



Uso problemático de Internet en Educación Primaria: tiempo de uso, supervisión familiar y uso problemático de videojuegos como predictores diferenciando según el género

Pablo Bautista-Alcaine, Ismael Piazuelo-Rodríguez y Ana Cebollero-Salinas*

Universidad de Zaragoza, Zaragoza (España)

PALABRAS CLAVE

Redes sociales
Mediación
Familia
Niños y niñas
Preadolescentes

RESUMEN

El tiempo de uso de Internet y su uso problemático ha aumentado en edades tempranas, por lo que socialmente se promueve la supervisión familiar. Así, en los hogares es frecuente que el fin de semana se permita utilizar Internet durante más tiempo para diversas formas de ocio. Por otro lado, entre las actividades frecuentes está el uso de los videojuegos, existiendo evidencias de su uso problemático; sin embargo, no se conoce en qué medida pueden influir todos estos factores en la predicción del uso problemático de Internet en estudiantes de Educación Primaria. Por ello, el objetivo de este estudio es analizar si el tiempo de uso de Internet entre semana y el fin de semana, la supervisión familiar y el uso problemático de videojuegos predicen el uso problemático de Internet. De forma adicional se examinan las diferencias según el género. Participan 319 estudiantes españoles de 5º y 6º de Educación Primaria (52.4% chicos) y edad media de 10.58 años. A través de regresiones lineales, los resultados muestran que el mayor predictor es el uso problemático de videojuegos en ambos géneros y algo mayor en los chicos. Así mismo, es relevante que el tiempo de conexión entre semana sea el segundo factor de riesgo, mayor al tiempo de uso del fin de semana. En lo que respecta a la supervisión familiar, solamente las chicas se benefician de su factor protector. Se discute la importancia de la supervisión familiar y de los centros educativos en el uso de Internet de los menores.

Problematic Internet use in primary school: time of use, family supervision and video problematic game use as predictors differentiating by gender

KEYWORDS

Social networks
Mediation
Intervention
Family
Children
Pre-teens

ABSTRACT

Internet use time and problematic use has increased at early ages, and family supervision is socially promoted. Thus, it is common for households to allow more time at the weekend to use the Internet for various forms of leisure activities. On the other hand, among the frequent activities is the use of video games, and there is evidence of problematic use; however, it is not known to what extent all these factors may influence the prediction of problematic Internet use in primary school students. Therefore, the aim of this study is to analyze whether time spent using the Internet during the week and on weekends, family supervision and problematic use of video games predict problematic Internet use. Additionally, gender differences are examined. A total of 319 Spanish students of 5th-6th grade of Primary Education (52.4% boys) and mean age of 10.58 years participated in the study. By means of linear regressions, the results show that the greatest predictor is the problematic use of video games in both genders and somewhat higher in boys. Likewise, it is relevant that connection time during the week is the second risk factor and greater than weekend use time. Regarding family supervision, only girls benefit from their protective factor. The importance of family and school supervision in the use of the Internet by minors is discussed.

* *Autor de correspondencia:* Ana Cebollero-Salinas. Departamento Ciencias de la Educación, Facultad de Educación, Universidad de Zaragoza, C/ Pedro Cerbuna 12, 50009 Zaragoza, España. anacebollero@unizar.es

Cómo citar: Bautista-Alcaine, P., Piazuelo-Rodríguez, I., y Cebollero-Salinas, A. (2023). Uso problemático de Internet en Educación Primaria: tiempo de uso, supervisión familiar y uso problemático de videojuegos como predictores diferenciando según el género. *Psychology, Society & Education*, 15(3), 31-38. <https://doi.org/10.21071/psyc.v15i3.16105>

Recibido: 17 de mayo de 2023. *Primera revisión:* 9 de septiembre de 2023. *Aceptado:* 17 de octubre de 2023.

Psychology, Society & Education se publica bajo Licencia Creative Commons ([CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)).

ISSN 1989-709X | © 2023. Psy, Soc & Educ.



El uso y uso problemático de Internet

Según el INE (2022), el 94.9% de los menores de entre 10 y 15 años son usuarios de Internet. En la mayoría de los países europeos, incluida España, el uso de Internet entre los 9 y 11 años es de dos horas diarias, incrementándose hasta cuatro horas entre los menores de entre 12 y 16 años (Smahel et al., 2020). Del mismo modo, como indica Andrade et al. (2021), el fin de semana aumenta en gran medida el porcentaje de menores entre 11 y 17 años que está más de cinco horas en Internet (50% fin de semana respecto al 31.6 % entre semana). Si bien Internet puede aportarles tanto información como aprendizajes, también puede suponer una grave amenaza y conducir a situaciones de riesgo (Castaño-Pulgarín et al., 2021) como es el uso problemático de Internet. A pesar de no estar considerado como un trastorno adictivo por el DSM-5, tiene efectos negativos, pues supone la necesidad recurrente de conectarse a Internet, deficiencias en la autorregulación y problemas en la vida cotidiana, como la disminución de las relaciones familiares y sociales (Caplan, 2010).

