

# La hiperconexión y la resignación digital entre el estudiantado de enseñanza superior

## *Hyperconnectivity and digital resignation among higher education students*



**Belén Casas-Mas.** Doctora Europea y Máster en Comunicación Social por la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Premio Extraordinario de Doctorado en 2017. Profesora Contratada Doctora del Departamento de Sociología de la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad Complutense de Madrid, donde imparte docencia desde 2013. Directora de *Mediaciones Sociales, Revista de ciencias Sociales y de la Comunicación* desde 2018. Miembro de los grupos de investigación de la Universidad Complutense de Madrid Data Science and Soft Computing for Social Analytics and Decision Aid (DISCUSS) e Identidades Sociales y Comunicación. Revisora de diversas revistas científicas como *Labor Studies Journal, Comunicar, Revista Española de Investigaciones Sociológicas (REIS), Documentación de las Ciencias de la Información, Política y Sociedad*. Es autora de artículos publicados en revistas científicas (JCR y SCO-PUS). Sus principales líneas de investigación son Comunicación y Participación Política, Análisis de Redes Sociales, Virtualización de la Comunicación, Identidades Sociales y Conflicto Social. Actualmente investiga en el campo de la comunicación en redes sociales, especializándose en la polarización de los debates políticos y sociales y el análisis del discurso del odio.

Universidad Complutense de Madrid, España

bcasas@ucm.es

ORCID: 0000-0001-8329-0856



**Louis Pierre Philippe Homont.** Profesor ayudante en la Sección Departamental de Sociología: Metodología y Teoría en la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Es secretario de la *Mediaciones Sociales, Revista de Ciencias Sociales y de la Comunicación*, y miembro del Grupo de Investigación Universidad Complutense de Madrid (UCM) "Identidades Sociales y Comunicación". Actualmente, es doctorando en el programa de Comunicación Audiovisual, Publicidad y Relaciones Públicas de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) y desarrolla su tesis sobre comunicación del sector público y participación ciudadana digital. Sus principales líneas de investigación son la comunicación política, la comunicación del sector público, la gestión de los bienes intangibles en el sector público y la comunicación digital. Entre sus investigaciones recientes se encuentran estudios sobre el populismo y nacionalpopulismo como estrategias de comunicación política, el uso de medios digitales para implicar a los ciudadanos en la gestión de asuntos colectivos y los efectos de dichos medios entre el alumnado universitario. En la actualidad, sigue enfocándose en el populismo, en la coproducción digital de servicios públicos y en la digitalización de las relaciones sociales.

Universidad Complutense de Madrid, España

E-mail: louispho@ucm.es

ORCID: 0000-0003-1947-6407

### Cómo citar este artículo:

Casas-Mas, B. y Homont, L. P. P. (2024). La hiperconexión y la resignación digital entre el estudiantado de enseñanza superior. *Doxa Comunicación*, 38, pp. 99-118.

<https://doi.org/10.31921/doxacom.n38a2056>



Este contenido se publica bajo licencia Creative Commons Reconocimiento - Licencia no comercial. Licencia internacional CC BY-NC 4.0

**Resumen:**

Las TIC han penetrado todos los ámbitos de la sociedad desde hace décadas. Esta incursión se ha hecho aún más intensa dentro del alumnado de enseñanzas superiores. El objetivo principal de este estudio es indagar en las relaciones interpersonales del estudiantado de la Universidad Complutense de Madrid mediadas por Internet, la representación de los hábitos y usos que hacen de las TIC. La recolección de los datos se realizó mediante una encuesta online entre el estudiantado de la Universidad Complutense de Madrid (UCM), con una muestra total de 2.893 participantes de todas las disciplinas, edades y titulaciones. Se han encontrado diferencias por género y edad en cuanto a las preferencias en las relaciones mediadas digitalmente, y disfunciones derivadas de los usos digitales que les afectan según la edad. El estudiantado afirma principalmente que le gusta estar siempre conectado a Internet o que lo hace solo cuando es necesario, y son minoría quienes no disfrutaban de la conexión. Estos resultados han permitido identificar un escenario digital caracterizado por la hiperconexión y la resignación digital, siendo esta última una nueva tendencia a considerar en la cotidianidad de su vida universitaria, ya que podría estar ligada a disfunciones derivadas del uso de las TIC.

**Palabras clave:**

Estudiantado universitario; hiperconexión; resignación digital; relaciones interpersonales; disfunciones de las TIC.

**Abstract:**

*Over the past decades, ICTs have permeated every facet of society, with a particularly pronounced impact on higher education students. This study delves into the Internet-mediated interpersonal relationships of students at the University Complutense of Madrid (UCM), the representation of habits and the use of ICTs. By means of an online survey, data were collected from a total sample of 2,893 participants spanning various disciplines, ages, and academic programs. The findings reveal gender and age-based disparities in preferences for digitally mediated relationships, as well as dysfunctional patterns associated with digital usage that manifest differently across age groups. Students predominantly express a penchant for being consistently connected to the internet or doing so only, when necessary, with a minority indicating a lack of enjoyment in digital connectivity. This study has allowed the identification of a digital landscape characterized by hyperconnectivity and digital resignation, the latter emerging as a noteworthy trend in the daily lives of university students as it may be linked to dysfunctions arising from ICT use.*

**Keywords:**

*University students; hyperconnectivity; digital resignation; interpersonal relationships; ICT dysfunction.*

**1. Introducción**

A lo largo de las dos últimas décadas, la sociedad se ha hecho cada vez más dependiente de las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicación) (Aguilar y Terán, 2021), que han penetrado en todos los ámbitos de la vida social (Hepp, 2020) al proporcionar nuevas oportunidades para el ocio, la expresión y las relaciones sociales (Carrasco *et al.*, 2018), entre otros aspectos. Lo hicieron con tal rapidez que han impuesto transformaciones abruptas y disruptivas (Aragüez, 2017).

Esta penetración ha hecho emerger preocupaciones relativas al uso que se puede hacer de ellas (Díaz-Vicario *et al.*, 2019; Sánchez-Gómez *et al.*, 2020), sobre todo entre el público joven. En efecto, al haber crecido con las TIC, las y los jóvenes son sus principales consumidores (González-Cortés *et al.*, 2020). Dentro de este sector de la población, las y los estudiantes representan la principal cuota de mercado (Rodríguez-Ceberio *et al.*, 2019): son el público menos afectado por la brecha digital al tener las habilidades necesarias para el uso de TIC (Fundación Telefónica, 2022) y, consecuentemente, es el que más utiliza el *smartphone* y las redes sociales (INE, 2022).

Su alto consumo digital, aunque suponga nuevas formas de socialización y de desempeño escolar y laboral, puede afectar su salud mental (Sánchez-Gómez *et al.*, 2020). Estos efectos negativos de las TIC en la vida socioemocional han sido denominados

por Taki “tecnoestrés” (2022). Según Sánchez-Gómez *et al.* (2020), dicho fenómeno se manifestaría de dos maneras. Por un lado, mencionan la tecnoadicción, definida como la “compulsión incontrolable que incita a emplear las TIC durante largos periodos de tiempo, provocando en el sujeto una dependencia absoluta a la tecnología”. Por otro, identifican la “tecnofatiga”, reflejada en la “presencia de cansancio, fatiga mental o dolor de cabeza debido al uso prolongado de tecnología” (Sánchez-Gómez *et al.*, 2020, p. 27).

