Originales

El impacto de la procrastinación, conducta prosocial, empatía y resiliencia sobre distintas conductas adictivas

The impact of procrastination, prosocial behaviour, empathy and resilience on different addictive behaviours

Marc Carrasco-Reig[1, 2], Manuel Martí-Vilar[3], Francisco González-Sala[4] y Javier Esparza-Reig[5]

1 Dpto. de Psicología Básica, Facultad de Psicología y Logopedia, Universitat de València, España. ORCID: 0000-0001-7399-2977
2 Dpto. de Psicología, Universidad Europea de Valencia, España. ORCID: 0000-0001-7399-2977
3 Dpto. de Psicología Básica, Facultad de Psicología y Logopedia, Universitat de València, España. ORCID: 0000-0002-3305-2996
4 Dpto. de Psicología Evolutiva y de la Educación, Facultad de Psicología y Logopedia, Universitat de València, España. ORCID: 0000-0003-4124-7459
5 Dpto. de Psicología, Universidad Europea de Valencia, España. ORCID: 0000-0002-0693-2963

Recibido: 04/02/2025 · Aceptado: 18/07/2025

Cómo citar este artículo/citation: Carrasco-Reig, M., Martí-Vilar, M., González-Sala, F. y Esparza-Reig, J. (2025). El impacto de la procrastinación, conducta prosocial, empatía y resiliencia sobre distintas conductas adictivas. *Revista Española de Drogodependencias*, *50*(3), 145-164. https://doi.org/10.54108/10120

Resumen

Las adicciones comportamentales se caracterizan por la pérdida de control sobre la propia conducta, la existencia de un fuerte deseo por llevarla a cabo y la presencia de un fuerte malestar o angustia asociada. Actualmente, aunque se les está empezando a dar una mayor visibilidad a dichas problemáticas, el estudio sobre estas todavía es escaso. En la presente investigación se pretende ver cómo se relacionan distintos factores de protección (empatía, conducta prosocial y resiliencia) y estilos de afrontamiento (procrastinación), con una serie de conductas desadaptativas, como son el consumo problemático de la pornografía y de las nuevas tecnológicas (Internet, redes sociales y mensajería instantánea). La muestra se compuso por 855 sujetos (65,8% mujeres) con una edad media de 24,3 (DT= 9,03). Se emplearon distintas escalas para medir las variables mencionadas; y se realizaron análisis de comparaciones entre grupos y una serie de regresiones lineales múltiples. Por su parte, los tres factores de protección mostraron resultados variados, actuando como predictores en algunos casos dependiendo del grupo, (hombres/mujeres). Estos hallazgos aportan información relevante que puede ser útil en diferentes programas de prevención e intervención dirigidos al tratamiento del uso problemático de conductas específicas.

Palabras clave

Adicciones comportamentales, consumo problemático de la pornografía, uso problemático de nuevas tecnológicas, modelos de regresiones, Género.

– Correspondencia:
Francisco González-Sala
Email: francisco.gonzalez-sala@uv.es

Copyright: © 2025 AESED. Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia de uso y distribución Creative Commons CC BY-ND 4.0 (http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/)

Abstract

Behavioral addictions are characterized by a loss of self-control, a strong desire to engage in the behavior, and significant distress or discomfort associated with it. Although these issues are beginning to receive greater visibility, research on the topic remains limited. This study aims to examine the relationships between protective factors (empathy, prosocial behavior, and resilience) and coping styles (procrastination) in connection with a series of maladaptive behaviors, such as problematic pornography consumption and the problematic use of new technologies (Internet, social media, and instant messaging). The sample consisted of 855 participants (65.8% women) with a mean age of 24.3 years (SD= 9.03). Various scales were employed to measure the mentioned variables, and group comparisons as well as multiple linear regression analyses were conducted. The three protective factors yielded varied results, acting as predictors in certain cases depending on the group (men/women). These findings provide valuable insights that may contribute to the design and implementation of prevention and intervention programs aimed at addressing problematic engagement in specific behaviors.

Keywords

Behavioural addictions, problematic consumption of pornography, problematic use of new technologies, regression models, Gender.

INTRODUCCIÓN

Las adicciones comportamentales son un tipo de adicción en las que no existe una sustancia concreta que las provoque, pero igualmente, prevalece un marco sintomático caracterizado por la pérdida de control sobre la propia conducta, la existencia de un fuerte deseo por llevarla a cabo (*craving*) y la presencia de un gran malestar o angustia asociados a la conducta, a pesar de la graves o desagradables consecuencias que pueda conllevar (Rodríguez et al., 2023), pudiendo llegar a generar síntomas de abstinencia cuando no se realiza la conducta, tales como nerviosismo o irritabilidad (Petry et al., 2018) y que vienen condicionadas tanto por factores psicológicos, biológicos como sociales (Rodríguez et al., 2023).

Aunque el término de "adicción comportamental" fue acuñado por Marks (1990), no ha sido hasta la última década cuando esta problemática ha empezado a recibir una mayor visibilidad (Andreassen et al., 2015). Un ejemplo de este avance es el reconocimiento y la inclusión de una nueva categoría en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5; Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2013), denominada como "trastornos adictivos no relacionados con sustancias". A pesar de que hasta el momento solamente se ha incluido el "trastorno por juego" dentro de este apartado (APA, 2013), cada vez se le da más importancia a otros tipos de conductas que pueden funcionar de una forma similar, como es el caso del uso abusivo de la pornografía (Ballester-Arnal et al., 2023) o el uso problemático de las nuevas tecnologías (Pedrero-Pérez et al., 2018), parcialmente reconocido por la actual CIE-11 con la inclusión del trastorno por adicción a los videojuegos (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021) dentro de la categoría de "uso

de sustancias o comportamientos adictivos". Los tipos de adicciones mencionados, sumándose a la ya reconocida adicción al juego, han demostrado poder desencadenar consecuencias tan graves como las adicciones a sustancias (Grant, 2010), sin embargo, persiste el debate sobre su categorización (Mestre-Bach et al., 2017; Müller et al., 2015).

Cabe destacar que hoy en día no existe unanimidad en cuanto al reconocimiento del concepto "adicción comportamental" (Sinclair et al., 2016), por ello, resulta más adecuado referirse a estas como conductas compulsivas, desadaptativas o como un uso problemático de la conducta específica (Potenza, 2015).

Uso problemático de pornografía

El trastorno por comportamiento sexual abusivo (OMS, 2021), también conocido como trastorno de hipersexualidad (APA, 2013), presenta distintas tipologías, siendo una de ellas la que implica el uso de material pornográfico, generalmente en formato online (Echeburúa, 2012), aunque su nomenclatura y clasificación todavía sigue generando controversia en la comunidad científica (Mauer-Vakil y Bahji, 2020).

El consumo de pornografía está ampliamente extendido en la población y forma parte de la sexualidad de muchas personas, desde preadolescentes hasta adultos (Ballester-Arnal et al., 2023). Sin embargo, un uso excesivo de esta puede acarrear graves perjuicios para la salud (Wéry y Billieux, 2017), relacionándose con sentimientos de incompetencia y frustración en las relaciones, depresión (Böthe et al., 2020), incapacidad para abandonar esta conducta problemática y un fuerte y persistente deseo de satisfacer el impulso sexual (Briken et al., 2022). Aunque actualmente no existe una clasificación clínica unificada para este comportamiento, se han identificado algunos de los síntomas asociados, como la inversión excesiva de tiempo en el consumo de pornografía, el deterioro del autocontrol, el incumplimiento de ciertas responsabilidades familiares, sociales o laborales debido a la dedicación excesiva a esta conducta, y la persistencia en el hábito a pesar de las consecuencias negativas que implica (Efrati, 2020; Wéry y Billieux, 2017).

