



CALIDAD DE SUEÑO DE LOS ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL USO PROBLEMÁTICO DE LAS TICS Y EL CYBERBULLYING

Sánchez-Moreno, Víctor; Vallejo, Andrea; Chamizo-Nieto, María Teresa;
Rey, Lourdes; Cavas, María

Estudio financiado por

Proyecto *PID2020-117006RB-I00*
financiado por



Applied Positive Lab



Junta de Andalucía

PAIDI CTS-1048



UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

Índice de Contenidos

1

Introducción

2

Método

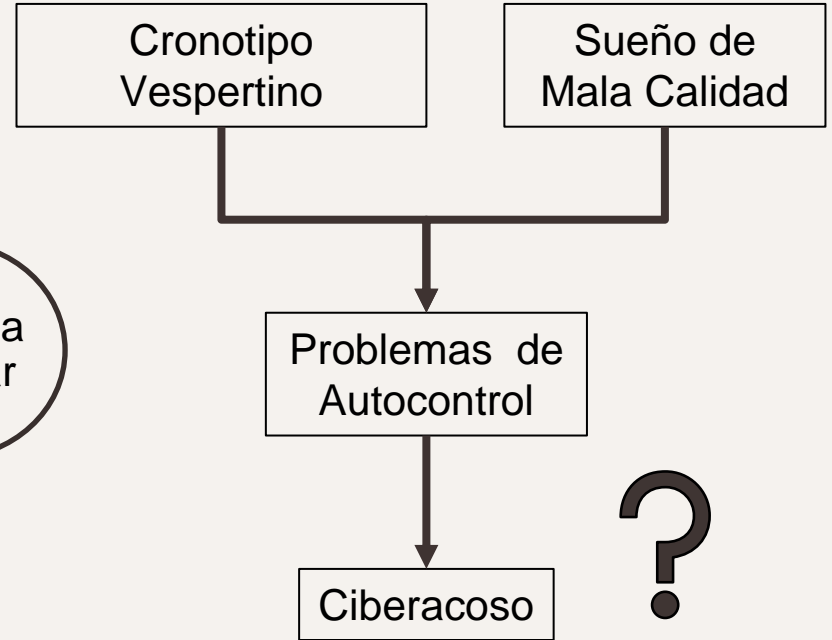
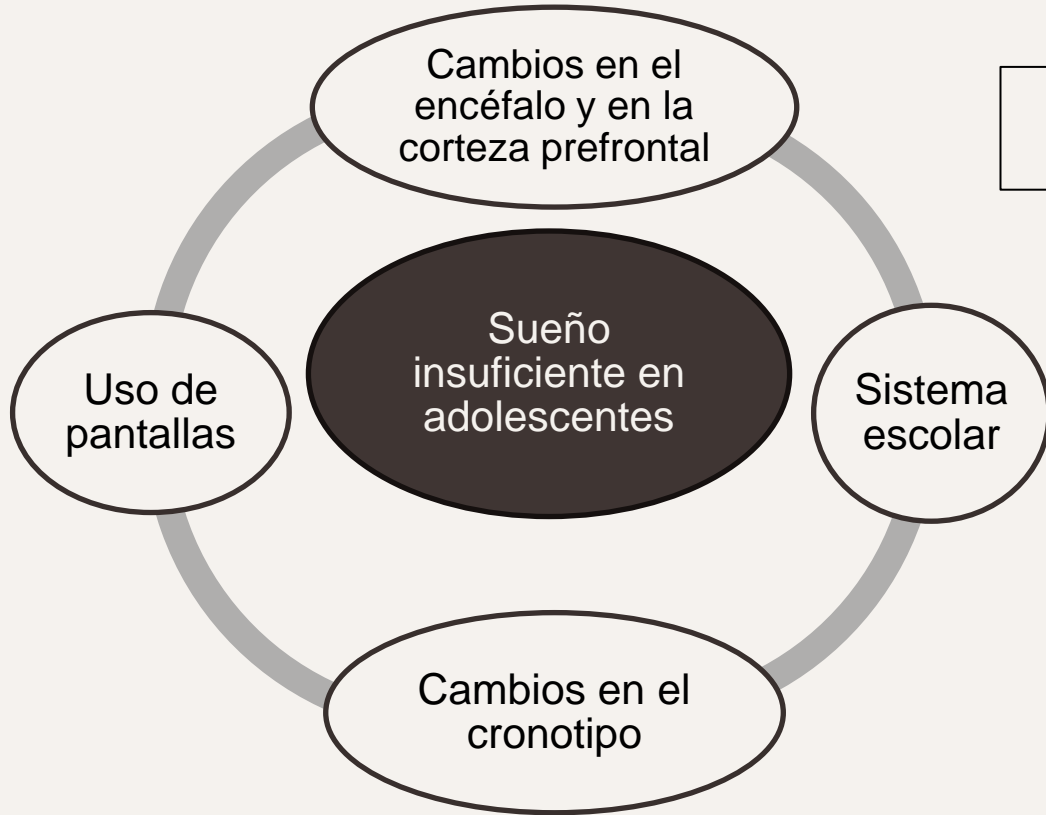
3