### 1.1. Tecnodicción e hiperconexión

Hasta los trabajos de Marks (1990), la adicción sólo había sido concebida como una dependencia física y psicoemocional hacia una sustancia química, sin considerar que pudiera relacionarse con una actividad. Desde entonces, el término adicción se define de manera más amplia; se comprende como “un impulso dependiente del hábito hacia cierta actividad o uso de sustancia [que] tiene efectos destructivos en la salud física, social, emocional y mental de los individuos” (Kesici y Fidan, 2018, p. 235). En el caso de las TIC, nos referimos a una adicción que se concreta en el uso abusivo de cualquier medio o plataforma digital como el *smartphone*, las redes sociales o los videojuegos (Cuquerella-Gilabert y García, 2023).

La tecnoadicción no sólo afecta al individuo, sino también a su entorno social (Carrasco *et al.*, 2018). Los medios digitales monopolizan, a veces en parte, la atención (Kesici y Fidan, 2018), pues la persona tecnoadicta no consigue frenar su impulso hacia el consumo digital (Marín *et al.*, 2020), lo cual le impide atender a otras personas o realizar otros tipos de actividades –dicha persona permanece conectada a pesar de deber realizar otras tareas. De hecho, la literatura planteó que esta adicción se vincula a un menor rendimiento escolar y laboral (Parra *et al.*, 2016), a una pérdida de horas de sueño (Díaz-Vicario *et al.*, 2019) o a emociones como la ansiedad y el agobio (Doval-Avenidaño *et al.*, 2018; Marín *et al.*, 2020).

Recientemente, el estudio de la tecnoadicción ha permitido hallar nuevos fenómenos que refuerzan la idea de que una persona tecnoadicta siente la necesidad de estar conectada a Internet de forma permanente (Carrasco *et al.*, 2018). Hablamos, entre otros términos, de la nomofobia, es decir la fobia hacia la imposibilidad de conectarse a la red, o del FoMO (*Fear of Missing Out* [Miedo a Perderse algo]). Este último, entendido como el miedo a perderse experiencias y a estar socialmente excluido (González-Cortés *et al.*, 2020), ha sido detectado sobre todo entre las y los *millennials* que, como resultado, tenderían a sentir mayor ansiedad y/o agobio hacia el uso de TIC y la gestión de sus redes sociales que otras generaciones (Grashyla y Paramita, 2021).

En casos no extremos, el abuso de medios digitales ha sido nombrado por la literatura académica “hiperconexión”, entendida como la excesiva conexión a las TIC (Taki, 2022). Como la tecnoadicción, la hiperconexión tiene consecuencias individuales y sociales (Díaz-Vicario *et al.*, 2019; Doval-Avenidaño *et al.*, 2018), como un menor desempeño académico, cansancio debido a una reducción de las horas de sueño, o dificultades para socializar. Este comportamiento, sobre todo presente entre las y los jóvenes y especialmente entre el estudiantado, se basa en el placer que siente una persona al conectarse. Cuando no consigue controlar su impulso para lograr este sentimiento de placer, es decir cuando su hiperconexión se ritualiza, se la puede considerar como tecnoadicta.

Conscientes de las disfunciones que puede suponer un alto uso de TIC, algunos usuarios han cambiado su comportamiento, el cual responde a un nuevo fenómeno: la desconexión. Definida por Woodstock (2014, p. 1983) como el uso intencional y signifi-

cativamente limitado de medios digitales, se concreta en el intento de conectarse lo menos posible (Casas-Mas *et al.*, 2023) y, por tanto, se plantea como respuesta a la hiperconexión y a la resignación digital.

## 1.2. Resignación digital como forma instrumental de adaptación a las TIC

A diferencia de los tecnoadictos o hiperconectados, otro tipo de usuarios consigue tener un uso no problemático de las TIC, recurriendo a ellas, por ejemplo, para mantener o consolidar relaciones establecidas previamente en el espacio *offline* (Villalón, 2016). Velarde y Casas-Mas (2018), en su estudio sobre medios digitales y alumnado universitario, hacen referencia a las personas que prefieren relacionarse más de manera presencial que virtual como consumidores instrumentales. Esta manera de utilizar las TIC tiene fines utilitarios, intencionales y voluntarios, lo cual se opone al uso ritual y/o adictivo de medios digitales (Doval-Avenida *et al.*, 2018). El consumo instrumental de medios digitales podría representar una respuesta del usuario a las consecuencias nefastas de la tecnoadicción e hiperconexión y, por tanto, vincularse con una mayor eficiencia académica, el deseo de mejorar sus relaciones sociales o de probar nuevas formas de ocio. Asimismo, dicho consumo se distingue de la desconexión en que el usuario instrumental se conecta con fines determinados, pero no evita recurrir a Internet. Sin embargo, una persona desconectada procura no usar nunca medios digitales.

Sin embargo, en muchas ocasiones, puede resultar complicado para el usuario sostener un consumo digital instrumental dada la cantidad de *inputs* a los que se ve sometido diariamente (p.ej., mantenimiento del correo electrónico, redes sociales, etc.) (Velarde y Casas-Mas, 2018). Asimismo, cabe mencionar la necesidad para el estudiantado de conectarse a Internet para realizar tareas universitarias, como la búsqueda de información, la realización de trabajos o su envío a profesores. Por eso, aunque prefieran el entorno presencial, los usuarios instrumentales pueden no tener otro remedio que aceptar lo digital, es decir resignarse.

El concepto de resignación ha sido contemplado bajo el término de “pasividad fatalista” por Forman (1963, p. 289) cuando observó en plena Guerra Fría que, cuando sonó una alarma por riesgo de ataque nuclear en una ciudad estadounidense, los ciudadanos no reaccionaban y seguían dedicándose a sus quehaceres. Este autor consideraba que lo hacían por inercia al no saber cómo actuar, no creer que la alarma era real o al no ver el interés de actuar. Basándose en esta observación, Draper y Turow (2019, p. 1828) entienden la resignación como “una respuesta emocional racional frente a situaciones indeseables que los individuos creen que no pueden combatir”, es decir cuando aceptan la ausencia o falta de control.

Aplicado al ámbito de las TIC, el concepto de resignación ha sido definido por los mismos autores como “la condición producida cuando la gente desea controlar la información que tienen entidades digitales sobre ellos pero que se siente incapaz de hacerlo” (Draper y Turow, 2019, p. 1824). Así, conciben la resignación digital como el sentimiento derivado de uno de los efectos del consumo de TIC, es decir, el tratamiento de los datos, pero no desde la perspectiva del uso forzado de los medios digitales. Autores como Pangrazio *et al.*, (2023) se han basado en el concepto de “resignación digital”, unido el de “realismo de vigilancia”. Con su estudio advierten de la necesidad que tienen los y las estudiantes de ser incentivados para una involucración significativa. Según sus resultados, en este proceso deben “resistir” las restricciones que genera la denominada “dataficación”.