Estudios recientes muestran altas tasas de prevalencia en el uso de pornografía, con cifras que oscilan entre el 60% y el 98% en hombres, y entre el 30% y el 90% en mujeres (Ballester-Arnal et al., 2021; Grubbs et al., 2017; Rissel et al., 2017; Solano et al., 2020). En un estudio llevado a cabo con una muestra adolescentes en España (Ballester-Arnal et al., 2017), se observó que un 8,6% presentaba un alto riesgo de desarrollar un trastorno por consumo o uso problemático de pornografía (PPU - Problematic Pornography Use), siendo este riesgo más frecuente en hombres (Ballester-Arnal et al., 2023; Böthe et al., 2020) con una proporción aproximada del 3,6:1 (Rissel et al., 2017). Böthe (2020) reporta cifras similares en su estudio, en el que el 8,2% de los participantes mostraron signos de PPU.

Uso problemático de nuevas tecnologías

La revolución digital ha supuesto un cambio en el sistema y un notable aumento en el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC), estimando que en 2022 había 5300 millones de usuarios de Internet en todo el mundo, lo que supone un 66% de la población mundial (Unión Internacional de Telecomunicaciones [UIT], 2023). A medida que se

profundiza en el estudio de las TIC, puede observarse un notable aumento en el uso excesivo de estas, surgiendo lo que hoy se conoce como el uso problemático de las nuevas tecnologías (Rodríguez et al., 2023). Este tipo de conductas problemáticas presenta ciertas características bien definidas, similares a las que aparecen en personas que padecen trastornos por adicciones a sustancias, tales como: la tolerancia o necesidad de incrementar el tiempo de uso de las tecnologías para obtener los mismos efectos que al inicio; el síndrome de abstinencia o las reacciones emocionalmente negativas frente a la imposibilidad de acceder a estas tecnologías; el abuso creciente, que puede llegar a interferir en las diferentes esferas de la vida cotidiana; y la dificultad que supone el dejar de utilizarlas, a pesar de ser consciente de los efectos negativos que se vinculan a estas (Baggio et al., 2018; Stepien, 2014).

En lo referente al uso problemático de las tecnologías, existen distintas tipologías, según el foco de la conducta (Pedrero-Pérez et al., 2018). La categoría más amplia podría ser el uso problemático del Internet (PIU - Problematic Internet Use), que englobaría otras modalidades, ya que la mayoría de personas que presentan un uso problemático de internet, lo presentan más concretamente en algunas de las aplicaciones específicas que este ofrece, siendo las redes sociales las que muestran mayores prevalencias, como Facebook, Instagram, YouTube o TikTok, o a las plataformas de mensajería instantánea, como WhatsApp (Echeburúa, 2012). Algunos de los posibles criterios que caracterizan este comportamiento incluyen el tiempo excesivo dedicado a Internet o a redes sociales, alteraciones en los patrones de sueño, presencia de fatiga, ocultamiento de la conducta problemática y deterioro en el rendimiento en otras áreas, entre otros (Echeburúa, 2012).

El uso del smartphone está ampliamente extendido en todo el mundo (Zeerak et al., 2024). Dentro del uso problemático de las TIC, es importante mencionar el uso excesivo de estos, que comparte numerosas similitudes con las anteriores, debido a que el teléfono móvil es la principal herramienta que facilita el acceso a estas aplicaciones o Internet. Es por ello que algunos autores (Baggio et al., 2018) sugieren la posibilidad de evaluarlas simultáneamente en la práctica clínica. Esta problemática se define como un trastorno del control de los impulsos que se manifiesta por medio de un fuerte deseo de usar un teléfono móvil a pesar de conocer sus efectos negativos (Kim y Kho, 2018) y puede mostrarse en formas de impaciencia, búsqueda de sensaciones e irreflexión (Secades-Villa et al., 2014). Además, se ha observado que el uso excesivo de estas herramientas puede afectar negativamente a los rasgos de comportamiento psicosocial y la salud mental, las relaciones interpersonales, la salud física y el desempeño académico (Achangwa et al., 2022).

Un metaanálisis estimó que el PIU afectaba al 14,22% de la población (Meng et al., 2022). El Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA, 2021) arroja cifras específicas sobre las posibles prevalencias asociadas a las diferentes adicciones que podrían incluirse dentro de las adicciones tecnológicas, como es el caso del PIU que, según el informe, este fenómeno se presenta en un 3,5% de las mujeres y en un 3,9% de los hombres. Por otro lado, el estudio realizado en España de Marcos y Chóliz (2020) reveló que las chicas adolescentes mostraron más índices de uso problemático del teléfono móvil (9,9%) y uso problemático de las redes sociales (PUSM - Problematic Use of Social Media; 5%).

Factores relaciones

Las adicciones, tanto con sustancias como sin ellas, comparten un funcionamiento similar y están influenciadas por numerosas variables psicológicas, que en muchos casos pueden coincidir, dadas las similitudes que presentan (Rodríguez et al., 2023). Estas conductas problemáticas a menudo se asocian con comorbilidades con otros trastornos psicológicos, como trastornos por ansiedad, trastornos del estado de ánimo, trastornos del control de impulsos, trastornos por déficit de atención e hiperactividad o trastornos de personalidad (Black y Shaw, 2019).

La procrastinación se entiende como un comportamiento que se caracteriza por postergar voluntariamente una actividad representativa, siendo que, la no realización de esta actividad, pueda desencadenar en consecuencias negativas (Mann, 2016). Emociones negativas como la ansiedad o la depresión pueden promover la conducta de procrastinación, la cual es considerada un estilo de afrontamiento desadaptativo (Sirois et al., 2019) y ya ha demostrado guardar relación con ciertas conductas problemáticas, como las relacionadas con la pornografía (Pérez y Hand, 2022), con el Internet (Ramos-Galaraza et al., 2017), con el teléfono móvil (Zhu et al., 2023) o con las redes sociales (Huanca et al., 2016).

Entre los factores de protección relacionados con comportamientos adictivos, destaca la empatía. Esta se define como la capacidad de comprender la perspectiva de los demás, identificar su realidad subjetiva y poder responder de una forma afectiva apropiada (Batchelder et al., 2017). En cuanto a su relación con algunas conductas problemáticas, la evidencia es ambigua: ciertos autores defienden que la empatía correlaciona negativamente con el uso problemático de las redes sociales (Dailey et al., 2020; Dalvi-Esfahani et al., 2021), mientras que otros sostienen que la relación es neutral (Sharma et al., 2020). En cuanto a su relación con el PPU, se evidencia una relación inversa, a menor empatía, mayor aumento en la gravedad del PPU (Cogoni et al., 2018) y de uso problemático del teléfono móvil (Mark et al., 2018). Otro factor de protección es la conducta prosocial, definido por Eisenberg et al. (2015) como la consecución de acciones voluntarias destinadas a ayudar a otros, sin esperar ningún tipo de recompensa a cambio. La investigación sobre la relación entre esta variable y las adicciones comportamentales es escasa, como es el caso de las adicciones tecnológicas (López-Mora et al., 2024). Sin embargo, distintos autores confirmaron la existencia de una relación negativa entre la conducta prosocial y el uso problemático del teléfono móvil o la adicción al juego (Esparza-Reig et al., 2021b; López-Mora et al., 2024). Por último, cabe destacar la resiliencia que, Ryff et al. (2012) definen como la capacidad que posee una persona para mantener o recuperar el bienestar psicológico ante una situación adversa. La resiliencia ha demostrado ser un fuerte factor protector frente a diversas adicciones, tanto a sustancias (Van Gils et al., 2022; Yang et al., 2019) como a comportamientos, incluyendo el juego (Oei y Goh, 2015), los videojuegos (Lin et al., 2021; Yen et al., 2019) y el Internet, con las que se relaciona de forma negativa (Dinç y Topçu, 2021; Öztürk y Kundakçı, 2021).

