack of perceived social support as potential contributors. *BMC psychology*, 11(1), 378. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01420-y>
- Shek, D. T. L., Zhu, X., & Dou, D. (2019). Influence of Family Processes on Internet Addiction Among Late Adolescents in Hong Kong. *Frontiers in psychiatry*, 10, 113. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00113>
- Shek, D. T. L., Zhu, X., & Ma, C. M. S. (2018). The Influence of Parental Control and Parent-Child Relational Qualities on Adolescent Internet Addiction: A 3-Year Longitudinal Study in Hong Kong. *Frontiers in psychology*, 9, 642. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.0064>
- Suwinyattichaiorn, T., & Johnson, Z (2022). The impact of family and friends social support on Latino/a first-generation college students' perceived stress, depression, and social isolation. *J Hispanic High Educ*;21(3):297–314
- Takahashi, I., Obara, T., Ishikuro, M., Murakami, K., Ueno, F., Noda, A., Onuma, T., Shinoda, G., Nishimura, T., Tsuchiya, K. J., & Kuriyama, S. (2023). Screen Time at Age 1 Year and Communication and Problem-Solving Developmental Delay at 2 and 4 Years. *JAMA Pediatrics*, 177(10), 1039. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2023.3057>
- Tang, Y., Xu, J., Zhao, Y., Davis, T., & Zhang, H. (2024). Parental Phubbing and Adolescent Smartphone Addiction: Depression and Perceived School Climate Matter. *Cyberpsychology Behavior And Social Networking*, 27(4), 287-293. <https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0300>
- Villarejo, S., Martínez-Escudero, J. A., & García, O. F. (2020). Estilos parentales y su contribución al ajuste personal y social de los hijos. *Ansiedad y Estrés*, 26(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.12.001>
- Wang, H., Liu, H., Zhou, L., Bi, X., Tao, J., Jiang, Y., & Zhang, R. (2024a). Harsh Parenting and Internet Addiction: The Chain Mediating Effect of Emotional

- Regulation Difficulties and Maladaptive Cognitions. *Perspectives In Psychiatric Care*, 2024(1). <https://doi.org/10.1155/2024/7334182>
- Wang, H., Li, X., Lok, G. K. I., Meng, C., Tan, Y., Lee, U. M., Lei, L. S. M., & Chan, N. (2024b). Family-based therapy for internet addiction among adolescents and young adults: A meta-analysis. *Journal Of Behavioral Addictions*, 13(2), 295-312. <https://doi.org/10.1556/2006.2024.00015>
- Wegmann, E., & Brand, M (2016). Internet-communication disorder: it's a matter of social aspects, coping, and Internet-use expectancies. *Front Psychol*;7(1747):1–14.
- Wu, J. Y., Ko, H. C., Wong, T. Y., Wu, L. A., & Oei, T. P. (2016). Positive Outcome Expectancy Mediates the Relationship Between Peer Influence and Internet Gaming Addiction Among Adolescents in Taiwan. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 19(1), 49–55. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0345>
- Yang, H. M., & Kim, H. R. (2021). Work-Family Conflict on Children's Internet Addiction: Role of Parenting Styles in Korean Working Mother. *International journal of environmental research and public health*, 18(11), 5774. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115774>.
- Yankouskaya, A., et al. (2025). Emerging Impact of Parental Internet Addiction on Adolescent Internet Use: A Cross-Cultural Perspective. <https://doi.org/10.1155/cad/4336597>
- Zhang, J., Wang, E., Zhang, L., & Chi, X. (2023). Internet addiction and depressive symptoms in adolescents: joint trajectories and predictors. *Frontiers in public health*, 12, 1374762. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1374762>
- Zhang, Y., Chen, B., Ding, Q., & Wei, H. (2024). The cost of "snubbing": the effect of parental phubbing on filial piety behavior in children and adolescents. *Frontiers in psychology*, 15, 1296516. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1296516>

- Zhang, Y., Hou, Z., Wu, S., Li, X., Hao, M., & Wu, X. (2022). The relationship between internet addiction and aggressive behavior among adolescents during the COVID-19 pandemic: Anxiety as a mediator. *Acta Psychologica*, 227, 103612. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103612>
- Zhou, Y., Zheng, M., He, Y., Zhang, J., Guo, T., Wang, Q., & Chen, W. (2025). Impact of Family Environment in Rural China on Loneliness, Depression, and Internet Addiction Among Children and Adolescents. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 15(5), 68. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15050068>
- Zhu, X., Deng, C., & Bai, W. (2023a). Parental control and adolescent internet addiction: the moderating effect of parent-child relationships. *Frontiers In Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1190534>
- Zhu, Y., & Deng, L. (2023b). Parental behavioral control and adolescent Internet addiction: A moderated mediation model of parent-adolescent attachment and proactive coping. *Journal of Family Issues*, 44(2), 488-508.