En el presente estudio, se adopta la perspectiva de la “resignación digital”, la cual necesita más investigaciones y, por tanto, entendemos este concepto como la respuesta emocional racional de usuarios instrumentales frente a un uso forzado o no deseado de medios digitales. Concretamente, una persona digitalmente resignada procurará conectarse sólo cuando lo necesita, es decir,

cuando el contexto le obliga a hacerlo. Asimismo, partimos de la premisa de que la resignación estaría vinculada a posibles disfunciones derivadas del uso de TIC, dado que podría relacionarse con comportamientos que perjudican la salud física y emocional, así como la vida social y académica de los usuarios.

De acuerdo con la literatura académica revisada, la presente investigación se plantea como objetivo general conocer y describir la percepción que el estudiantado de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) tiene de los usos que hace de las TIC (O1). Para alcanzar este objetivo se han planteado los siguientes objetivos específicos:

- Identificar las preferencias (virtuales o presenciales) del alumnado universitario a la hora de relacionarse con sus (potenciales) parejas y grupos de pares (O1.1).
- Establecer con qué tipo de usuarios se identifican según si disfrutan o no de la conexión virtual. (O1.2).
- Determinar las disfunciones derivadas del consumo digital que tiene y que afectan a su cotidianidad (O1.3).

A raíz de estos objetivos (específicos), esta investigación se propone comprobar tres hipótesis. Considerando los hallazgos de estudios anteriores que apuntaron que, a pesar de estar muy conectados, las y los jóvenes universitarios prefieren la modalidad presencial para sus relaciones sociales (Nobles *et al.*, 2015; Ochoa y Uribe, 2015), planteamos que las y los estudiantes de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) prefieren relacionarse con sus (potenciales) parejas y grupos de pares de forma presencial (H1).

Asimismo, la literatura revisada ha demostrado que se puede establecer un vínculo entre juventud universitaria e hiperconexión (Carrasco *et al.*, 2018; Doval-Avendaño *et al.*, 2018; Marín *et al.*, 2020), pero no ha relacionado estudiantado con resignación digital –concepto nunca abordado en este contexto concreto. En este estudio, consideramos que entre el alumnado universitario podría haber sujetos que se incluyan en la categoría de usuarios resignados como forma adaptativa al entorno digital que exige un alto nivel de dedicación. Por ello proponemos corroborar si la resignación digital, entendida como la respuesta emocional racional de usuarios instrumentales frente a un uso forzado o no deseado de TIC, puede ser considerada como una categoría para clasificar al estudiantado según el uso que hace de las TIC (H2).

Finalmente, basándonos en los resultados empíricos que han demostrado que el uso ritualizado de TIC se vincula con la sustitución de otros tipos de actividades presenciales (Sánchez-Gómez *et al.*, 2020), una pérdida de horas de sueño, un bajo rendimiento escolar (Díaz-Vicario *et al.*, 2019; Parra *et al.*, 2016), o el agobio por la gestión de redes sociales (Doval-Avendaño *et al.*, 2018), se puede anticipar que el estudiantado hiperconectado y digitalmente resignado presenta disfunciones derivadas del uso que hace de las TIC (H3).

## 2. Metodología

La investigación se basa en la aplicación de una encuesta *online* enviada por correo electrónico a la totalidad del alumnado de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) entre el 1 y el 22 de febrero del 2022. La aplicación, seguimiento y recepción de los cuestionarios contestados a través de la plataforma Google Forms estuvo a cargo del Observatorio del Estudiante de la Universidad Complutense de Madrid (UCM).

## 2.1. Universo y muestra

En el curso 2022, el universo de estudiantes matriculados en los estudios oficiales de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) era de 71.702. A partir de ese censo, la muestra final analizada se compone de 2.893 estudiantes, con un error muestral de  $\pm 1,83\%$  (nivel de confianza del 95%) y de  $\pm 2,41\%$  (nivel de confianza del 99%). Ambos niveles se calcularon según la opción más desfavorable de  $p = q = 50\%$ . Los resultados por género, edad, rama de estudios y tipo de titulación han sido ponderados para asegurar que sea representativa respecto al total del estudiantado Universidad Complutense de Madrid (UCM).

## 2.2. Instrumento

El cuestionario base de la encuesta se estructuró en cinco bloques de preguntas sobre el consumo digital del estudiantado. En este artículo, se abordan los resultados obtenidos en tres de esos bloques, a saber: relaciones interpersonales; hábitos y usos de las TIC y tipo de usuario. De acuerdo con la literatura especializada en los usos problemáticos de medios digitales, entendemos por este término cualquier comportamiento que se vincula con la dejadez de tareas, la reducción de horas de sueño y la inatención en clase para permanecer conectado, así como con un sentimiento de agobio relacionado con dicha conexión (Carrasco *et al.*, 2018; Díaz-Vicario *et al.*, 2019; Doval-Avenidaño *et al.*, 2018; Kesici y Fidan, 2018; Parra *et al.*, 2016; Sánchez-Gómez *et al.*, 2020). A raíz de estas aportaciones, se elaboraron las siguientes preguntas:

1. Relaciones interpersonales. “Indica tus preferencias en cuanto a las relaciones personales, marcando la forma en que prefieres llevar a cabo cada actividad. Para cada actividad, elige entre: a) Prefiero hacerlo presencialmente; b) Prefiero hacerlo por medios virtuales; c) De ambas formas/no tengo preferencia; y d) Ns/Nc”.
  - a) “Encontrar un ligue o pareja”.
  - b) “Romper, acabar con una relación de pareja”.
  - c) “Conocer a un buen amigo/amiga”.
  - d) “Integrarme en un nuevo grupo de amigos o compañeros”.
2. Hábitos y usos de las TIC. “A continuación, leerás una serie de situaciones relacionadas con los usos de Internet. Indica en cada caso si a ti te sucede o lo experimentas”.
  - a) “Me pongo a navegar por Internet, aunque tenga más cosas que hacer”.
  - b) “Duermo menos y estoy más cansado/a por estar más tiempo en Internet”.
  - c) “Suelo conectarme a Internet durante mis clases para actividades ajenas a la explicación del profesor”.
  - d) “Me siento agobiado/a por la gestión y mantenimiento diario de mis redes sociales a través de Internet”.
3. Tipo de usuario. “¿Cómo te describirías como usuario tecnológico? Elige una sola respuesta”.
  - a) Para las personas hiperconectadas que sienten placer al conectarse a Internet: “Me gusta estar siempre conectado”.
  - b) Para las personas desconectadas, que limitan intencional y significativamente su consumo digital: “Procuro conectarme lo menos posible”.

c) Para las personas digitalmente resignadas que emplearán TIC a su pesar sólo cuando el contexto les obliga: “Me conecto cuando lo necesito”.

### 2.3. Análisis de los datos

El análisis estadístico fue realizado por la empresa de gestión integral de datos ODEC, utilizando el programa informático SPSS 22.0. Las diferencias estadísticamente significativas se comprobaron mediante las pruebas del Chi. (con un nivel de confianza del 95 %), para un universo N = 2.893.

## 3. Resultados

Los resultados obtenidos se organizan en torno a los tres bloques ya presentados –las relaciones interpersonales, los hábitos y usos que hace el alumnado universitario de las TIC y el tipo de usuario– y se examinan según las diferencias relativas al género y a la edad de las y los participantes del estudio.