En la presenta investigación se pretende estudiar si, al igual que sucede con otras adicciones (Esparza-Reig et al., 2021b), las que han sido medidas en este estudio, guardarán relación con estilos de afrontamientos desadaptativos como la procrastinación y otros factores de

protección, como la empatía, resiliencia y conducta prosocial. En base a esto, los objetivos específicos del estudio son, en primer lugar, comprobar si ciertos estilos de afrontamiento y factores de protección guardan relación con el consumo problemático de la pornografía. El segundo objetivo es observar si existe una relación similar entre las variables mencionadas y el uso problemático de las TIC.

En base a los objetivos mencionados, se proponen las siguientes hipótesis: la primera hipótesis plantea que las variables de procrastinación, empatía, conducta prosocial y resiliencia serán predictoras del uso problemático de la pornografía, tanto para el grupo de hombres como el de mujeres. La segunda hipótesis plantea que las mismas variables también serán predictoras del uso problemático de las TIC, específicamente del uso problemático del Internet, de las redes sociales y de la mensajería instantánea, tanto en hombres como en mujeres (Shi et al., 2021).

MÉTODO

Participantes

Para la realización del presente estudio se seleccionó una muestra de 855 sujetos, la cual fue seleccionada sobre población general. Los criterios de inclusión utilizados fueron que se tuviese la mayoría de edad española y que residiesen en España.

En cuanto a la distribución según el sexo de los participantes, el 65,8% fueron mujeres (n= 563), frente al 34,2% de hombres (n= 292). Respecto a las edades de la muestra, se seleccionaron sujetos que tuvieran al menos los 18 años (según el criterio de inclusión señalado), y hasta los 68 con una $\bar{x}$= 24,3 (DT= 9,03). En la tabla 1 se muestran las demás características sociodemográficas de la muestra.

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra y diferencias entre grupos

	Hombres	Mujeres	Diferencias
Tamaño muestral	n= 292 (34,2%)	n= 563 (65,8%)	-
Nacionalidad, n (%)			-
Española	280 (32,7%)	515 (60,2%)	-
Otras	12 (1,4%)	48 (5,6%)	-
Estado Civil, n (%)			-
Soltero	141 (16%)	261 (30,5%)	-
Con pareja	125 (14,6%)	264 (30,9%)	-
Casado	25 (2,9%)	28 (3,3%)	-
Divorciado	1 (0,1%)	9 (1,1%)	-
Viudo	0 (0%)	1 (0,1%)	-
Media edad (DT)	25,2 (9,72)	23,7 (8,62)	-
PPU (DT)	16,3 (6,13)	12,7 (4,01)	U= 43892, p < 0,001
PIU (DT)	13,1 (4,8)	14,8 (4,86)	U= 66312, p < 0,001
PUIM (DT)	9,63 (4,95)	12,5 (5,46)	U= 57070, p < 0,001
PUSM (DT)	10,3 (5,36)	13,7 (5,78)	U= 54228, p < 0,001

Nota. ***p* < 0,001; U= U de Mann-Whitney; DT= Desviación típica.

Instrumentos

Se administró una batería compuesta por diferentes cuestiones sociodemográficas, además de una serie de escalas destinados a medir las variables objeto de estudio:

Para medir el PPU online en jóvenes se utilizó la escala de tecno-adicción al sexo (Serrano, 2022), instrumento unidimensional compuesto por 11 ítems, que puntúan a través de una escala tipo Likert de cinco puntos de anclaje, que van desde "no, nunca" hasta "siempre". La escala presentó buenas propiedades psicométricas, obteniendo una fiabilidad de α= 0,9 con la muestra utilizada.

El instrumento que se aplicó para medir el posible uso problemático de distintas nuevas tecnologías fue MULTICAGE-TIC (Pedrero-Pérez et al., 2018). Este se compone por 5 factores, y cada uno de ellos se concentra en explorar un problema concreto, como son el uso problemático de la mensajería instantánea (PUIM - Problematic Use of Instant Messaging), del teléfono móvil, de los videojuegos, del PIU y del PUSM. Esta herramienta está compuesta por 20 ítems dicotómicos, y se divide en cinco subescalas. Se realizó el análisis de fiabilidad para cada una de sus subescalas seleccionadas, obteniendo una α= 0,78 para el PIU; α= 0,86 para el PUIM y α= 0,88 para el PUSM.

Para medir la presencia de procrastinación se utilizó la Escala de Procrastinación General (EPG; Blas, 2010), adaptación al español de la escala original de Busko (1998). Esta se destina a medir la presencia tanto de procrastinación general como académica, aunque en este caso, solamente fue medida la procrastinación general. La escala es unidimensional y contiene 13 ítems, los cuales son evaluados a través de una escala tipo Likert con 5 puntos de anclaje, que van desde "no me ocurre nunca" a "me ocurre siempre". El valor de alfa para este cuestionario fue de 0,9 en la muestra utilizada para el estudio.

También se aplicó el Cuestionario de Empatía (IRI; Salavera y Usán, 2020) para medir la empatía. Este instrumento se consta de tres factores, aunque también posee una escala global y está compuesto por 12 ítems. La fiabilidad obtenida en la muestra del estudio fue de α= 0,85.

Para medir la resiliencia, se utilizó la Escala breve de resiliencia (BRCS; Moret-Tatay et al., 2015), adaptación española de la escala Brief Resilient Coping Scale (Sinclair y Wallston, 2004). Esta herramienta de un solo factor está diseñada para medir la resiliencia mediante 4 preguntas breves que se responden a través de una escala tipo Likert de 5 puntos, que va desde "no me describe en absoluto" a "me describe muy bien". Para esta escala, se obtuvo un alfa de 0,7 en la muestra del estudio.

Finalmente, se aplicó la Escala de Prosocialidad de Caprara (EPC; Mieres-Chacaltana, et al., 2020), versión adaptada al español de la escala de Prosocialidad de Caprara (Caprara et al., 2005), destinada a medir la conducta prosocial. La herramienta es unidimensional y está compuesta por 16 ítems, los cuales se puntúan a través de una escala tipo Likert con 5 puntos de anclaje, que van desde "nunca/casi nunca" a "siempre/casi siempre". El valor de alfa de Cronbach en la muestra del estudio para la presente escala, fue de 0,93.

Procedimiento

La recogida de datos para la realización de este estudio transversal se llevó a cabo entre los meses de octubre de 2022 y abril de 2024, dirigido a una muestra de población general residente en España y mayor de 18 años. Los datos fueron recogidos mediante una encuesta realizada de forma virtual con la herramienta Google Forms. Se facilitó a los participantes un enlace que les permitiese acceder a la batería de preguntas asociadas a la investigación en cuestión. El tiempo para la cumplimentación de este oscilaba entre los 20 y 25 minutos. Todos ellos participaron de forma voluntaria y sin recibir ningún tipo de compensación. Previo a la realización del cuestionario, todos los participantes firmaron un consentimiento informado, en el cual se les explicaba el objeto de estudio de la investigación y se les garantizaba el anonimato y la confidencialidad de los datos que iban a proporcionar.

El presente estudio cuenta con la aprobación del Comité Ético de Investigación en Humanos de la Comisión de Ética en Investigación Experimental de la Universitat de València (2023-MAG-3157295).