Resultados

4

Conclusiones

Introducción



Método

304 participantes alumnos de ESO de entre 12 y 18 años
(52.3% mujeres, n=159; 47% hombres, n=143; 0.3% trans, n= 1; 0.3% no binario, n= 1)

Questionarios

Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS; Andreassen et al., 2017)

Addiction Internet Test (IAT; Young, 1998)

The Smartphone Addiction Scale (SAS-SV; Kwon et al., 2013)

Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (ECIPQ; Del Rey et al., 2015)

Frequency of Suicidal Ideation Inventory (FSII; Chang y Chang, 2016)

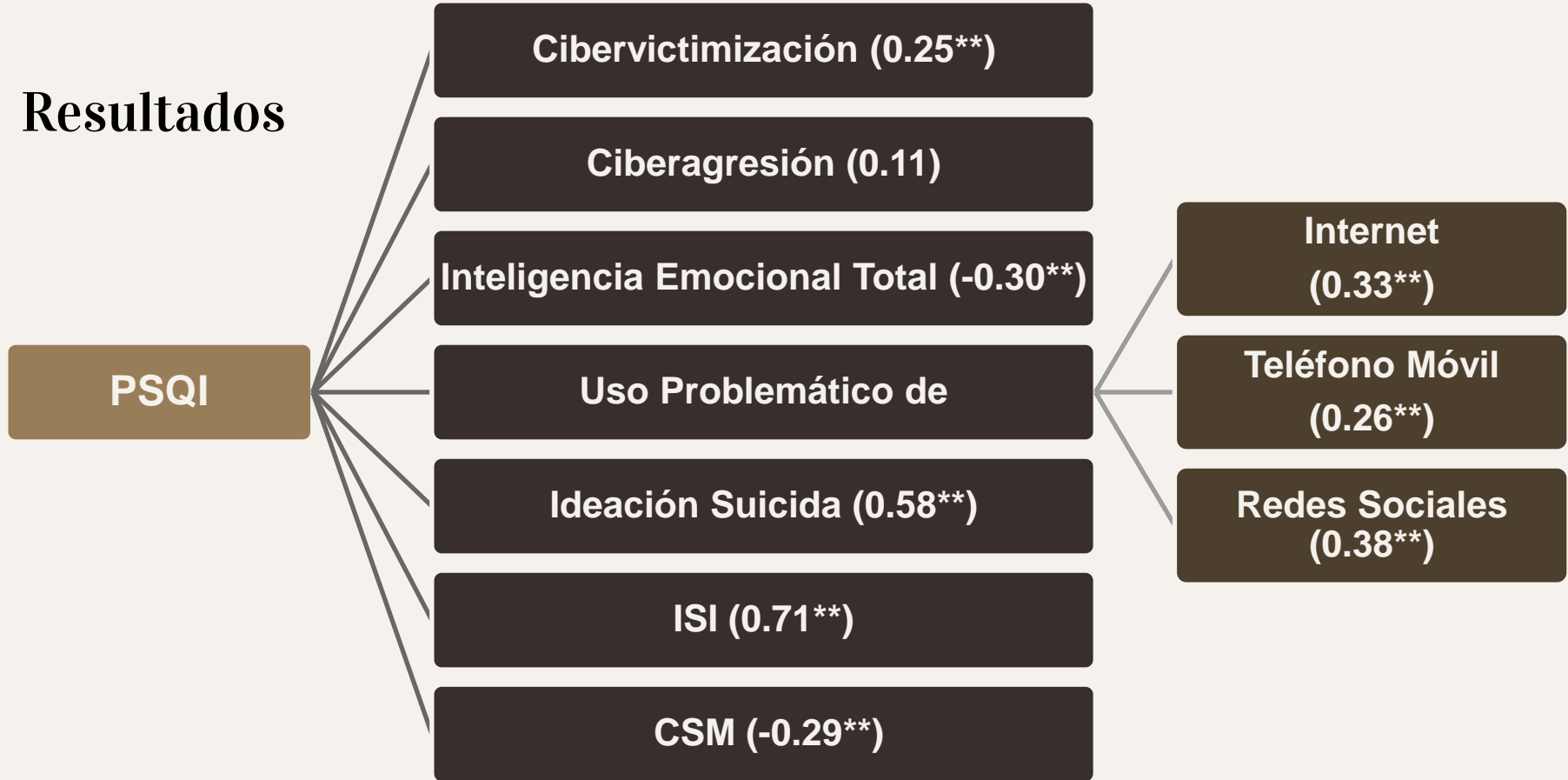
Wong and Law's Emotional Intelligence Scale (WLEIS; Wong y Law, 2002)