### 3.1. En las relaciones interpersonales, ¿virtualidad o presencialidad?

Como se puede observar en la Tabla 1, para encontrar un ligue o pareja, el 80% de las mujeres prefiere hacerlo presencialmente, mientras que tres de cada diez varones afirman que les es indiferente *on u offline*, y aumenta a cuatro de cada diez entre personas no binarias.

**Tabla 1. Preferencias en cuanto a las relaciones personales**

Preferencias a la hora de relacionarse		Total (%)	Género				Edad (años)			
			Mujer	Hombre	No binario / Otras opciones	Nc	18-19	20-21	22-25	Más de 25
		100	70,1	26,9	1,8	1,2	16,0	23,1	21,9	29,8
Encontrar un ligue o pareja	Prefiero hacerlo presencialmente	76,0	79,2+	69,6-	53,8-	66,7	79,4+	76,9	74,6	72,7-
	Prefiero hacerlo por medios virtuales	2,7	2,3-	3,7+	5,8	-	1,7-	3,6	3,0	2,9
	De ambas formas / no tengo preferencia	21,2	18,4-	26,6+	40,4+	33,3	19,0	19,5	22,4	24,3+
	Ns / Nc	-	-	-	-	-	-	-	-	-

<b>Romper con una pareja</b>	Prefiero hacerlo presencialmente	90,5	91,7+	87,8-	84,6	91,7	91,3	91,6	90,9	88,3-
	Prefiero hacerlo por medios virtuales	2,0	1,7	3,0+	-	-	1,8	1,2	3,0+	2,1
	De ambas formas / no tengo preferencia	7,5	6,6-	9,3+	15,4	8,3	6,9	7,2	6,2	9,6+
	Ns / Nc	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Conocer a un/a buen/a amigo/a</b>	Prefiero hacerlo presencialmente	83,7	84,8+	82,5	65,4-	72,2	83,3	83,7	85,3	82,6
	Prefiero hacerlo por medios virtuales	1,1	0,9	1,2	5,8	-	1,2	1,0	0,8	1,2
	De ambas formas / no tengo preferencia	15,3	14,3-	16,3	28,8+	27,8+	15,5	15,3	13,9	16,2
	Ns / Nc	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Integrarme en un nuevo grupo de amigos/as o compañeros/as</b>	Prefiero hacerlo presencialmente	82,4	83,4+	81,2	67,3-	69,4	82,7	83,1	84,7	79,4-
	Prefiero hacerlo por medios virtuales	2,9	3,1	2,1	7,7	5,6	2,7	3,9	2,4	2,8
	De ambas formas / no tengo preferencia	14,7	13,5-	16,7	25,0+	25,0	14,5	13,0	12,9	17,8+
	Ns / Nc	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Base</b>	2.893	2.028	777	52	36	839	668	634	752	
<b>Media</b>	25,21	24,14	28,29	22,94	22,53	18,44	20,49	23,06	38,78	
<b>Desviación</b>	10,54	9,25	13,10	7,92	5,97	0,50	0,50	1,04	12,91	

Fuente: elaboración propia

El estudiantado de 18 a 19 años es el que más prefiere hacerlo presencialmente (79,4%), cuando el de más de 25 años se encuentra por debajo de la media en la preferencia presencial, y por encima al tratarse de ambas formas.



Para terminar sus relaciones de pareja, parece contundente que las mujeres prefieren hacerlo presencialmente (más del 90%), frente a los hombres (87,8%) en la preferencia presencial, e inferior a la media cuando afirman que prefieren hacerlo de las dos formas (casi uno de cada cinco). El alumnado universitario de 22 a 25 años tiende también hacia lo virtual para romper con su pareja, mientras que el mayor de 25 años prefiere hacerlo de ambas formas.

Para conocer buenas amistades, el 85% de las mujeres antepone la presencialidad, oponiéndose a las personas no binarias o que no declaran su género (más del 25%). En este ítem, no hay diferencias significativas con los hombres ni entre grupos etarios.

Finalmente, mujeres y hombres responden prácticamente igual en la preferencia de integrarse con amigos, amigas o personas afines, pero la cuarta parte del estudiantado no binario destaca porque ve indiferente hacerlo de ambas formas, y está por debajo de la media en cuanto a la preferencia presencial (67,3%). En cuanto a la edad, ser mayor de 25 años importa en la integración social: casi uno de cada cinco lo haría *on* y *offline*; y este grupo etario se sitúa por debajo de la media a la hora de querer incorporarse presencialmente en nuevos grupos.

### 3.2. Estados disfuncionales del estudiantado derivados del uso de TIC

Como se recoge en la Tabla 2, cerca de la mitad de las estudiantes afirma navegar por Internet, aunque tenga otras cosas que hacer, frente a uno de cada diez hombres que lo niega. La edad es determinante para tres de los grupos de edad, siendo el de 20 a 21 años al que más le ocurre (la mitad), seguido del de 18 a 19 años (47,1%) y del de 22 a 25 años (46,5%). Según avanzan en edad (mayores de 25 años), esta situación sucede sólo a veces a algo más de la mitad (51,9%) y dos de cada diez responden que no dejan otras actividades por hacer uso de Internet.

**Tabla 2. Hábitos y usos de las TIC según las variables género y edad**

Hábitos y usos de las TIC		Total (%)	Género				Edad			
			Mujer	Hombre	No binario / otras opciones	Nc	18-19	20-21	22-25	Más de 25
		100	70,1	26,9	1,8	1,2	16,0	23,1	21,9	29,8
Me pongo a navegar por Internet, aunque tenga más cosas que hacer	Sí	42,7	44,3+	38,0-	50,0	41,7	47,1+	49,4+	46,5+	28,6-
	A veces	47,2	46,7	48,8	40,4	50,0	46,1	45,4	45,1	51,9+
	No	9,7	8,6-	13,1+	9,6	2,8	6,4-	5,1-	8,0	19,0+
	Ns / Nc	0,3	0,3	0,1	-	5,6	0,4	0,1	0,3	0,5

<b>Duermo menos y estoy más cansado/a por estar más tiempo en internet</b>	Sí	22,1	22,8	20,2	28,8	13,9	26,0+	25,0+	23,7	14,0-
	A veces	35,5	36,0	34,5	38,5	25,0	39,3+	36,1	36,0	30,3-
	No	40,9	39,7	43,6	32,7	55,6	33,3-	37,0-	39,0	54,4+
	Ns / Nc	1,5	1,4	1,7	-	5,6	1,4	1,9	1,4	1,3
<b>Suelo conectarme a internet durante mis clases para actividades ajenas a la explicación del profesor</b>	Sí	17,1	17,4	16,5	13,5	16,7	19,3+	22,2+	21,5+	6,4-
	A veces	37,1	39,6+	31,1-	36,5	25,0	43,4+	41,8+	40,5+	23,0-
	No	43,9	41,3-	49,9+	46,2	55,6	34,8-	35,0-	37,4-	67,3+
	Ns / Nc	2,0	1,7	2,4	3,8	2,8	2,5	1,0	0,6-	3,3+
<b>Me siento agobiado por la gestión y mantenimiento diario de mis redes sociales a través de internet</b>	Sí	9,6	10,5+	7,5-	15,4	2,8	11,9+	10,3	9,8	6,4-
	A veces	15,2	15,4	13,9	17,3	25,0	15,4	15,9	16,9	12,9-
	No	72,9	71,8-	76,8+	65,4	63,9	70,8	71,3	71,6	77,9+
	Ns / Nc	2,2	2,3	1,8	1,9	8,3	1,9	2,5	1,7	2,8
<b>Base</b>		2.893	2.028	777	52	36	839	668	634	752
<b>Media</b>		25,21	24,14	28,29	22,94	22,53	18,44	20,49	23,06	38,78
<b>Desviación</b>		10,54	9,25	13,10	7,92	5,97	0,50	0,50	1,04	12,91

Fuente: elaboración propia

Respecto a la pérdida de horas de sueño en favor de la conexión, no se han encontrado diferencias significativas según el género, pero sí por grupos etarios. De nuevo, el colectivo más joven afirma que le ocurre (el 40 % de 18 a 19 años). Por el contrario, más de la mitad de las y los mayores de 25 años niegan dormir menos por estar más tiempo conectados.