Análisis

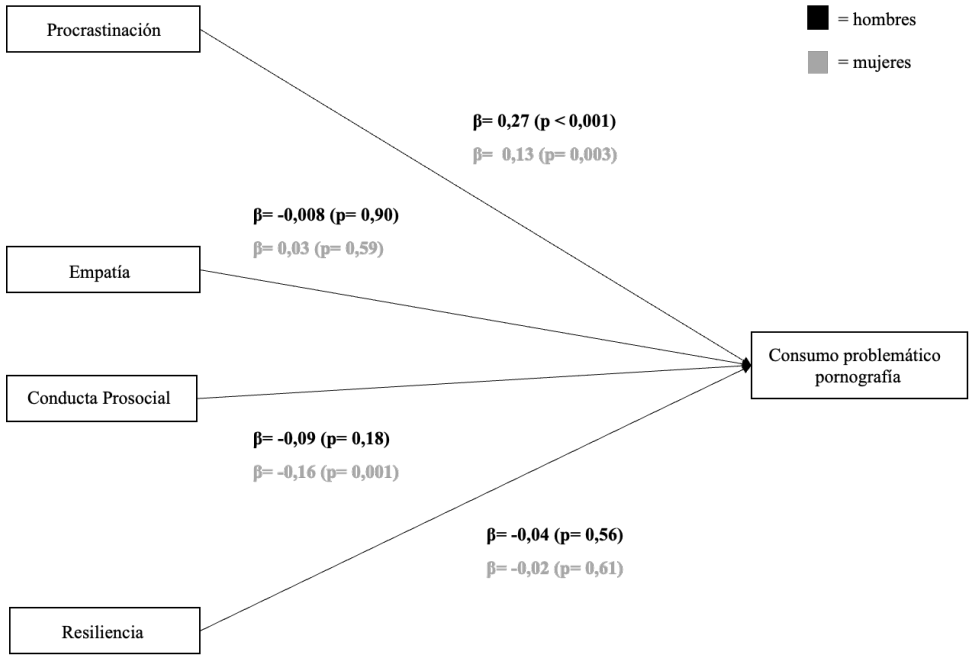
En primer lugar, se analizó la distribución y frecuencias de respuestas para cada una de las variables estudiadas. También se realizaron análisis de fiabilidad para todas las escalas y subescalas utilizadas. Para siguientes análisis, se seleccionaron dos subgrupos de la muestra, separándolos en hombres y mujeres, para poder ver diferencias entre grupos, y a raíz de ello, se llevaron a cabo pruebas para comprobar los supuestos de normalidad y homocedasticidad. A continuación, se realizó una comparación entre grupos para todas las conductas problemáticas, que se estimó con la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney. Finalmente, se llevaron a cabo una serie de análisis de regresión lineal múltiple entre las variables utilizadas para el estudio. Los análisis estadísticos se realizaron a través del programa estadístico Jamovi.

RESULTADOS

En primer lugar, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple, utilizando el PPU como variable dependiente; y la procrastinación, empatía, conducta prosocial y resiliencia como variables independientes. El modelo de regresión (ver figura 1) se realizó paralelamente, tanto para la submuestra de hombres como para la de mujeres, resultando ser ambos modelos estadísticamente significativos ($p< 0,001$). En el modelo realizado con la muestra masculina, el valor R^2 corregido fue de ,0771, lo que indica que el 7,71% de la varianza del PPU en hombres fue explicado por las variables predictoras. En el caso del modelo realizado con la muestra femenina también se demostró, siendo el valor R^2 corregido de ,0407, con lo cual, las variables predictoras explicaron un 4,07% de la varianza del PPU. Los análisis de los residuos indicaron que los datos cumplieron los supuestos de los modelos de regresiones lineales, tanto en este modelo como en los que se presentarán más adelante. En cuanto a los coeficientes del modelo, la procrastinación ($\beta= 0,27$; $p< 0,01$ en hombres; $\beta= 0,13$; $p= 0,003$ en mujeres) y la conducta prosocial en mujeres ($\beta= -0,16$; $p= 0,001$) sí

resultaron ser predictores significativos del PPU, relacionándose la conducta prosocial de manera inversa. Por otro lado, no sucedió lo mismo con las demás variables, las cuales no fueron predictoras significativas de la PPU: conducta prosocial en hombres (β= -0,09; p= 0,18), empatía (β= -0,008; p= 0,9 en hombres; β= 0,03; p= 0,59 en mujeres) y resiliencia (β= -0,04; p= 0,56 en hombres; β= -0,02; p= 0,61 en mujeres).

Figura 1. Modelo de regresión lineal múltiple con PPU

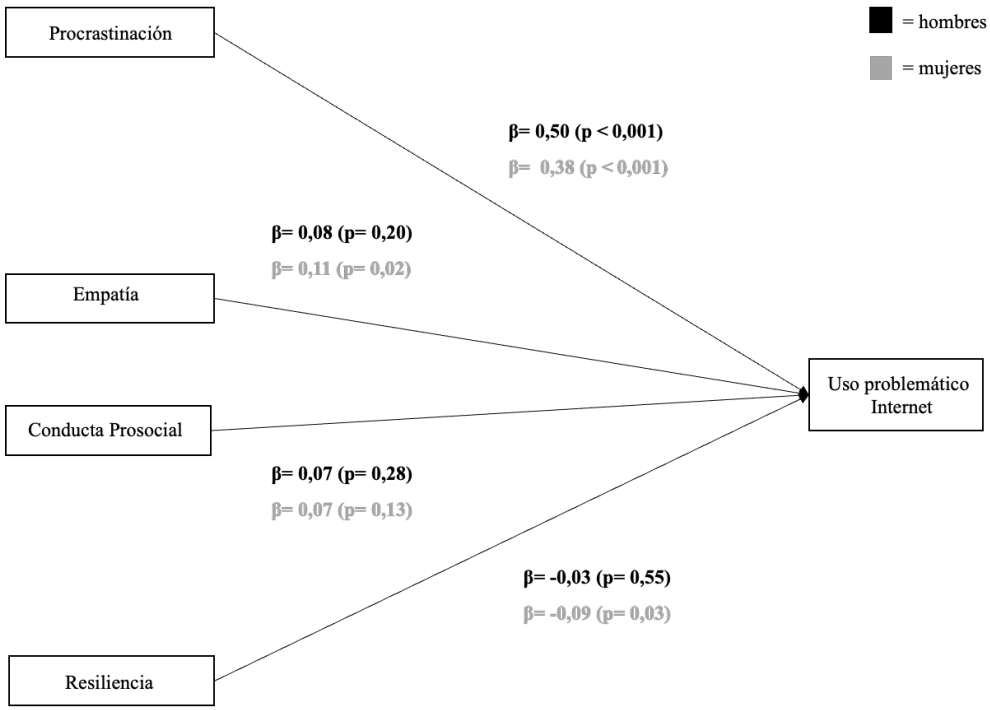


Nota. **p < 0,001.