Desde la perspectiva parental, el uso problemático de Internet en menores ha aumentado tras el confinamiento (Ponce-Gómez et al., 2023) y se evidencia que, entre los adolescentes españoles, la prevalencia del uso problemático de Internet se cifra en un 33% (Andrade et al., 2021), por lo que existe una gran preocupación social de prevenir este riesgo debido a los problemas derivados del mismo, como es el ciberacoso (Bautista et al., 2022; Kowalski et al., 2019). El uso problemático de Internet afecta no solo a las habilidades sociales y comunicativas sino también a las académicas, y puede llevar a descuidar su bienestar emocional y salud mental (Yaycı, 2021). En concreto, un reciente meta-análisis concluye que está asociado con los síntomas de depresión, ansiedad, soledad y otros resultados de salud mental (Cai et al., 2023).

El factor del género puede desempeñar un papel importante en el uso problemático de Internet siendo estudiado entre adolescentes y adultos, sin llegar a resultados concluyentes. Algunos trabajos argumentan que son los chicos adolescentes los que alcanzan mayores niveles de uso problemático (Fumero et al., 2018; Su et al., 2019), sin embargo, otros concluyen que las chicas son más propensas (Díaz-López et al., 2020). Existen evidencias de que las motivaciones del uso de Internet predicen su uso problemático de manera diferenciada según el género (Ceboleiro-Salinas et al., 2021). Concretamente, los chicos lo utilizan como fuente de diversión y con el fin de experimentar un sentimiento de logro, mientras que las chicas como forma de evadirse, realizar interacciones sociales y buscar un apoyo académico (Su et al., 2020).

La evidencia de la prevalencia del uso problemático de Internet y de sus impactos negativos en la adolescencia, así como el uso tan extenso de Internet en Educación Primaria, hace que sea necesario investigar sobre este comportamiento en esta etapa para afrontar su prevención temprana.

Uso problemático de videojuegos

Al igual que el uso de Internet puede producir beneficios, los videojuegos se han relacionado con la mejora de la inteli-

gencia, la memoria y la capacidad para resolver problemas y de desarrollar habilidades sociales (Griffiths, 2019). La cooperación en los videojuegos muestra beneficios psicológicos y de bienestar (Shoshani et al., 2021) en el aumento de los niveles de motivación y en la promoción de compartir, cooperar y mantener relaciones saludables en la infancia (Alanko, 2023; Carras et al., 2017). Sin embargo, estos beneficios parecen reducirse e incluso eliminarse cuando quien juega transforma este entretenimiento en una obsesión o en una forma de evadirse de la realidad (Griffiths, 2019).

Hasta ahora, la mayoría de los estudios están focalizados en la adolescencia. Cuando el juego se transforma en un uso problemático de los videojuegos, los estudios evidencian que aumentan los niveles de depresión, ansiedad, bajo rendimiento escolar y problemas conductuales, como la agresividad o la impulsividad, así como una tendencia a desplazar actividades educativas y sociales (Shoshani et al., 2021). Respecto a su relación con el uso problemático de Internet, hasta donde sabemos, solo hay estudios con adolescentes, donde se evidencia la asociación positiva entre ambos usos problemáticos y actúan como predictores mutuos (Tas, 2019; Tras, 2019), por lo que resulta razonable hipotetizar que podría ser similar en la etapa de Primaria.

Si nos centramos específicamente en el alumnado de Educación Primaria, los estudios son escasos y en su mayoría descriptivos. En España, un estudio muy amplio en menores de 11-18 años evidenciaba que el 26.4% chicos y 6.6% en chicas hace un uso problemático de los videojuegos (Andrade et al., 2021), lo que da idea de la extensión de este riesgo entre los menores. Además, específicamente en estudiantes de Educación Primaria se ha evidenciado su relación directa con mayores niveles de agresividad manifiesta y victimización relacional (Chacón-Chuberos et al., 2018) por lo que, en esta etapa, puede ser un problema relevante y requiere mayor estudio.

La relevancia de la supervisión familiar en el uso de Internet

Las familias son las primeras mediadoras entre sus hijos y las herramientas digitales, así como la clave para que las utilicen de manera saludable (Benedetto e Ingrassia, 2020). En este sentido, los estilos parentales que se aplican en casa podrían afectar a tal uso, es decir, el exceso de control o la excesiva laxitud no parecen reforzar las actividades positivas de los hijos en Internet, por lo que un estilo de crianza centrado en el apoyo, en la enseñanza del uso adecuado de Internet y en la aplicación de normas apropiadas proporciona, en última instancia, mayores beneficios en su crecimiento digital (Sasson y Mesch, 2016; Song et al., 2020).

En este aspecto, Coyne et al., (2017) aportan dos estilos de supervisión con grandes beneficios: la mediación instructiva y el uso compartido. El primero se centra en la participación activa en el uso, por ejemplo, explicarle el contenido de páginas web o cómo usar un dispositivo adecuadamente; mientras que el segundo se centra en compartir esos primeros acercamientos con los hijos para enseñarles cómo hacerlo de la forma más adecuada, como, por ejemplo, visitar juntos páginas web adecuadas o jugar a videojuegos. Así mismo, Sasson y Mesch (2016) han demos-

trado que las estrategias restrictivas como el establecimiento de normas y horarios de uso o la elección de *apps* adecuadas pueden actuar a favor de un uso saludable de Internet. Por el contrario, la ausencia de supervisión parental o el uso inadecuado por parte de los padres o tutores afecta negativamente a cómo la utilizan sus hijos (Benedetto e Ingrassia, 2020). Por otro lado, los estudios indican que el tipo de asesoramiento que suelen dar a los hogares tiende más bien a centrarse más en proteger a los niños en temas de privacidad y seguridad que en enseñarles a utilizar la tecnología adecuadamente en su beneficio (Harris y Jacobs, 2022). En cualquier caso, la supervisión familiar resulta un factor protector de riesgos en línea como del uso excesivo de los *smartphones* (Chang et al, 2019) y del uso problemático de Internet, especialmente en los preadolescentes y las chicas (Cebollero-Salinas et al., 2021).