Cuando están en clase, el 40% de las universitarias afirma que “a veces” deja de atender a las explicaciones del profesorado para navegar, mientras que la mitad de los estudiantes lo niegan. Aparece que el género no determina esta actividad, contrariamente al factor etario: el alumnado de 17 a 25 años y, sobre todo, el menor de 19 años representa el valor más alto. Tal y como sucede en los anteriores estados disfuncionales, las tres cuartas partes de las personas mayores de 25 años niegan desatender por conectarse a Internet.

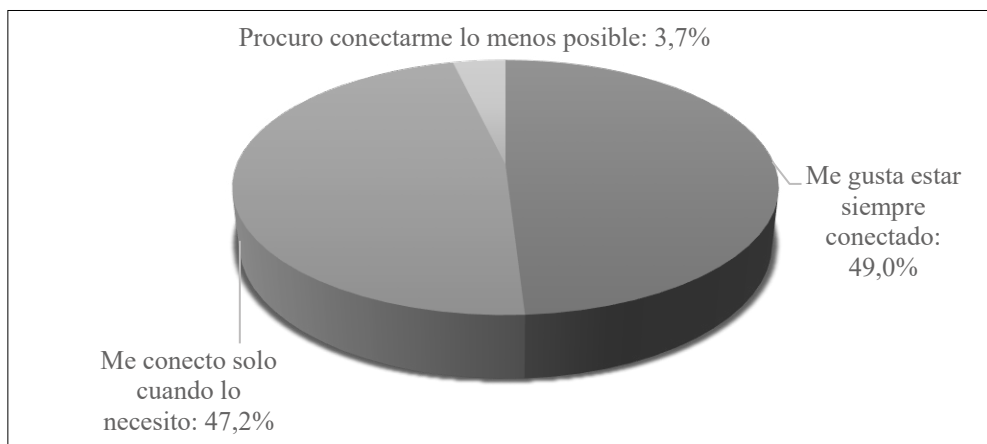
Por último, los hallazgos son contundentes al cruzar el agobio por gestionar y mantener a diario las redes sociales con el género: las mujeres sienten mayor agobio que los hombres. Una de cada cinco declara que sí, cuando cuatro de cada cinco de ellos afirman que no. Asimismo, la edad vuelve a tener influencia. Dentro del alumnado universitario de 18 a 19 años, uno de cada 10 experimenta dicho sentimiento y el 78% del mayor de 25 años no siente ninguna angustia. Cabe resaltar que esta disfunción vinculada a la “tecnofatiga” se produce “a veces” entre este colectivo (uno de cada cinco, aproximadamente), tal y como sucede con la disfunción de dejar de hacer actividades para estar conectado.

### 3.3. Representación en relación con el uso de internet

Los datos obtenidos sobre la representación que el estudiantado tiene de su relación con las TIC son los siguientes: casi la mitad (49%) admite disfrutar de la conexión digital de forma continua, frente al 47,2% que afirma conectarse sólo cuando lo necesita (ver Figura 1). En adelante, nos referiremos a las y los estudiantes que se engloban en estos dos grupos como estudiantado “hiperconectado” y “resignado” respectivamente. En el presente estudio, las categorías “hiperconectado” y “resignado” no son antagónicas, sino una graduación que recoge la autopercepción del alumnado universitario al que le gusta más utilizar las TIC y el que lo hace sólo de forma instrumental. Entendemos que la tendencia de la percepción generalizada de la juventud vinculada a la conexión permanente (Reig y Vilchez, 2015) ha evolucionado en la última década, y actualmente no implica que le guste estar siempre conectada.

Como aparece en la Figura 1, un pequeño porcentaje de las y los encuestados procura conectarse lo menos posible (3,7%). Dado que este porcentaje de “desconectados” es tan bajo en comparación con los otros tipos de usuarios, en este artículo no se aborda su descripción.

**Figura 1. Distribución porcentual de los tipos de usuarios tecnológicos según su autopercepción**



Fuente: elaboración propia

Como se puede ver en la Tabla 3, dentro del colectivo al que le gusta estar siempre conectado, no se han hallado diferencias significativas según el género, aunque las mujeres presenten valores superiores a los hombres. Sorprende que el alumnado de 18 a 19 años no muestre tanto placer con la conexión (14,3%) en contraposición con las y los mayores de 25 años (34,2%) que declara gustarle estar continuamente conectado.

Entre el alumnado universitario que se conecta sólo cuando lo necesita (resignado), tampoco hay diferencias de género, pero sí en cuanto a la edad. La cuarta parte de ellas y ellos tiene entre 20 y 21 años y la quinta parte entre 18 y 19 años. De nuevo, el estudiantado más joven parece resignarse y realizar un uso instrumental de las TIC, frente al de mayores de 25 años, que se encuentra por debajo de la media esperada.

**Tabla 3. Tipo de usuarios/as tecnológicos/as, preferencias y usos disfuncionales**

	<b>Totales</b>	<b>Me gusta siempre</b>	<b>Cuando lo necesito</b>	<b>Lo menos posible</b>
<b>TOTAL (N)</b>	<b>2.893</b>	<b>1.416</b>	<b>1.363</b>	<b>108</b>
Totales (%)	100	48,95	47,11	3,73
<b>Género</b>				
Mujer	70,1	69,3	71,0	66,7
Hombre	26,9	28,0	25,6	30,6
No binario / otras opciones	1,8	1,7	1,9	1,9
Nc	1,2	1,0	1,6	0,9
<b>Edad (años)</b>				
18-19	16,0	14,3-	17,7+	19,4
20-21	23,1	21,8	24,8+	18,5
22-25	21,9	21,6	21,9	26,9
Más de 25	29,8	34,2+	25,8-	22,2
<b>Encontrar un ligue o pareja</b>				
Prefiero hacerlo presencialmente	76,0	79,7+	71,4-	88,0+
Prefiero hacerlo por medios virtuales	2,7	2,3	3,2	1,9