Composite Scale of Morningness (CSM; Smith et al., 1989)

Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI; Buysse et al., 1989)

Insomnia Severity Index (ISI; Bastien et al., 2001)

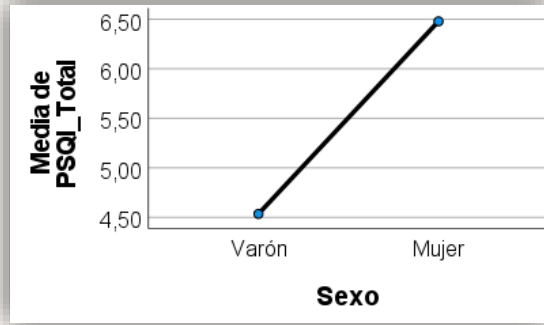
Resultados



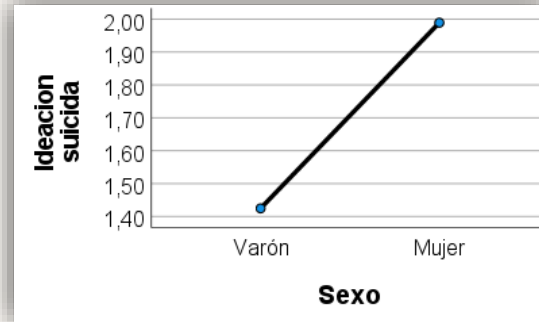
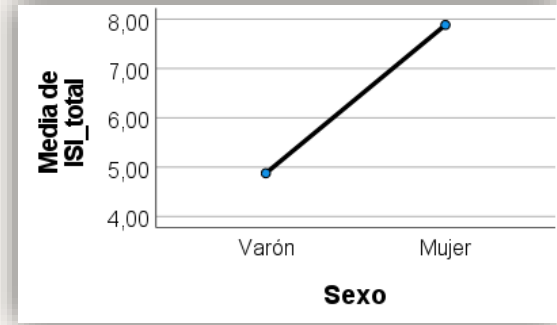
Resultados