Dada la relevancia de las variables de estudio para el uso digital saludable y la escasa literatura que analiza su relación en estudiantes de Educación Primaria, este estudio tiene como objetivo analizar, de forma diferenciada según el género, si el tiempo de uso de Internet entre semana y el fin de semana, la supervisión familiar y el uso problemático de videojuegos predicen el uso problemático de Internet.

Método

Participantes

Participaron 319 estudiantes españoles de 5º y 6º de Educación Primaria (47.6% chicas y 52.4% chicos) de entre 10-12 años ($M = 10.58$ y $DT = .7$) de 12 centros educativos públicos y concertados de Aragón (España). Se realizó un muestreo no probabilístico incidental en el que se seleccionó la muestra por accesibilidad a los centros educativos.

Instrumentos

Cuestionario Problematic Internet use (Salgado et al., 2014). Cuantifica el uso problemático de Internet. Consta de 9 ítems en una sola dimensión con preguntas como “En ocasiones he perdido horas de sueño por usar Internet”. Se trata de una escala Likert de 4 puntos (0 = *Nunca* y 4 = *Mucho*). Mostró una fiabilidad en la muestra el alfa de Cronbach fue .82.

Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos (CERV) (Chamarro et al., 2014). Evalúa el uso problemático de videojuegos. Se trata de una escala tipo Likert de cuatro puntos (0 = *Nunca* y 4 = *Casi siempre*). Consta de 17 ítems distribuidos en dos dimensiones de las que en este trabajo hemos utilizado la subescala “Dependencia psicológica y uso para la evasión” que tiene con ítems como “¿Cuándo te aburres, utilizas los videojuegos como una forma de distracción?”. Su coeficiente alfa de Cronbach en la muestra participante fue de .86.

Escala de Supervisión Familiar (Ortega et al., 2012) es una subescala del cuestionario EsCaCiber y evalúa el control y apoyo familiar en las actividades en redes sociales que realiza la familia con sus hijos, por ejemplo “Me ayudan a hacer un uso

adecuado de Internet”. Consta de 4 ítems en una escala Likert de 5 puntos (0 = *Nunca* y 4 = *Siempre*). En nuestra muestra el alfa de Cronbach fue .87.

Tiempo de uso de Internet. Se elaboraron dos preguntas *ad hoc* para conocer el tiempo de uso entre semana y el fin de semana con 4 opciones de respuesta: *No uso Internet*, *Menos de 1 hora*, *Entre 1 y 2 horas* o *Más de 2 horas*.

Procedimiento

En primer lugar, se contactó con los centros educativos para informarles de los objetivos de la investigación. A aquellos que decidieron participar se les facilitó los documentos para recabar los consentimientos informados de los progenitores. Tras ello, se pasaron las encuestas al alumnado, que la realizaron en el horario escolar convenido, con la presencia de un investigador. Los datos fueron recogidos entre abril y mayo de 2021. La investigación se desarrolló de acuerdo a los estándares éticos y fue aprobada por el Comité Coordinador de Ética de la Investigación Biomédica de Aragón.

Procedimiento estadístico

Para el análisis descriptivo se utilizaron tablas de medias, desviación típica y frecuencias. Para el contraste de hipótesis de grupos se ha utilizado el estadístico ANOVA factorial. En los casos donde no ha sido posible utilizarlo por no cumplir el supuesto de igualdad de varianzas se ha utilizado el estadístico no paramétrico *Brown-Forsythe*. En los casos en que la p valor es significativa se completa con el estadístico *de eta cuadrado* donde el $\eta^2 \leq .05$ es considerado un efecto pequeño, η^2 entre 0.06 y .13 moderado y $\eta^2 \geq .14$ efecto grande (Brown, 2010).

Se calcula el índice de fiabilidad de los instrumentos utilizados a través del alfa de Cronbach. Las relaciones entre las variables de estudio fueron analizadas utilizando correlaciones bivariadas. Después se realizó una comparación entre las submuestras de género aplicando la transformación Z de Fisher del coeficiente de correlación.

Se explora la capacidad predictiva del uso problemático de Internet respecto al resto de variables contempladas mediante análisis de regresión lineal múltiple. Este procedimiento se hace de forma diferenciada con grupos de chicos y chicas. Para realizar esta regresión se utiliza un método de inclusión por bloques de los grupos de variables: bloque 1: Uso problemático de videojuegos; bloque 2: Tiempo de uso de Internet entre semana, y bloque 3: Tiempo de uso Internet fin de semana.