De ambas formas / no tengo preferencia	21,2	18,0-	25,5+	10,2-
Ns / Nc	-	-	-	-
<b>Romper, acabar con una relación de pareja</b>				
Prefiero hacerlo presencialmente	90,5	92,1+	88,4-	95,4
Prefiero hacerlo por medios virtuales	2,0	1,7	2,2	3,7
De ambas formas / no tengo preferencia	7,5	6,2-	9,4+	0,9-
Ns / Nc	-	-	-	-
<b>Conocer a un buen amigo/amiga</b>				
Prefiero hacerlo presencialmente	83,7	87,1+	79,5-	90,7+
Prefiero hacerlo por medios virtuales	1,1	0,4-	1,8+	0,9
De ambas formas / no tengo preferencia	15,3	12,5-	18,8+	8,3-
Ns / Nc	-	-	-	-
<b>Integrarme en un nuevo grupo de amigos o compañeros</b>				
Prefiero hacerlo presencialmente	82,4	85,6+	78,6-	89,8+
Prefiero hacerlo por medios virtuales	2,9	3,0	3,0	0,9
De ambas formas / no tengo preferencia	14,7	11,4-	18,4+	9,3
Ns / Nc	-	-	-	-
<b>Me pongo a navegar por Internet, aunque tenga más cosas que hacer</b>				
Sí	42,7	33,5-	53,0+	30,6-
A veces	47,2	52,5+	41,9-	46,3
No	9,7	13,4+	5,0-	22,2+
Ns / Nc	0,3	0,6	0,1	0,9

<b>Duermo menos y estoy más cansado/a por estar más tiempo en Internet</b>				
Sí	22,1	17,5-	26,8+	22,2
A veces	35,5	34,5	37,5+	23,1-
No	40,9	46,6+	34,2-	50,9+
Ns / Nc	1,5	1,3	1,5	3,7
<b>Suelo conectarme a Internet durante mis clases para actividades ajenas a la explicación del profesor</b>				
Sí	17,1	12,0-	23,0+	8,3-
A veces	37,1	35,7	39,0+	31,5
No	43,9	50,2+	36,0-	59,3+
Ns / Nc	2,0	2,1	1,9	0,9
<b>Me siento agobiado por la gestión y mantenimiento diario de mis redes sociales a través de Internet</b>				
Sí	9,6	8,8	9,9	16,7+
A veces	15,2	14,1	16,5	13,0
No	72,9	75,1+	71,2-	68,5
Ns / Nc	2,2	2,1	2,4	1,9
<b>Base</b>	2.893	1.416	1.363	108
<b>Media</b>	25,21	26,13	24,40	23,43
<b>Desviación</b>	10,54	11,56	9,45	8,01

Fuente: elaboración propia

En cuanto a las preferencias en las relaciones interpersonales y la virtualización, el colectivo hiperconectado muestra una alta tendencia hacia la presencialidad para encontrar un ligue o pareja (79,7%) o terminar con una relación (92,1%). Además, también prefieren esta modalidad para encontrar buenas amistades (87,1%) o integrarse en nuevos grupos (85,6%). Por el contrario, entre el estudiantado resignado, todos los valores son significativamente menores a la hora afirmar que prefieren estas relaciones de forma presencial (ver Tabla 3). Este hallazgo resulta interesante porque pone de relieve la necesidad de las y los hiperconectados de interactuar con sus pares en espacios físicos, mientras que los resignados no ansían tanto la presencialidad.

En el ámbito de los hábitos y usos de las TIC, la mitad del grupo de estudiantes resignados afirma que navega a veces en la red, aunque tenga otros menesteres, mientras que a la mitad del estudiantado hiperconectado solo le ocurre a veces. En línea con estos hallazgos, seis de cada diez del colectivo resignado afirman que duermen menos y están más cansados por pasar más tiempo conectados a Internet (sí, 28,8 % y a veces, 37,5 %), frente a casi la mitad del hiperconectado (46,6 %) que lo niega. Y también se produce más la disfunción de conectarse a Internet durante las clases para actividades ajenas a la explicación del profesorado entre seis de cada diez del estudiantado resignado (sí, 23 % y a veces, 39 %), en tanto que a la mitad del hiperconectado no le sucede. Por último, los datos varían algo cuando responden si sienten agobio por gestionar y mantener a diario sus redes sociales digitales, ya que el resultado del grupo resignado es inferior a la media (siete de cada diez) y el del estudiantado hiperconectado está por encima de la media (las tres cuartas partes).

#### 4. Discusión

Este estudio tenía como objetivo principal conocer y describir la percepción que el estudiantado de la Universidad Complutense de Madrid tiene de los usos que hace de las TIC, lo cual ha sido vinculado a sus relaciones interpersonales, estados de ánimo así como al posible disfrute que siente al estar conectado.

Gracias a los resultados obtenidos, se puede afirmar que el alumnado de la UCM prefiere, en términos generales, relacionarse con sus pares de forma presencial (O1.1), lo cual corrobora nuestra primera hipótesis (H1) que apostaba por esta preferencia por el espacio *offline*. De manera más detallada, apuntan hacia un escenario digital en el que el género y la edad parecen influir los hábitos y las preferencias que las y los estudiantes complutenses tienen sobre sus relaciones interpersonales. Las mujeres y las y los más jóvenes prefieren mantener sus vínculos personales de forma presencial y, a medida que la edad aumenta, empiezan a contemplar la opción virtual para momentos clave de sus relaciones de pareja y amistad. Dichos hallazgos están en línea con los obtenidos por Gómez-Navarro y Martínez-Domínguez (2022) sobre un consumo digital mayor en hombres que en mujeres universitarias.

Asimismo, pudimos establecer dos grandes tipos de usuarios según el disfrute o no que las y los usuarios sienten al conectarse (O1.2). En efecto, a excepción del mínimo porcentaje de estudiantes desconectados y desconectadas (3,7%), siendo aquellos que reducen al máximo su consumo digital, existirían dos principales tipos de usuarios entre el estudiantado. Primero, las y los hiperconectados –el colectivo al que le gusta estar siempre conectado– no presentan diferencias de género. Sorprendentemente, las personas más jóvenes (de 18 a 19 años) son las que menos disfrutan con la conexión. Este colectivo se puede considerar como “enganchado” porque afirma que le gusta la hiperconexión, pero, para establecer vínculos sociales, prefiere lo presencial. Además, no admite ni reconoce su adicción como les suele suceder a las personas adictas (Marín *et al.*, 2020). Una posible interpretación del vínculo entre edad y disfrute hacia la conexión permanentes podría ser la siguiente: las y los estudiantes más mayores se encuentran en la fase de la adicción porque se han incorporado más tarde en relación con su desarrollo vital, mientras que las y los más jóvenes llevan conectados desde que nacieron, y muestran claras visiones de hartazgo.

Segundo, se pudo comprobar que el estudiantado que afirma conectarse sólo cuando lo necesita representa una parte significativa de las y los encuestados, lo cual ha permitido corroborar que el concepto de resignación digital es válido para describir a una parte del estudiantado de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) (H2). A pesar de carecer de literatura al respecto,

y con base en la escasa investigación que existe sobre la resignación en general, los resultados obtenidos nos llevan a entender y definir la resignación digital como el fenómeno racional que ocurre cuando las personas que aspiran a reducir su consumo digital se enfrentan a un uso forzado o no deseado de medios digitales. Entre este colectivo resignado tampoco se han encontrado diferencias de género, pero sí de edad, ya que un 42,5 % de los que se incluyen en esta categoría son las y los más jóvenes (hasta 21 años). La explicación a esta concentración de estudiantado resignado entre el de menor edad también podría apuntar a que han socializado desde edades muy tempranas con las TIC y a su pronta incorporación a las redes sociales digitales. En principio, este colectivo no debería presentar un uso digital problemático (Villalón, 2016) e incluso podría disfrutar de lo cotidiano sin necesidad de estar conectado (Chan *et al.*, 2022). Sin embargo, a la hora de relacionarse, prefieren hacerlo más de forma presencial que el estudiantado hiperconectado, y además confirman que el uso de las TIC les deriva en disfunciones que afectarían a su cotidianidad en lo académico y en lo personal.