Seguidamente, se volvió a aplicar este modelo de regresión lineal múltiple a los otros tipos de conductas problemáticas. Para todos ellos, se emplearon como variables independientes las utilizadas en el modelo anterior, y en este caso, como variable dependiente el PIU (ver figura 2). El modelo resultó estadísticamente significativo, tanto para el grupo de hombres como el de mujeres (p< 0,001). En el caso de los hombres, el valor R^2 corregido fue de 0,255, lo que significa que las variables predictoras explicaron un 25,5% de la varianza de la variable dependiente. En el caso de las mujeres, el valor R^2 corregido fue de 0,178, por lo que las variables independientes explicaron un 17,8% de la varianza del PIU. En este caso, en cuanto a los coeficientes del modelo, fueron la procrastinación (β= 0,5; p< 0,01 en hombres;

β= 0,38; p< 0,01 en mujeres), la empatía en mujeres (β= 0,11; p= 0,02) y la resiliencia en mujeres (β= -0,09; p= 0,003) las variables que sí resultaron ser predictores significativos del PIU, guardando esta última una relación inversa. En el caso de la empatía en hombres (β= 0,08; p= 0,2), la resiliencia en hombres (β= -0,03; p= 0,55) y la conducta prosocial (β= 0,07; p= 0,028 en hombres; β= 0,07; p= 0,13 en mujeres), no demostraron guardar una relación significativa con la variable dependiente.

Figura 2. Modelo de regresión lineal múltiple con PIU

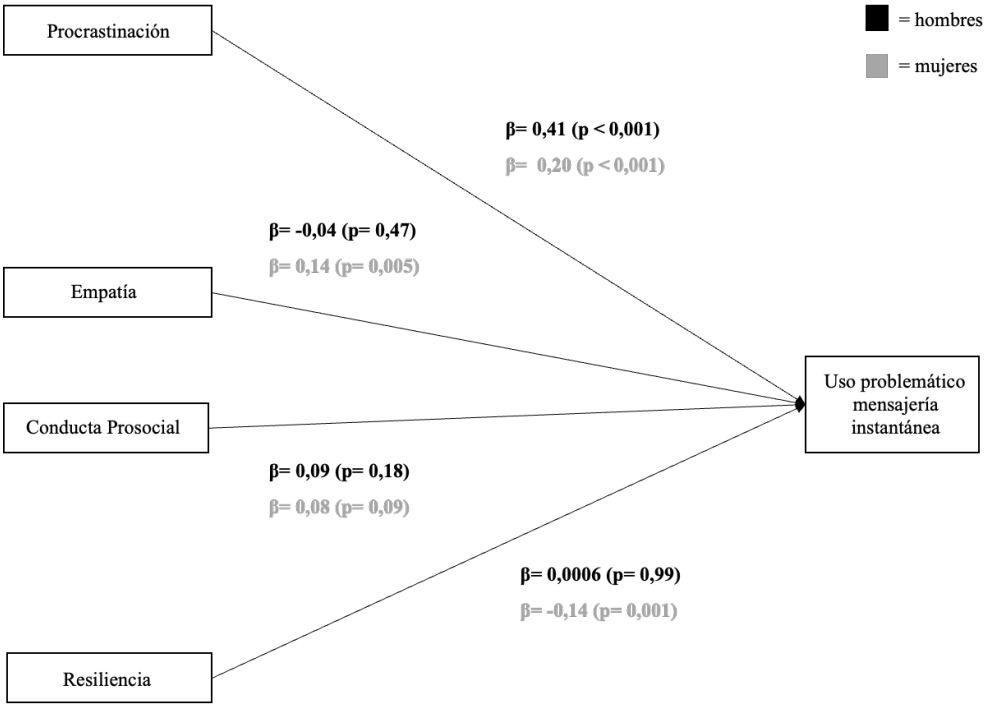


Nota. **p < 0,001.

En el siguiente modelo (ver figura 3), se utilizó el PUIM como variable dependiente, y las variables mencionadas previamente como variables independientes. Los modelos resultaron estadísticamente significativos, tanto para el grupo de hombres como el de mujeres (p< 0,001). En el caso de los hombres, el valor R^2 corregido fue de 0,154, por lo que las variables predictoras explicaron un 15,4% de la varianza de la variable dependiente. En el caso de las mujeres, el valor R^2 corregido fue de 0,0935, explicando las variables independientes un 9,35% de la varianza de la variable PUIM. En este caso, las variables procrastinación (β= 0,41; p< 0,001 en

hombres; β= 0,2; p< 0,001 en mujeres), la empatía en mujeres (β= 0,14; p= 0,005) y la resiliencia en mujeres (β= -0,14; p= 0,001) las variables que sí resultaron ser predictoras significativas del PUIM, mientras que la empatía en hombres (β= -0,04; p= 0,47), la conducta prosocial (β= 0,09; p= 0,18 en hombres; β= 0,08; p= 0,09 en mujeres) y la resiliencia en hombres (β= 0,0006; p= 0,99) no lo fueron.

Figura 3. Modelo de regresión lineal múltiple con PUIM

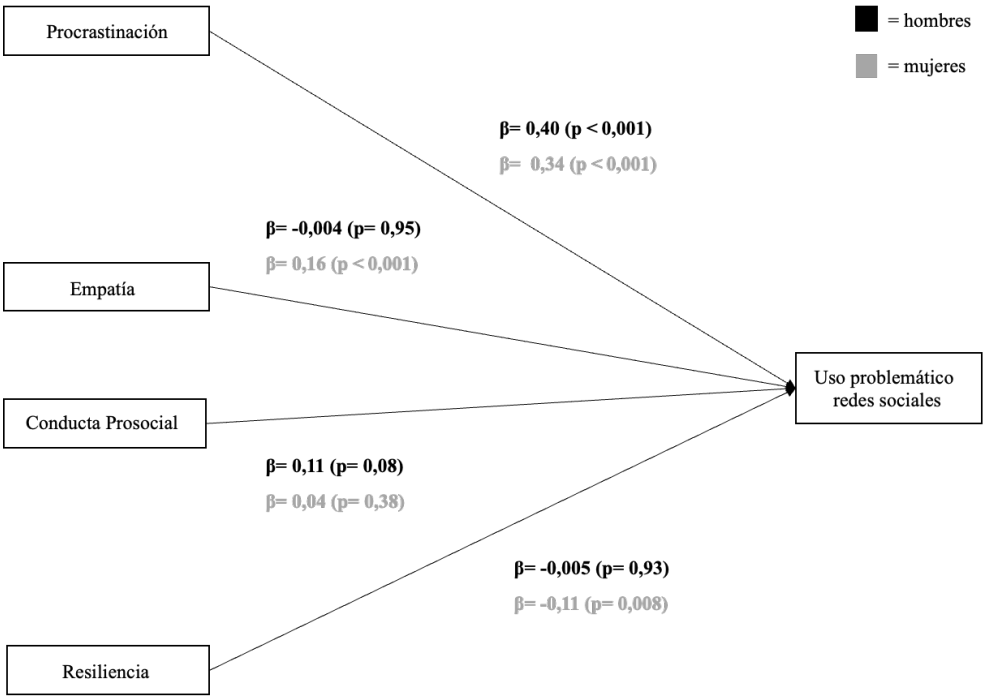


Nota. **p < 0,001.

Finalmente, para el último modelo (ver figura 4), se utilizó el PUSM como variable dependiente, y como variables independientes, las previamente mencionadas. Los modelos resultaron estadísticamente significativos, tanto para el grupo de hombres como el de mujeres (p< 0,001). En el caso de los hombres, el valor R^2 corregido fue de 0,156, por lo que las variables predictoras explicaron un 15,6% de la varianza del PUSM. Para el grupo de mujeres, el valor R^2 corregido fue de 0,175, por lo que las variables independientes explicaron un 17,5% de la varianza de la variable dependiente. En este caso, en cuanto a los coeficientes de los modelos, mostraron ser predictoras del PUSM las variables procras-

tinación (β= 0,4; p< 0,001 en hombres; β= 0,34; p< 0,001 en mujeres), la empatía en mujeres (β= 0,16; p< 0,001) y la resiliencia en mujeres (β= -0,11; p= 0,008), mientras que las variables conducta prosocial (β= 0,11; p= 0,08 en hombres; β= 0,04; p= 0,38 en mujeres), empatía en hombres (β= -0,004; p< 0,95) y la resiliencia en hombres (β= -0,005; p= 0,93) no mostraron poseer una relación significativa con la variable dependiente.