Para analizar la mejora de los diferentes bloques, valorar el aporte de nuevas variables y evitar posibles problemas de multicolinealidad se usa el método *stepwise* dentro de cada bloque. Se tienen en cuenta los indicadores del cumplimiento de los supuestos de la regresión múltiple: independencia con valores de Durbin-Watson entre 1.5-2.5, indicadores de ausencia de colinealidad con proporciones de varianza < 0.5 , tolerancias bajas y VIF algo superiores a 1, normalidad, diagramas de homocedasticidad y linealidad (Pardo y Ruiz, 2007). El análisis de datos se realizó con los programas estadísticos SPSS versión 22.0.

Resultados

En la Tabla 1 se muestran los análisis descriptivos de las variables del estudio, en los cuales encontramos diferencias significativas entre chicos y chicas en todas las variables, excepto en el tiempo de uso de Internet entre semana. Así, los chicos alcanzan mayores valores, aunque con tamaños del efecto pequeño en uso problemático de Internet y tiempo de uso de Internet en el fin de semana, y con un efecto mayor en el uso problemático de videojuegos.

Respecto a las correlaciones entre variables (Tabla 2), tanto en las chicas como en los chicos el uso problemático de Internet se correlaciona significativamente y positivamente con el resto de variables, alcanzando valores medios y altos. Las mayores diferencias entre géneros las encontramos entre la relación entre el uso problemático de videojuegos y el uso problemático de Internet (.7 chicos vs. .59 chicas), el uso problemático de Internet y tiempo de uso entre semana (.47 chicos vs. .59 chicas) y entre el uso problemático de videojuegos y el tiempo de Internet entre semana (.38 chicos vs. .21 chicas), siendo todas ellas más altas en los chicos, pero esta diferencia no llega a ser significativa. Por otro lado, la supervisión familiar se asocia significativamente con el resto de variables y con sentido negativo, pero solo en el caso de las chicas.

En las Tablas 3 y 4 se muestran los resultados de las ecuaciones de regresión múltiple en las chicas y en los chicos, respectivamente. El valor del estadístico Durbin-Watson fue 1.901, tolerancias bajas y VIF algo mayores a 1, autovalores no próximos a 0, índice de condición menor de 20, proporciones de varianza menores a 0.5.

Las variables que se han introducido en el modelo explican una gran variabilidad del uso problemático de Internet de los estudiantes. En el caso de las chicas, el modelo explica el 50.4% y en el de los chicos asciende al 62.5% de la variabilidad. Las variables que han quedado incluidas en ambas ecuaciones de regresión son las mismas excepto en el caso de la supervisión familiar, que solo se encuentra en el caso de las chicas y como factor de protección para ellas. Las demás variables tienen coeficientes positivos, por lo que se consignan como factores de riesgo. Además del uso problemático de videojuegos, es el tiempo de Internet utilizado entre semana el que explica mayor variabilidad del uso problemático de Internet respecto al tiempo de Internet utilizado en el fin de semana (por ejemplo, .105 entre semana, .019 fin de semana en chicos). Además, hay algunas diferencias en los valores de los coeficientes para cada uno de los modelos. Por un lado, en los chicos resultan mayores los del uso problemático de videojuegos (.451 chicas vs. .534 chicos) y el uso de Internet entre semana (.255 chicas vs. .284 chicos).

Tabla 1

Descriptivos de las variables del estudio según el género

| | | <i>N</i> | <i>M</i> | <i>DT</i> | <i>F</i> | η^2 |
|------------------------------|-------|----------|----------|-----------|----------|----------|
| Uso problemático Internet | Chica | 152 | 9.85 | 7.76 | 5.961* | .018 |
| | Chico | 167 | 12 | 7.91 | | |
| Supervisión familiar | Chica | 152 | 11.37 | 4.38 | 4.534* | .034 |
| | Chico | 167 | 10.38 | 4.14 | | |
| Uso problemático videojuegos | Chica | 152 | 13.66 | 4.69 | 33.278* | .093 |
| | Chico | 167 | 17.06 | 5.82 | | |
| Tiempo uso entre semana | Chica | 152 | 1.53 | 0.84 | 1.496 | .05 |
| | Chico | 167 | 1.65 | 0.92 | | |
| Tiempo uso fin de semana | Chica | 152 | 2.23 | 0.78 | 6.854* | .021 |
| | Chico | 167 | 2.45 | 0.72 | | |

* $p < .05$.

Tabla 2

Correlaciones entre las variables según el género

| Chicas | | | | | |
|-------------------------------|---------------------------|----------------------|------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| | Uso problemático Internet | Supervisión familiar | Uso problemático videojuegos | Tiempo Internet entre semana | Tiempo Internet fin de semana |
| Uso problemático Internet | | -.17* | .59** | .47** | .53** |
| Supervisión familiar | -.05 | | -.16* | -.17* | -.16* |
| Uso problemático videojuegos | .7** | -.01 | | .2** | .33** |
| Tiempo Internet entre semana | .59** | -.04 | .38** | | .49* |
| Tiempo Internet fin de semana | .52** | -.02 | .41** | .5** | |
| Chicos | | | | | |

* $p < .05$; ** $p < .01$.