En tercer lugar, los hallazgos obtenidos han permitido determinar las posibles disfunciones derivadas del uso que el alumnado Universidad Complutense de Madrid (UCM) hace de las TIC, las cuales pueden afectar su cotidianidad (O1.3). En base a investigaciones anteriores, identificamos una serie de ítems que reflejarían consecuencias disfuncionales de las TIC, a saber: ponerse a navegar en Internet a pesar de tener otros quehaceres; dormir menos y estar cansado por estar más tiempo en Internet; conectarse durante sus clases para actividades ajenas a la explicación de la o del profesor; y sentir agobio por la gestión y mantenimiento diario de redes sociales.

Varios estudios habían demostrado ya que se puede establecer un vínculo entre juventud universitaria e hiperconexión (Carrasco *et al.*, 2018; Marín *et al.*, 2020), así como entre hiperconexión y disfunciones (Parra *et al.*, 2016). No obstante, eso no se había corroborado esta relación con la resignación digital. Nuestros resultados confirman dicha relación entre hiperconexión y disfunciones, y también establecen una entre resignación digital y disfunciones. Así, tanto el estudiantado hiperconectado como el resignado presentan usos disfuncionales vinculados a la conexión a Internet (H3). Así, aparece que el tipo de usuario no es determinante en la existencia o ausencia de disfunciones digitales.

No obstante, el género parece tener cierta influencia en ello. Por ejemplo, en este estudio, las mujeres se ven más afectadas que los hombres en todos los rangos etarios, incluso a partir de los 25 años: “a veces” navegan por Internet aunque tengan otras actividades que hacer. Las consecuencias se agravan cuando sustituyen atender a las explicaciones del profesorado por conectarse a Internet. De nuevo, esta situación afecta más a las mujeres que a los hombres y, sobre todo a las mujeres más jóvenes. Estos datos se corresponden con los de González-Cortés *et al.* (2020) que demuestran que el estudiantado de hasta 24 años tiene más horas para otros menesteres.

Las disfunciones tienen un fuerte impacto en el estado psicológico del estudiantado cuando dice sentir agobio por el manejo de sus redes, algo que vuelve a ser recurrente en las mujeres y en el alumnado universitario más joven, pero no en el colectivo mayor de 25 años. En cuanto a las necesidades vitales como el sueño, parece vincularse en mayor medida con la edad que con el género. Si bien afecta más a los hombres que a las mujeres, repercute sobre todo en los más jóvenes.

Estos hallazgos son muestra de estados que corresponden con adicciones, es decir hacer algo aunque sea perjudicial. Los resultados obtenidos por Marín *et al.* (2020) indican que las y los universitarios más jóvenes son tecnoadictos. No obstante, contrariamente a los nuestros, señalan que los estudiantes presentan mayor tecnoadicción que sus compañeras. Una posible explicación



podría ser que las mujeres de nuestro estudio prescinden más de lo digital en sus relaciones interpersonales, pero les hace sentir más culpables conectarse que a ellos.

Ante los fenómenos de la hiperconexión, tecnoadicción y resignación digital y sus efectos en la vida personal y académica del alumnado, aparece relevante para las universidades adaptar el método docente otorgando menos espacio a los medios digitales o mínimamente reconceptualizando el rol que las TIC juegan en la enseñanza universitaria. Asimismo, aparece necesario revalorizar el seguimiento del colectivo digitalmente resignado que, como dinámica emergente, no ha estado contemplado hasta ahora para poder adaptar dicho método docente a este grupo.

## 5. Conclusiones

La presente investigación ha permitido conocer la relación que las y los estudiantes de la Universidad Complutense de Madrid tienen con las TIC y cómo la perciben. Asimismo, ha capturado el fenómeno emergente de la resignación digital gracias al estudio del grado de disfrute del estudiantado con la conexión a Internet. Los hallazgos posibilitan afirmar que representa una categoría válida para describir a las y los jóvenes universitarios y reflejan una tendencia hacia la equiparación entre el colectivo que está permanentemente conectado (Reig y Vílchez, 2013) y el que evita la conexión en lo posible (Casas-Mas *et al.*, 2023).

Además de las edades, las diferencias entre el estudiantado “hiperconectado” y el “resignado digital” estriban en que el primero idealiza el vínculo presencial y no reconoce disfunciones como la tecnofatiga, el agobio o cualquier impacto negativo en su rendimiento académico; y el segundo se muestra indiferente en la modalidad del vínculo, pero sí admite experimentar ciertos aspectos negativos de la conexión. Por ello, entendemos que, en relación con la virtualización de la cotidianidad, la resignación digital implica cierto hartazgo a la conexión y un esfuerzo de adaptación al entorno para evitar la exclusión social.

Si bien esta investigación y sus resultados dan cuenta del fenómeno emergente de la resignación digital, presenta una principal limitación. Al ser un estudio enfocado solo en el estudiantado Universidad Complutense de Madrid (UCM), no permitió obtener hallazgos representativos del conjunto de las y los jóvenes universitarios españoles. Por lo tanto, no pueden ser trasladados al resto del alumnado universitario.

Futuras investigaciones sobre juventud universitaria y TIC deberían emplear métodos cualitativos con alumnos y alumnas de otras universidades para profundizar en las preferencias del alumnado universitario para sus relaciones interpersonales, su estado disfuncional. Asimismo, a la luz de los resultados obtenidos, se recomienda investigar en el conocimiento de la resignación digital como nuevo fenómeno social en respuesta a la tecnoadicción e hiperconexión.

## 6. Agradecimientos

Este artículo ha sido traducido al inglés por Beneharo Álvarez Pérez a quien agradecemos su trabajo.

El presente texto surge de la investigación: “Virtualización y participación universitaria”, financiada por la Universidad Complutense de Madrid. Vicerrectorado de Investigación y Transferencia. Programa de Financiación de Grupos de Investigación Validados. UCM 2021. Aplicación presupuestaria G/6400100/3000.