Figura 4. Modelo de regresión lineal múltiple con PUSM



Nota. **p < 0,001.

DISCUSIÓN

En la presente investigación se pretendía ampliar el conocimiento sobre distintas conductas problemáticas, más específicamente sobre PPU y el uso problemático de las TIC´s, y la relación que guardan con distintos factores de protección y estilos de afrontamiento, con el fin de contribuir a la mejora y desarrollo de nuevas estrategias para los programas de prevención e intervención existentes, abordando problemáticas relativamente recientes y asociadas a los tiempos modernos.

En cuanto a la primera hipótesis del estudio, postulaba que las variables de procrastinación, empatía, conducta prosocial y resiliencia serían predictoras del PPU, tanto para el grupo de hombres como para el de mujeres.

Los resultados obtenidos son parcialmente congruentes con esta hipótesis. Las variables conducta prosocial (en mujeres) y procrastinación (Pérez y Hand, 2022) demostraron ser predictoras significativas, mientras que la conducta prosocial (en hombres), la empatía y la resiliencia no lo fueron. Por lo tanto, puede afirmarse que no existe suficiente evidencia empírica que apoye plenamente esta hipótesis.

La segunda hipótesis planteaba que las variables de procrastinación, empatía, conducta prosocial y resiliencia serían predictoras del uso problemático de las TIC, específicamente del Internet, las redes sociales y la mensajería instantánea, tanto en hombres como en mujeres. Los resultados obtenidos también son parcialmente congruentes con esta hipótesis. La procrastinación fue la única variable que sí fue predictora de todas las conductas problemáticas, independientemente del género (Huanca et al., 2016; Ramos-Galaraza et al., 2017). Por otro lado, la empatía y la resiliencia también lo fueron en el grupo de mujeres (Dinç y Topçu, 2021; Öztürk y Kundakçı, 2021; Sharma et al., 2020), pero no en el de los hombres. La conducta prosocial, en cambio, no fue predictora de ninguna conducta problemática de las TIC, ni en el grupo de hombres ni en el de mujeres.

Adoptando una visión más holística de los resultados, puede concluirse que, en el grupo de hombres, la procrastinación fue la única variable que resultó ser predictora para todas las conductas problemáticas. En el caso de las mujeres, la procrastinación también fue predictora de todas las conductas problemáticas, pero no se replicó el patrón con las otras variables que actuaban como factores de protección. Estas últimas mostraron asociaciones con una o dos conductas problemáticas, pero no alcanzaron a predecir las cuatro conductas analizadas, a diferencia de lo observado con la procrastinación y lo planteado en las hipótesis del estudio.

CONCLUSIONES

Una de las principales limitaciones en esta investigación es que la mayor parte de la muestra corresponde a edad universitaria, incluyendo poca representación de personas mayores, que también puede sufrir alguno de los marcos clínicos estudiados (Esparza-Reig et al., 2021a). Otra limitación referente a la muestra es la diferencia en el tamaño muestral entre hombres y mujeres, ya que no guardaban un equilibrio en su proporción. La falta de representación clínica en la muestra utilizada también puede considerarse otra limitación del estudio, añadiendo la dificultad que supone el hecho de acceder a este tipo de muestra, ya que en el momento actual no se dispone de un diagnóstico específico para la mayoría de estas conductas problemáticas (Marcos y Chóliz, 2023). Esto podría haber influido en los resultados, los cuales no son completamente consistentes con los hallazgos reportados en investigaciones previas, posiblemente debido a que, en la muestra analizada no se observa una proporción significativa de población con problemas clínicos en relación con las conductas problemáticas estudiadas. En esta misma línea, otra posible limitación sería la dificultad a la hora de diferenciar algunas de las conductas problemáticas mencionadas (como, por ejemplo, las asociadas a las redes sociales, la mensajería o Internet), debido a que no existen diagnósticos específicos para cada una de estas conductas, pudiendo llegar a confundirse o solaparse unas con otras, o

simplemente, tratar un comportamiento disfuncional o desadaptativo como un trastorno mental (Marcos y Chóliz, 2023).

Las limitaciones planteadas dificultan la generalización de los resultados, además, cabe destacar que suelen ser muy comunes en estudios sobre adicciones de este tipo (Esparza-Reig et al., 2021a), por lo que, de cara a futuras investigaciones, resultaría beneficioso replicar los análisis con población mayor y con una distribución equitativa de participantes según el sexo biológico. Con esto, se hace patente la importancia de llevar a cabo estudios descriptivos que muestren datos sobre la prevalencia y características sociodemográficas y clínicas que se asocien a las adicciones comportamentales (Rodríguez et al., 2023). En conclusión, los hallazgos obtenidos contribuyen a entender cómo se relacionan estilos de afrontamiento desadaptativos y factores de protección con las conductas problemáticas analizadas, que pueden llegar a resultar útiles en el campo de la psicología clínica. Es por ello que estos resultados suponen un avance en relación a los diferentes modelos teóricos relacionados con las distintas variables medidas, ayudando a poder desarrollar programas de prevención e intervención dirigidas a estas patologías.

Estos hallazgos pueden facilitar el desarrollo de estrategias más eficaces para la prevención y el tratamiento de las conductas problemáticas analizadas. Actualmente, los enfoques psicosociales han demostrado efectividad en el manejo de algunas de estas conductas desadaptativas, especialmente mediante grupos de autoayuda, similares a los utilizados en programas como "Alcohólicos Anónimos" (Rodríguez et al., 2023). Sin embargo, es necesario profundizar y crear intervenciones propias en lugar de aplicar aquellas diseñadas para otros tipos de adicciones (como las existentes en adicción al juego o en adicciones a sustancias), cuya efectividad aún no haya sido comprobada en las problemáticas analizadas en este estudio.

Asimismo, cabe señalar la importancia de seguir con el estudio de estas conductas, que afectan diariamente a miles de personas (Meng et al., 2022), con el objetivo de aumentar su visibilidad y desarrollar tratamientos específicos y ajustados a sus particularidades, ya que, a pesar de su creciente relevancia, la investigación global sobre algunas de estas conductas desadaptativas sigue siendo limitada (Zeerak et al., 2024).

Financiación

El presente estudio no ha contado con financiación.

REFERENCIAS

Achangwa, C., Ryu, H. S., Lee, J. K. y Jang, J. D. (2022). Adverse effects of smartphone addiction among university students in South Korea: A systematic review. In *Healthcare*. https://doi.org/10.3390/healthcare11010014

Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Pallesen, S., Bilder, R. M., Torsheim, T. y Aboujaoude, E. (2015). The Bergen Shopping Addiction Scale: Reliability and validity of a brief screening test. *Frontiers in psychology, 6*, 1374. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01374

Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico*

de los trastornos mentales (5.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.

Ballester-Arnal, R., Garcia-Barba, M., Castro-Calvo, J., Gimenez-Garcia, C. y Gil-Llario, M. D. (2023). Pornography consumption in people of different age groups: An analysis based on gender, contents, and consequences. *Sexuality Research and Social Policy*, *20*(2), 766-779. https://doi.org/10.1007/s13178-022-00720-z

Ballester-Arnal, R., Castro-Calvo, J., García-Barba, M., Ruiz-Palomino, E. y Gil-Llario, M. D. (2021). Problematic and non-problematic engagement in online sexual activities across the lifespan. *Computers in Human Behavior, 120*, 106774. https://doi.org/10.1016/j.chb. 2021.106774

Ballester-Arnal, R., Castro-Calvo, J., Gil-Llario, M. D. y Gil-Julia, B. (2017). Cybersex addiction: A study on Spanish college students. *Journal of sex & marital therapy*, *43*(6), 567-585.