Tabla 3*Regresión múltiple del Uso problemático de Internet en las chicas*

| | 1 β | 2 β | 3 β | 4 β | R ² | ΔR^2 | Cambio F |
|---------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|--------------|----------|
| Supervisión familiar | -.317 | -.145 | -.046 | -.023 | .023 | .029 | 4.497* |
| Uso problemático de videojuegos | | .587 | .513 | .451 | .342 | .345 | 78.853* |
| Uso Internet entre semana | | | .362 | .255 | .462 | .128 | 36.071* |
| Uso Internet fin de semana | | | | .251 | .504 | .045 | 13.795* |

* $p < .01$.**Tabla 4***Regresión múltiple del Uso problemático de Internet en los chicos*

| | 1 β | 2 β | 3 β | R ² | ΔR^2 | Cambio F |
|---------------------------------|-----------|-----------|-----------|----------------|--------------|----------|
| Uso problemático de videojuegos | .708 | .575 | .534 | .501 | .501 | 165.449* |
| Uso Internet entre semana | | .35 | .284 | .606 | .105 | 43.722* |
| Uso Internet fin de semana | | | .165 | .625 | .019 | 8.233* |

* $p < .01$.

Sin embargo, respecto al uso de Internet entre semana y el fin de semana, son algo mayores a los chicos.

Discusión

El principal objetivo de este estudio es, diferenciando según el género, analizar si el uso problemático de videojuegos, la supervisión familiar y el tiempo de uso de Internet entre semana y el fin de semana predicen el uso problemático de Internet en estudiantes de 5° y 6° de Educación Primaria.

En primer lugar, los resultados descriptivos muestran que entre los menores de 10-12 años existen diferencias de género en el uso problemático de Internet, siendo los chicos los que alcanzan mayores niveles. Estos resultados son coincidentes con algunos estudios en adolescentes como en Su et al. (2019), y podría deberse a las diferentes motivaciones que tienen chicas y chicos a la hora de utilizar Internet, siendo más habitual la evasión en chicas y el entretenimiento o los logros personales en los chicos (Cebollero-Salinas et al., 2021; Griffiths, 2019; Su et al., 2020).

Respecto a la predicción del uso problemático de Internet, los resultados muestran que el uso problemático de videojuegos es el factor de riesgo más importante tanto en las chicas como en chicos, aunque en mayor medida en los chicos. Dado el vacío existente de estudios que analicen la relación entre ambos usos problemáticos en estudiantes de Educación Primaria, este resultado resultaría novedoso y pondría de relieve que el uso problemático de videojuegos también es relevante en estas edades, al igual que sucede en los estudios con adolescentes (Tas, 2019; Tras, 2019). Jugar a videojuegos constituye una de las principales fuentes de ocio entre los menores de 9 a 11 años, especialmente en los chicos (Smahel et al., 2020). Dado que los estudios revelan que los menores con uso problemático de videojuegos tienen más probabilidad de ser agresivos (Chacón-Chuberos et al., 2018), impulsivos (Irls et al., 2016) y de tener mayores niveles de ansiedad, depresión y bajo rendimiento escolar (Shoshani et al., 2021); se hacen necesarios programas formativos para una adecuada

mediación familiar tanto en cuanto al tiempo dedicado como al contenido de los videojuegos. De hecho, las tasas de un posible uso problemático se triplican entre quienes juegan a videojuegos PEGI 18 y entre los que se conectan a Internet o utilizan el móvil o la consola a partir de medianoche (Andrade et al., 2021).

El segundo factor de riesgo que influye en la predicción del uso problemático de Internet es el tiempo que se utiliza la red entre semana, es decir, durante los días escolares. Este resulta importante en ambos géneros. Esto parece razonable si se tiene en cuenta que el tiempo de uso en el fin de semana es mayor para ambos géneros (Andrade et al., 2021), por lo que el hecho de que utilicen o no Internet entre semana podría discriminar en mayor medida la predicción del uso problemático de Internet.

Un tercer factor de riesgo en la predicción del uso problemático de Internet, aunque de forma más débil que en el caso anterior, es el tiempo de uso de Internet en el fin de semana, tanto para chicas y chicos. Este resultado podría estar relacionado con que chicas y chicos utilicen Internet para su ocio y tiempo libre, aunque lo hagan de forma diferente (Malo-Cerrato et al., 2018; Park y Lee, 2014). En esta línea, en el estudio realizado por Marcos et al. (2021) encontraron que la media de edad de apertura de la primera cuenta en las redes sociales se encuentra precisamente en el rango de los estudiantes de entre 10 y 12 años; y que la media de tiempo de uso de estas redes sociales por parte de las chicas es entre 2 y 3 horas y la de los chicos, es de entre 1 y 2 horas, pero el uso principal es jugar a videojuegos. Este uso podría indicar que los niños y niñas actuales han aprendido a divertirse principalmente a través de los dispositivos digitales, siendo poco capaces de aburrirse o de buscar otras actividades alejadas de las pantallas. Aunque no hay que olvidar que su buen uso puede producir un gran beneficio (Shoshani et al., 2021), sería necesario el fomento del equilibrio digital en el ocio desde edades tempranas. Del mismo modo, la ausencia de normas en el seno de la familia, así como la ausencia de parte del día de los familiares en el hogar, podrían fomentar que los niños y niñas busquen en Internet nuevas sensaciones, escapar

del aburrimiento, necesidad de reconocimiento y reafirmar la autoestima, por ejemplo, a través de los videojuegos (Gómez et al., 2022) o de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) (Díaz-López et al., 2020).