## 7. Contribuciones específicas de cada autor/a

	Nombre y apellidos
Concepción y diseño del trabajo	Belén Casas-Mas y Louis Pierre Philippe Homont
Metodología	Belén Casas-Mas y Louis Pierre Philippe Homont, a partir del diseño metodológico del Grupo de Investigación UCM 940324 “Identidades Sociales y Comunicación”
Recogida y análisis de datos	Belén Casas-Mas y Louis Pierre Philippe Homont, a partir del análisis realizado por la empresa ODEC gracias al programa informático SPSS
Discusión y conclusiones	Belén Casas-Mas y Louis Pierre Philippe Homont
Redacción, formato, revisión y aprobación de versiones	Belén Casas-Mas y Louis Pierre Philippe Homont

## 8. Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

## 9. Referencias bibliográficas

- Aguilar, J. L. y Terán, O. R. (2021). COVID-19 y sus implicaciones sociales: una mirada desde las ciencias computacionales. *Educere*, 25(80), 147-164. Recuperado de <http://bit.ly/3YOnRoF>
- Aragüez, L. (2017). El impacto de las tecnologías de la información y de la comunicación en la salud de los trabajadores: el tecnoestrés. *e-Revista Internacional de la Protección Social*, 2(2), 169-190. <https://doi.org/10.12795/e-RIPS.2017.i02.12>
- Casas-Mas, B., Homont, L. P. P., y Valecillos, C. (2023). University Students and ICT after the COVID-19 Crisis. Toward instrumental use and disconnection. *Techno Review*, 12(1), 1-14. <https://doi.org/10.37467/revtechno.v11.4387>
- Carrasco, A., Sandoval, M. y Benítez, A. (2018). Diagnóstico sobre adicción tecnológica en estudiantes de la era digital. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 5(10), 1-20. Recuperado de <http://bit.ly/3kdxzSt>
- Chan, S. S., Van Solt, M., Cruz, R. E., Philp, M., Bahl, S., et al. (2022). Social media and mindfulness: From the fear of missing out (FOMO) to the joy of missing out (JOMO). *Journal of Consumer Affairs*, 56(3), 1312-1331. <https://doi.org/10.1111/joca.12476>
- Cuquerella-Gilabert, M. y García, A. M. (2023). Adicciones a las tecnologías de la información y comunicación en la Comunitat València, 2018-2020. *Gaceta Sanitaria*, 37, 102252, 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2022.102252>
- Díaz-Vicario, A., Mercader Juan, C. y Gairín, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21, 1-11. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>
- Doval-Avendaño, M., Quintas, S., & de Sotomayor, D. Á. (2018). El uso ritual de las pantallas entre jóvenes universitarios/as. Una experiencia de dieta digital. *Prisma Social: revista de investigación social*, 21, 480-499. Recuperado de <http://bit.ly/3IzA6hM>

- Draper, N. A. y Turow, J. (2019). The corporate cultivation of digital resignation. *New Media & Society*, 21(8), 1824-1839. <https://doi.org/10.1177/1461444819833331>
- Fundación Telefónica (2022). *Sociedad digital en España 2022*. Madrid: Taurus. Recuperado de <https://bit.ly/3XJdtNH>
- González-Cortés, E., Córdoba-Cabús, A. y Gómez, M. (2020). Una semana sin smartphone: usos, abuso y dependencia del teléfono móvil en jóvenes. *Bordón*, 72(3), 105-121. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.79296>
- Gómez-Navarro, D. A. y Martínez-Domínguez, M. (2022). Usos del internet por jóvenes estudiantes durante la pandemia de la COVID-19 en México. *PAAKAT: revista de tecnología y sociedad*, 12(22). <https://doi.org/10.32870/pk.a12n22.724>
- Grashyla, J. y Paramita, S. (2021). FoMO and JoMO Phenomenon of Active Millennial Instagram Users at 2020 in Jakarta. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 570, 722-729. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.114>
- Hepp, A. (2020). Artificial companions, social bots and work bots: communicative robots as research objects of media and communication studies. *Media, Culture & Society*, 42(7-8), 1410-1426. <https://doi.org/10.1177/0163443720916412>
- INE (2022). *Equipamiento y uso de TIC en los hogares. Año 2022*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística. Recuperado de <https://bit.ly/3SjY7hn>
- Kesici, A. y Fidan, N. (2018). Investigating the Digital Addiction Level of the University Students According to Their Purposes for Using Digital Tools. *Universal Journal of Educational Research*, 6(2), 235-241. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060204>
- Marín, J. M., Muñoz, J. M. e Hidalgo, M. D. (2020). Autopercepción de la adicción a Internet en jóvenes universitarios. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 20(2), 88-96. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i2.533>
- Marks, I. (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British journal of addiction*, 85, 1389-1394. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01618.x>
- Nobles, D. V., Londoño, L., Martínez-Plutarco S., Ramos, A. A., Santa, G. P. y Cotes, A. M. (2015). Tecnologías de la comunicación y relaciones interpersonales en jóvenes universitarios. *Revista Educación y Humanismo*, 18(30), 14-27. <https://doi.org/10.17081/eduhum.18.30.1311>
- Ochoa, P. N. y Uribe, J. I. (2015). Sentido de la interacción social mediada por Facebook en un grupo de adolescentes, estudios de bachilleratos públicos de Colima, México. *Estudios sobre las culturas contemporáneas*, 42, 9-37. Recuperado de <https://bit.ly/3ICX5t9>
- Pangrazio, L. Selwyn, N. y Cumbo, B. (2023) Tracking technology: exploring student experiences of school datafication. *Cambridge Journal of Education*, 53(6) 847-862. <https://doi.org/10.1080/0305764X.2023.2215194>
- Parra, V., Vargas, J. I., Zamorano, B., Peña, F., Velázquez, Y. et al. (2016). Adicción y factores determinantes en el uso problemático del Internet, en una muestra de jóvenes universitarios. *EDUTEC*, 56, 60-73. <https://doi.org/10.21556/edutec.2016.56.741>
- Reig, D., y Vilches, L. F. (2013). *Los jóvenes en la era de la hiperconectividad: tendencias, claves y miradas*. Madrid: Fundación Telefónica y Fundación Encuentro.
- Rodríguez-Ceberio, M., Díaz-Videla, M., Agostinelli, J. y Daverio, R. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *Ajayu*, 17(2), 211-235. Recuperado de <https://bit.ly/3EmyfMg>

- Sánchez-Gómez, M., Cebrián, B., Ferré, P., Navarro, M. y Plazuelo, N. (2020). Tecnoestrés y edad: un estudio transversal en trabajadores públicos. *Cuadernos de Neuropsicología*, 14(2), 25-33. Recuperado de <https://bit.ly/3kwrVLk>
- Taki, Y. (2022). No signal: Desconexión e hiperconexión. La discriminación algorítmica en la era digital. El Pájaro de Benín. *Vanguardias y últimas tendencias artísticas*, 8, 135-145. [https://doi.org/10.12795/pajaro\\_benin.2022.i8.07](https://doi.org/10.12795/pajaro_benin.2022.i8.07)
- Velarde, O. y Casas-Mas, B. (2018). Lo virtual y lo presencial en las interacciones comunicativas de los jóvenes universitarios. En R. Vega Baeza y P. Requeijo Rey (Coord.), *La Universidad y los nuevos horizontes del conocimiento* (pp. 463-475). Madrid: Tecnos.
- Villalón, J. J. (2016). La gestión de las identidades sociales por la juventud de la era de las TIC: El fortalecimiento de los vínculos incorpóreos. *Revista de Estudios de Juventud*, 111, 155-173. Recuperado de <https://bit.ly/3Z4N7qH>
- Woodstock, L. (2014). Media Resistance: Opportunities for Practice Theory and New Media Research. *International Journal of Communication*, 8, 1983-2001. Recuperado de <https://bit.ly/3oJGhtL>