Baggio, S., Starcevic, V., Studer, J., Simon, O., Gainsbury, S. M., Gmel, G. y Billieux, J. (2018). Technology-mediated addictive behaviors constitute a spectrum of related yet distinct conditions: A network perspective. *Psychology of Addictive Behaviors, 32*(5), 564-572. https://doi.org/10.1037/adb0000379

Batchelder, L., Brosnan, M. y Ashwin, C. (2017). The development and validation of the empathy components questionnaire (ECQ). *PloS one*, *12*(1), e0169185. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169185

Black, D.W. y Shaw, M. (2019). The Epidemiology of Gambling Disorder. In: Heinz, A., Romanczuk-Seiferth, N., Potenza, M. (eds) Gambling Disorder. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-03060-5_3

Blas, Ó. Á. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología,* (13), 159-177.

Bőthe, B., Tóth-király, I., Potenza, M. N., Orosz, G. y Demetrovics, Z. (2020). High-frequency pornography use may not always be problematic. *Journal of Sexual Medicine, 17*, 793–811. https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.01.007

Briken, P., Wiessner, C., Štulhofer, A., Klein, V., Fuß, J., Reed, G. M. y Dekker, A. (2022). Who feels affected by "out of control" sexual behavior? Prevalence and correlates of indicators for ICD-11 compulsive sexual behavior disorder in the German health and sexuality survey (GeSiD). *Journal of Behavioral Addictions*, *11*(3), 900-911. https://doi.org/10.1556/2006.2022.00060

Busko, D. A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model* (Doctoral dissertation, University of Guelph).

Caprara, G. V., Steca, P., Zelli, A. y Capanna, C. (2005). A new scale for measuring adults' prosocialness. *European Journal of psychological assessment*, *21*(2), 77-89. https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.2.77

Cogoni, C., Carnaghi, A. y Silani, G. (2018). Reduced empathic responses for sexually objectified women: An fMRI investigation. *Cortex*, *99*, 258-272. https://doi.org/10.1016/j.cortex.2017.11.020

Dailey, S. L., Howard, K., Roming, S. M., Ceballos, N. y Grimes, T. (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *2*(2), 158-167. https://doi.org/10.1002/hbe2.182

Dalvi-Esfahani, M., Niknafs, A., Alaedini, Z., Ahmadabadi, H. B., Kuss, D. J. y Ramayah, T. (2021). Social Media Addiction and Empathy: Moderating impact of personality traits among high school students. *Telematics and Informatics*, *57*, 101516. https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101516

Dinç, M. y Topçu, F. (2021). The Relation between Resilience and Problematic Internet Use among Youth. *Dusunen. Adam*, *34*, 337–345. https://hdl.handle.net/20.500.11782/2939

Echeburúa E. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ediciones Pirámide.

Efrati, Y. (2020). Problematic and non-problematic pornography use and compulsive sexual behaviors among understudied populations: Children and adolescents. *Current Addiction Reports, 7*, 68-75. https://doi.org/10.1007/s40429-020-00300-4

Eisenberg, N., Spinrad, T. L. y Knafo-Noam, A. (2015). "Prosocial development, Handbook of child psychology and developmental science" in *Socioemotional processes*. eds. M. E. Lamb and R. M. Lerner, vol. 3. 7th ed (New Jersey: Wiley), 610–656. https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy315

Esparza-Reig, J., Martí-Vilar, M. y González-Sala, F. (2021a). Motivos de juego, predictores del juego problemático y diferencias con el consumo problemático de alcohol. *Revista española de drogodependencias*, *46*, 83-94.

Esparza-Reig, J., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C. y García-Casique, A. (2021b). Relationship between prosocial behaviours and addiction problems: A systematic review. In *Healthcare* (Vol. 10, No. 1, p. 74). MDPI. https://doi.org/10.3390/healthcare10010074

Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A. y Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *The American journal of drug and alcohol abuse*, *36*(5), 233-241. https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491884

Grubbs, J. B., Exline, J. J., Pargament, K. I., Volk, F. y Lindberg, M. J. (2017). Internet pornography use, perceived addiction, and religious/spiritual struggles. *Archives of Sexual Behavior, 46*(6), 1733–1745. https://doi.org/10.1007/s10508-016-0772-9

Huanca, Y. N. C., Coaquira, K. Y. M. y Cachicatari, G. M. (2016). Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca-2015. *Revista de Investigación Universitaria*, *5*(2). https://doi.org/10.17162/riu.v5i2.971

International Telecommunication Union. (2022). *Statistics*. Recuperado el 13 de abril de 2023 de https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/stat/default.aspx

Kim, E. y Koh, E. (2018). Avoidant attachment and smartphone addiction in co-

llege students: The mediating effects of anxiety and self-esteem. *Computers in Human Behavior*, *84*, 264-271. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.037

Lin, P. C., Yen, J. Y., Lin, H. C., Chou, W. P., Liu, T. L. y Ko, C. H. (2021). Coping, resilience, and perceived stress in individuals with internet gaming disorder in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(4), 1771. https://doi.org/10.3390/ijerph18041771

López-Mora, C., Carlo, G., López, I. H., González-Blázquez, F. J. y Gasch, E. O. (2024). Relationships between experiences of humiliation on social networks, problematic phone use, and aggressive and altruistic behaviors in young adults. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1368336. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1368336

Marcos, M. y Chóliz, M. (2020). Comorbilidad entre adicciones comportamentales en la adolescencia. *Rev. esp. drogodepend*, 86-95.

Marcos, M. y Chóliz, M. (2023). TecnoTest: desarrollo de una herramienta de screening de adicciones tecnológicas y juego. *Adicciones, 35*(3), 235-248. https://doi.org/10.20882/adicciones.1380

Mak, B., Nickerson, R. C. y Sim, J. (2018). Mobile technology dependence and mobile technostress. *International Journal of Innovation and Technology Management*, *15*(04), 1850039. https://doi.org/10.1142/S0219877018500396

Marks, I. (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British journal of addiction, 85*, 1389-1394.

Mauer-Vakil, D. y Bahji, A. (2020). The addictive nature of compulsive sexual behaviours and problematic online pornography consumption: a review. *Canadian Journal of Addiction*, *11*(3), 42-51. https://doi.org/10.1097/CXA.0000000000000091

Meng, S. Q., Cheng, J. L., Li, Y. Y., Yang, X. Q., Zheng, J. W., Chang, X. W., Shi, J., Chen, Y., Lu, L., Sun, Y., Bao, Y. P., & Shi, Y. (2022). Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, *92*, 102128. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102128

Mestre-Bach, G., Steward, T., Jiménez-Murcia, S. y Fernández-Aranda, F. (2017). Differences and similarities between compulsive buying and other addictive behaviors. *Current Addiction Reports*, *4*, 228-236. https://doi.org/10.1007/s40429-017-0153-z

Mieres-Chacaltana, M., Salvo-Garrido, S. y Denegri-Coria, M. (2020). Evaluación de la Escala de Prosocialidad de Caprara, Steca, Zelli y Capanna en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica, 3*(56), 21-32. https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.02

Moret-Tatay, C., Fernández-Muñoz, J. J., Civera-Mollá, C., Navarro-Pardo, E. y Alcover-de-la-Hera, C. (2015). Psychometric properties and Factor structure of the BRCS in an elderly Spanish sample. *Anales de Psicología/Annals of Psychology, 31*(3), 1030-1034. https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.188401