Por último, es relevante que, en lo que respecta a la supervisión familiar, nuestros resultados evidencian su papel protector ante el uso problemático de Internet, pero solo en el caso de las chicas. Algunos estudios anteriores realizados en muestras de adolescentes y jóvenes van en esta misma línea (Cebollero-Salinas et al., 2021; Sasson y Mesch, 2016; Song et al., 2020). Una posible explicación a este resultado podría deberse a que el tipo de asesoramiento al que le dan más importancia en los hogares, independientemente de la edad, se centra en temas de privacidad y de seguridad (Harris y Jacobs, 2022). De ser así, como los chicos cuando están en Internet dedican más tiempo que las chicas a jugar a videojuegos (Díaz-López et al., 2020; Su et al., 2020), podría suceder que las familias consideraran innecesario el acompañamiento a sus hijos mientras están jugando. Otra línea de explicación podría estar relacionada con la lejanía para los padres de los usos que sus hijos realizan en Internet (los propios videojuegos), y de ahí la dificultad y ausencia de asesoramiento (Coyne et al., 2017). Podría ocurrir que las familias tengan una mayor protección respecto a las chicas debido a que tienen un mayor control y conocimiento sobre los usos que ellas realizan (Sasson y Mesch, 2016; Song et al., 2020).

En relación con el acompañamiento del uso responsable y saludable de Internet, Shin y Kang (2016) indican que dialogar, acompañar y orientar a los hijos sobre las actividades en línea (mediación activa) funciona mejor que la mediación restrictiva, por lo que convendría potenciar la formación en los hogares para aprender a conversar sobre los temas de tecnología e Internet. De hecho, Benedetto e Ingrassia (2020) apuntan a que la familia actúa como mediador entre los hijos y las herramientas digitales, favoreciendo el uso adaptativo de Internet. Prevenir y educar desde edades tempranas resultaría relevante con el fin de evitar las consecuencias negativas, como problemas psicopatológicos ocasionales o frecuentes (Vicente-Escudero et al., 2019), sin embargo, España es uno de los países europeos donde el nivel de mediación familiar –tanto en el control de tiempo como en los tipos de usos o de contenidos que se consumen– es de los más bajos de Europa (Smahel et al., 2020). Esto sugiere la necesidad de promover la colaboración entre familia y escuela, así como de otras instituciones, de cara a potenciar la formación de los progenitores en estos aspectos e incorporar hábitos de acompañamiento digital en el hogar.

Dentro del ámbito educativo, junto con la coordinación familiar convendría abordar estos temas en las aulas de Educación Primaria para su prevención. Así, distintas metodologías de aprendizaje como la gamificación podrían servir para fomentar el uso responsable de Internet y de los videojuegos trabajando tanto las virtudes como los indicadores de su uso problemático. El hecho de que el alumnado de Educación Primaria tenga las habilidades y el acompañamiento por parte de los adultos para afrontar su acercamiento a los dispositivos digitales antes de entrar en la adolescencia podría suponer una mejora tanto en la necesaria convivencia en el aula como en la ciberconvivencia dentro de las redes sociales (Cebollero Salinas et al., 2022).

Este estudio no ha estado exento de limitaciones. Por un lado, el tamaño muestral ha sido obtenido por conveniencia y circunscrito a una región de España. En futuros trabajos convendría ampliar en número de participantes y la variedad de contextos. Por otro lado, los datos se obtuvieron a través de cuestionarios en línea, por lo que sería deseable complementar con otro tipo de instrumentos de carácter más cualitativo, como las entrevistas. Por último, futuros estudios deberían de integrar otras variables relacionadas con el uso problemático de Internet y de los videojuegos como la autoestima, la personalidad, el apoyo social de amigos (Malo-Cerrato et al., 2018) o la necesidad de competir y de evadirse de la realidad (Carras et al., 2017) de cara a tener una visión más global en estas edades.

A pesar de las limitaciones, este estudio presenta resultados novedosos, sobre todo por la ausencia de estudios que relacionen las variables analizadas en menores de 10-12 años y tomando el género como variable diferencial. Así, para ambos géneros, el uso problemático de videojuegos es un factor de riesgo para el uso problemático de Internet, aunque lo acusan más los chicos. Por otro lado, a la hora de predecir su uso problemático, el tiempo de uso entre semana influye más negativamente que el tiempo dedicado el fin de semana a Internet. Por último, en lo que respecta a la supervisión familiar, solamente las chicas se benefician de su factor protector. Por tanto, este estudio aporta evidencias para proponer la necesidad de incidir en la importancia del equilibrio digital durante la Educación Primaria, potenciar el ocio presencial como alternativa a los videojuegos e impulsar la supervisión familiar.

Declaración de responsabilidad

Conceptualización: A.C.S.

Curación de datos: P.B.A., A.C.S.

Análisis formal: A.C.S.

Investigación: P.B.A., A.C.S.

Metodología: A.C.S.

Administración del proyecto: P.B.A.

Software: P.B.A., A.C.S.

Supervisión: I.P.R., A.C.S.

Visualización: I.P.R.