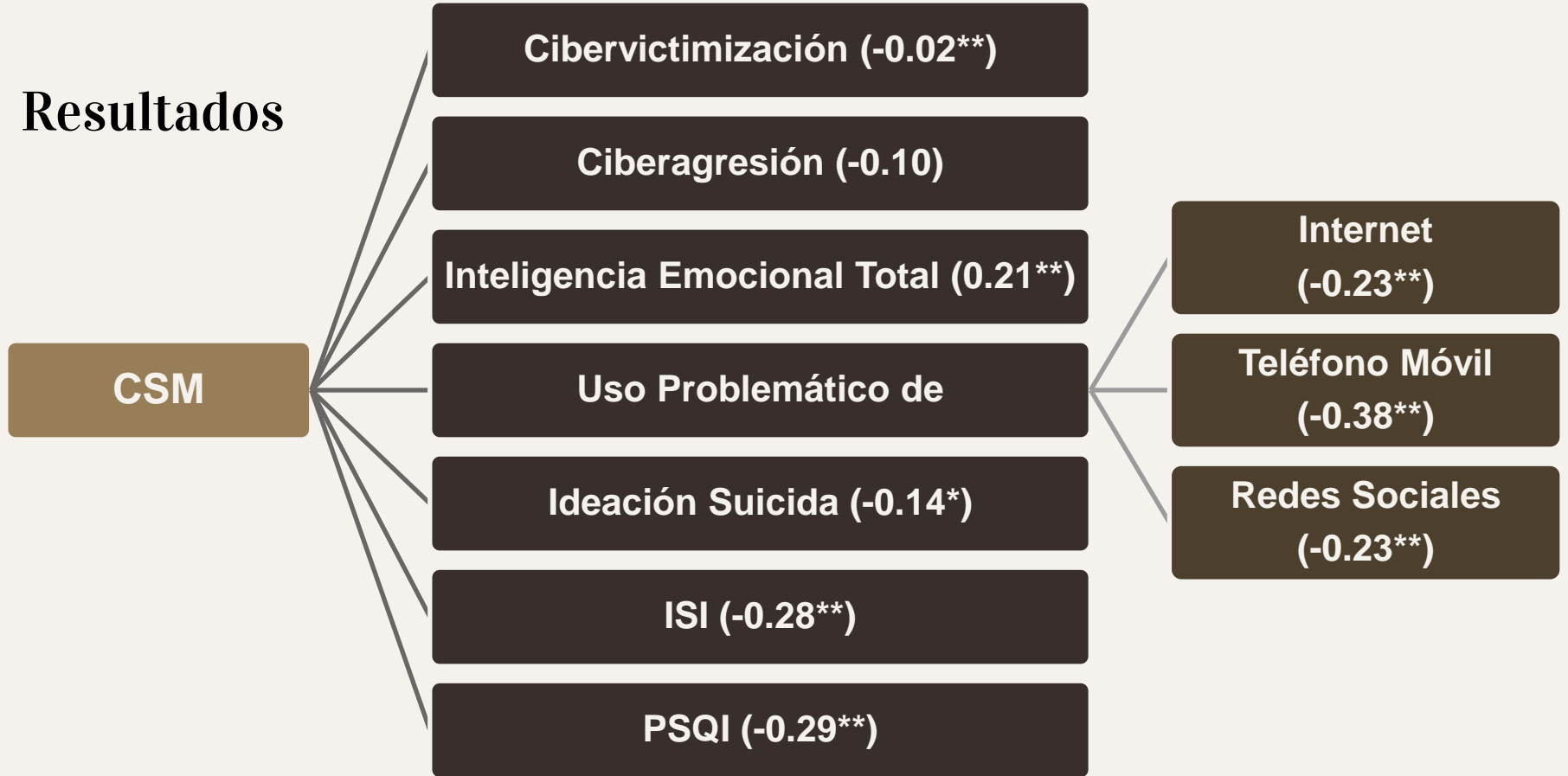
Resultados



ANOVA
 $p < .001$



Resultados



Resultados

Cronotipo vespertino

- **Cibervictimización** correlaciona con PSQI y uso problemático de Internet.
- **Ciberagresión** correlaciona con las variables de uso problemático de las TICS y PSQI.
- Asociaciones negativas entre variables IE, y el PSQI y el uso problemático de las redes sociales.

Cronotipo matutino

No hay correlaciones significativas con ninguna variable

ANOVA señala diferencias significativas entre individuos vespertinos y matutinos.

Conclusiones

- Un tercio de los participantes presentó insomnio clínico o subclínico (ISI)
- Más del 50% de la muestra presentó un sueño de baja calidad (PSQI)
- Cronotipo matutino = factor de protección
- Cronotipo vespertino entra en conflicto con las normas sociales
- Educación en hábitos de sueño saludables



CALIDAD DE SUEÑO DE LOS ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL USO PROBLEMÁTICO DE LAS TICS Y EL CYBERBULLYING

Sánchez-Moreno, Víctor; Vallejo, Andrea; Chamizo-Nieto, María Teresa;
Rey, Lourdes; Cavas, María

Estudio financiado por

Proyecto *PID2020-117006RB-I00*
financiado por



Applied Positive Lab



Junta de Andalucía

PAIDI CTS-1048



UNIVERSIDAD DE MÁLAGA