Moulding, R., Kings, C. y Knight, T. (2021). The things that make us: self and object

attachment in hoarding and compulsive buying-shopping disorder. Current Opinion in Psychology, 39, 100-104. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.016

Müller, A., Trotzke, P., Mitchell, J. E., de Zwaan, M. y Brand, M. (2015). The Pathological Buying Screener: Development and psychometric properties of a new screening instrument for the assessment of pathological buying symptoms. *PLoS One*, *10*(10), e0141094. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0141094

Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Informe sobre Adicciones Comportamentales (2021). Juego con dinero, uso de videojuegos y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y otras adicciones en España EDADES y ESTUDES [Internet]. Madrid, España; 2021. p. 80. Disponible en: https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/2021_Informe_adicciones_comportamentales.pdf

Oei, T. P. y Goh, Z. (2015). Interactions between risk and protective factors on problem gambling in Asia. *Journal of Gambling Studies*, *31*, 557-572. https://doi.org/10.1007/s10899-013-9440-3

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Clasificación Internacional de Enfermedades, 11.ª revisión (CIE-11)*. Organización Mundial de la Salud. https://icd.who.int/es

Otero-López, J. M. y Villardefrancos, E. (2014). Prevalence, sociodemographic factors, psychological distress, and coping strategies related to compulsive buying: a cross sectional study in Galicia, Spain. *BMC psychiatry*, *14*, 1-12. https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-101

Öztürk, A. y Kundakçı, N. (2021). Loneliness, perceived social support, and psychological resilience as predictors of internet addiction: a cross-sectional study with a sample of Turkish undergraduates. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, *31*(4), 449. https://doi.org/10.5152/pcp.2021.21115

Pedrero-Pérez, E. J., Ruiz-Sánchez de León, J. M., Rojo-Mota, G., Llanero-Luque, M., Pedrero-Aguilar, J., Morales-Alonso, S. y Puerta-García, C. (2018). Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): uso problemático de internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC. *Adicciones, 30*(1), 19-32. http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.806

Pérez, J. D. V. y Hand, C. J. (2022). The role of scrupulosity, experiential avoidance, and the Dark Tetrad in problematic pornography use. *Sexual Health & Compulsivity*, *29*(1-2), 68-95. https://doi.org/10.1080/26929953.2022.2101168

Petry, N. M., Zajac, K. y Ginley, M. K. (2018). Behavioral addictions as mental disorders: to be or not to be?. *Annual review of clinical psychology*, *14*(1), 399-423. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045120

Potenza, M. (2015). Perspective: behavioural addictions matter. *Nature*, *522*(7557), S62-S62. https://doi.org/10.1038/522S62a

Ramos-Galarza, C., Jadán-Guerrero, J., Paredes-Núñez, L., Bolaños-Pasquel, M. y Gómez-García, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, *43*(3), 275-289. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016

Rissel, C., Richters, J., De Visser, R. O., McKee, A., Yeung, A. y Caruana, T. (2017). A profile of pornography users in Australia: Findings from the second Australian study of health and relationships. *The Journal of Sex Research*, *54*(2), 227-240. https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1191597

Rodríguez, M. R., Hodann-Caudevilla, R. M., Páramo, Í. A. y Molina-Ruiz, R. M. (2023). Adicciones sin sustancia o adicciones comportamentales. *Medicine-Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, *13*(85), 4998-5009. https://doi.org/10.1016/j.med.2023.08.011

Ryff, C. D., Friedman, E. M., Morozink, J. A. y Tsenkova, V. (2012). Psychological resilience in adulthood and later life: Implications for health. *Annual review of gerontology and geriatrics*, *32*(1), 73-92.

Salavera, C. y Usán, P. (2020). Psychometric properties of empathy questionnaire for Spanish adolescents. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 33*. https://doi.org/10.1186/s41155-020-00161-w

Secades-Villa, R., Calafat, A., Fernández-Hermida, J. R., Juan, M., Duch, M., Skärstrand, E., Becoña, E. y Talic, S. (2014). Tiempo de uso de Internet y efectos psicosociales adversos en adolescentes europeos. *Adicciones*, *26*(3), 247-254. https://doi.org/10.20882/adicciones.6

Serrano, O. (2022). Datos sobre propiedades psicométricas y diagnósticas de una escala: tecno-adicción al sexo en infanto-juveniles españoles. https://doi.org/10.17060/ijodaep.2022.n1.v1.2320

Sharma, A., Miner, A. S., Atkins, D. C. y Althoff, T. (2020). A computational approach to understanding empathy expressed in text-based mental health support. *arXiv pre-print server*. https://doi.org/10.48550/arXiv.2009.08441

Shi, M., Zhai, X., Li, S., Shi, Y. y Fan, X. (2021). The relationship between physical activity, mobile phone addiction, and irrational procrastination in Chinese college students. *International journal of environmental research and public health*, *18*(10), 5325. https://doi.org/10.3390/ijerph18105325

Sinclair, H., Lochner, C. y Stein, D. J. (2016). Behavioural addiction: a useful construct?. *Current Behavioral Neuroscience Reports*, *3*, 43-48. https://doi.org/10.1007/s40473-016-0067-4

Sinclair, V. G. y Wallston, K. A. (2004). The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment*, *11*(1), 94-101. https://doi.org/10.1177/1073191103258144

Sirois, F. M., Nauts, S. y Molnar, D. S. (2019). Self-compassion and bedtime procrastination: an emotion regulation perspective. *Mindfulness*, *10*, 434-445. https://doi.org/10.1007/s12671-018-0983-3

Stepien, K. (2014). Internet addiction. The phenomenon of pathological internet

use - problems of interpretation in the definition and diagnosis. *Internal Security, 6*, 79-90.

Solano, I., Eaton, N. R. y O'Leary, K. D. (2020). Pornography consumption, modality and function in a large internet sample. *The Journal of Sex Research, 57*(1), 92-103. https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1532488

Van Gils, Y., Dom, G., Dierckx, E., Van Alphen, S. P. J. y Franck, E. (2022). Resilience, depression and anxiety and hazardous alcohol use behaviour among community dwelling older adults. *Aging & Mental Health*, *26*(1), 56-64. https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1870211

Wéry, A. y Billieux, J. (2017). Problematic cybersex: Conceptualization, assessment, and treatment. *Addictive Behaviors, 64*, 238-246. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.007

Yang, C., Zhou, Y., Cao, Q., Xia, M. y An, J. (2019). The relationship between self-control and self-efficacy among patients with substance use disorders: resilience and self-esteem as mediators. *Frontiers in psychiatry*, *10*, 388. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00388

Yen, J. Y., Lin, H. C., Chou, W. P., Liu, T. L. y Ko, C. H. (2019). Associations among resilience, stress, depression, and internet gaming disorder in young adults. *International journal of environmental research and public health*, *16*(17), 3181. https://doi.org/10.3390/ijerph16173181

Zeerak, Q., Imran, M., Azeez, K., Lokanathan, T. H. y Ismail, I. M. (2024). The effects of smartphone addiction on academic performance among undergraduate medical students in Karnataka, India: A multi-centric study. *Cureus*, *16*(6). https://doi.org/10.7759/cureus.62796

Zhu, Y., Liu, J., Wang, Q., Huang, J., Li, X. y Liu, J. (2023). Examining the association between boredom proneness and bedtime procrastination among Chinese college students: A sequential mediation model with mobile phone addiction and negative emotions. *Psychology Research and Behavior Management*, 4329-4340. https://doi.org/10.2147/PRBM.S431615