Escritura – borrador original: P.B.A., I.P.R.

Escritura – revisión y edición: P.B.A., I.P.R., A.C.S.

Fuentes de financiación

Este trabajo ha sido financiado por el Banco Santander y la Universidad de Zaragoza, Proyecto de investigación: “Vulnerabilidad de la niñez y adolescencia en el entorno virtual. Riesgos cibernéticos y retos educativos derivados del contexto COVID-19”, Project: 270313. La fuente de financiación ha participado en su gestión.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no hay conflictos de intereses.

Declaración de disponibilidad de datos

Los datos de la investigación no se comparten.

Referencias

- Alanko, D. (2023). The health effects of video games in children and adolescents. *Pediatrics In Review*, 44(1), 23-32. <https://doi.org/10.1542/pir.2022-005666>
- Andrade, B., Guadix, I., Rial, A., y Suárez, F. (2021). *Impacto de la tecnología en la adolescencia. Relaciones, riesgos y oportunidades. Un estudio comprensivo e inclusivo hacia el uso saludable de las TRIC*. UNICEF. <https://www.unicef.es/publicacion/impacto-de-la-tecnologia-en-la-adolescencia>
- Bautista, P., Cano-Escoriaza, J., Sánchez, E. V., Cebollero-Salinas, A., y Orejudo, S. (2022). Improving adolescent moral reasoning versus cyberbullying: An online big group experiment by means of collective intelligence. *Computers and Education*, 189, Artículo 104594. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104594>
- Benedetto, L., y Ingrassia, M. (2021). Digital parenting: Raising and protecting children in media world. En L. Benedetto y M. Ingrassia. *Parenting - Studies by an ecocultural and transactional perspective* (pp. 127-148). IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.92579>
- Brown, J. D. (2008). Effect size and eta squared. *Shiken: JALT Testing & Evaluation SIG*, 12(2), 38-43.
- Cai, Z., Mao, P., Wang, Z., Wang, D., He, J., y Fan, X. (2023). Associations between problematic internet use and mental health outcomes of students: A meta-analytic review. *Adolescent Research Review*, 8(1), 45-62. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00201-9>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089-1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Carras, M. C., Van Rooij, T., Van de Mheen, D., Musci, R., Xue, Q. L., y Mendelson, T. (2017). Video gaming in a hyperconnected world: A cross-sectional study of heavy gaming, problematic gaming symptoms, and online socializing in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 68, 472-479. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.060>
- Castaño-Pulgarín, S. A., Millán, K. L., y Herrera-López, H. M. (2021). Risks on the Internet: the role of family support in Colombian adolescents. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 53(19), 145-164. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v19i53.3788>
- Cebollero-Salinas, A., Cano Escoriaza, J., y Orejudo Hernández, S. (2021). Abuso de Internet y adolescentes: gratificaciones, supervisión familiar y uso responsable. Implicaciones educativas y familiares. *Digital Education Review*, 39(39), 42-59. <https://doi.org/10.1344/der.2021.39.42-59>
- Cebollero-Salinas, A., Bautista Alcaine, P., Iñiguez-Berrozpe, T., y Elboj Saso, C. (2022). Would you mind paying attention to me? Phubbing in adolescence as an Educational challenge in digital and face to face coexistence. *Revista Complutense de Educación*, 33(4), 601-610. <https://doi.org/10.5209/rced.76360>
- Chacón-Cuberos, R., Espejo-Garcés, T., Martínez-Martínez, M. A., Zurita-Ortega, F., Castro-Sánchez, M., y Ruiz-Rico Ruiz, G. J. (2018). Conductas agresivas, victimización y uso problemático de videojuegos en escolares de educación primaria de la provincia de Granada. *Revista Complutense de Educación*, 29(4), 1011-1024. <https://doi.org/10.5209/RCED.54455>
- Chamarro, A., Carbonell, X., Manresa, J. M., Muñoz-Mirallas, R., Ortega-Gonzalez, R., Lopez-Morrón, M. R., Batalla-Martínez, C., y Toran-Monserrat, P. (2014). El Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos (CERV): Un instrumento para detectar el uso problemático de videojuegos en adolescentes españoles. *Adicciones*, 26(4), 303-311. <https://doi.org/10.20882/adicciones.31>
- Chang, F.-C., Chiu, C.-H., Chen, P.-H., Chiang, J.-T., Miao, N.-F., Chuang, H.-Y., y Liu, S. (2019). Children's use of mobile devices, smartphone addiction and parental mediation in Taiwan. *Computers in Human Behavior*, 93, 25-32. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.048>
- Coyne, S. M., Radesky, J., Collier, K. M., Gentile, D. A., Linder, J. R., Nathanson, A. I., y Rogers, J. (2017). Parenting and digital media. *Pediatrics*, 140(2), 112-116. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758N>
- Díaz-López, A., Maquilón-Sánchez, J. J., y Mirete-Ruiz, A. B. (2020). Maladaptive use of ICT in adolescence: Profiles, supervision and technological stress. *Comunicar*, 28(64), 27-36. <https://doi.org/10.3916/C64-2020-03>
- Fumero, A., Marrero, R. J., Voltes, D., y Peñate, W. (2018). Personal and social factors involved in internet addiction among adolescents: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 86, 387-400. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.05.005>
- Gómez, S. L., Boubeta, A. R., Suelves, D. M., y Rodríguez, J. R. (2022). Videojuegos, salud, convivencia y adicción: ¿Qué dice la evidencia científica? *Psychology, Society & Education*, 14(1), 45-54. <https://doi.org/10.21071/psyse.v14i1.14178>
- Griffiths, Mark D. The therapeutic and health benefits of playing video games. En A. Attrill-Smith, C. Fullwood, M. Keep y D. J. Kuss (Eds.), *The Oxford handbook of cyberpsychology* (pp. 485-505). Oxford Library of Psychology. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198812746.013.27>
- Harris, L. E., y Jacobs, J. A. (2022). Emerging ideas. Digital parenting advice: Online guidance regarding children's use of the Internet and social media. *Family Relations*, 1-18. <https://doi.org/10.1111/fare.12813>
- Instituto Nacional de Estadística. (2022). *Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares año 2022*. Instituto Nacional de Estadística. https://www.ine.es/prensa/tich_2022.pdf
- Irlés, D. L., y Gomis, R. M. (2016). Impulsiveness and video game addiction. *Salud y Drogas*, 16(1), 33-40. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611003>
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., y McCord, A. (2019). A developmental approach to cyberbullying: Prevalence and protective factors. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 20-32. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.02.009>
- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiñá, M.-M., y Viñas-Poch, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*, 26(56), 101-110. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Marcos, V., Seijo Martínez, M. D., y Novo, M. (2021). Hábitos de uso de Internet y redes sociales: alfabetización digital y diferencias de género en una muestra de adolescentes. En A. Martos Martínez, A. B., Barragán Martín, M. M. Simón Márquez, M. M. Molero Jurado, J. J. Gázquez Linares, y M. Sisto (Eds.), *Variables psicológicas y educativas para intervención en el ámbito escolar: Nuevos retos* (pp. 319-326). Dykinson.
- Ortega, R., Del Rey, R., y Sánchez, V. (2012). *Nuevas dimensiones de la convivencia escolar y juvenil. Ciberconducta y relaciones en la*

- red: ciberconvivencia*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Gobierno de España. <https://doi.org/10.13140/2.1.3141.1520>
- Park, N., y Lee, S. (2014). College students' motivations for Facebook use and psychological outcomes. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 58(4), 601-620. <https://doi.org/10.1080/08838151.2014.966355>
- Ponce-Gómez, J., Zych, I., y Rodríguez-Ruiz, J. (2023). Uso problemático de Internet por parte de los menores desde la perspectiva parental antes y después del confinamiento general por COVID-19. *Psychology, Society & Education*, 15(1), 11-19. <https://doi.org/10.21071/pse.v15i1.15324>
- Salgado, P. G., Boubeta, A. R., Tobío, T. B., Mallou, J. V., y Couto, C. B. (2014). Evaluación y detección precoz del uso problemático de Internet entre adolescentes. *Psicothema*, 26(1), 21-26. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.109>
- Sasson, H., y Mesch, G. (2016). The role of parental mediation and peer norms on the likelihood of cyberbullying. *The Journal of Genetic Psychology*, 178(1), 15-27. <https://doi.org/10.1080/00221325.2016.1195330>
- Shin, W., y Kang, H. (2016). Adolescents' privacy concerns and information disclosure online: The role of parents and the Internet. *Computers in Human Behavior*, 54, 114-123. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.062>
- Shoshani, A., Braverman, S., y Meirou, G. (2021). Video games and close relations: Attachment and empathy as predictors of children's and adolescents' video game social play and socio-emotional functioning. *Computers in Human Behavior*, 114, Artículo 106578. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106578>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., y Hasebrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Technical report*. The London School of Economics and Political Science. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo>
- Song, H., Lee, Y., y Kim, J. (2020). Gender differences in the link between cyberbullying and parental supervision trajectories. *Crime & Delinquency*, 66(13-14), 1914-1936. <https://doi.org/10.1177/0011128720912371>
- Su, W., Han, X., Jin, C., Yan, Y., y Potenza, M. N. (2019). Are males more likely to be addicted to the Internet than females? A meta-analysis involving 34 global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*, 99, 86-100. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.021>
- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y., y Potenza, M. N. (2020). Do men become addicted to Internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific Internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113, Artículo 106480. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106480>
- Tas, I. (2019). The pattern of relationship between attachment styles, gaming addiction and empathetic tendency among adolescents. *Eurasian Journal of Educational Research*, 83, 125-144.
- Tras, Z. (2019). Internet gaming disorder and loneliness as predictors of Internet gaming disorder in adolescents. *Educational Research and Reviews*, 14(13), 465-473. <https://doi.org/10.5897/err2019.3768>
- Vicente-Escudero, J. L., Saura-Garre, P., López-Soler, C., Martínez, A., y Alcántara, M. (2019). Adicción al móvil e Internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras. *Escritos de Psicología*, 12, 103-112. <https://doi.org/10.24310/espiescpsi.v12i2.10065>
- Yayci, L. (2021). Investigation of problematic Internet use and healthy lifestyle behaviors among high school students. *European Journal of Education Studies*, 8(10), 276-291. <https://doi.org/10.46827/ejes.v8i10.3950>