

Encabezado: Redes sociales y la satisfacción con la vida1

Uso de las redes sociales y su relación con la satisfacción con la vida

Mariel Chanlatte y Clara Rodríguez

Universidad Iberoamericana

### Resumen

El uso de las redes sociales juega un papel primordial en la vida diaria de los jóvenes universitarios. Se busca conocer si existe una relación entre el uso de las redes sociales y la satisfacción con la vida de los universitarios. Los participantes completaron una encuesta sociodemográfica, el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI) y el Internet y la Escala de satisfacción con la Vida. Los resultados revelan que no existe una relación significativa entre el uso de redes sociales y la satisfacción de vida de los universitarios encuestados. Sin embargo, hallazgos fuera de la hipótesis revelaron que existe una relación entre la posición socioeconómica de los participantes, el uso de las redes sociales y su satisfacción de vida. Estos hallazgos abren una nueva interrogante para futuros estudios.

Palabras claves: satisfacción de vida, redes sociales, universitarios

### Uso de las redes sociales y su relación con la satisfacción con la vida

Las redes sociales son una herramienta eficaz hoy en día, cuando hablamos de la comunicación (Şahin, 2017). Esto se debe a que las redes sociales sobrepasan las limitaciones que hay entre la comunicación de un individuo a otro (Ureña & Valdivi, 2018). Cuando hablamos de las redes sociales nos referimos a plataformas formadas por una red de usuarios donde, en su mayoría, están de acuerdo en participar en ellas y permiten establecer comunicación entre los usuarios (Jan et al., 2017). Ejemplos de redes sociales son Instagram, Facebook y Snapchat. Kross et al. (2013) indica que redes sociales como Facebook e Instagram, tienen un rol importante en las relaciones sociales, laborales y personales de sus usuarios, debido a que han cambiado la forma en que las personas se relacionan (Kross et al., 2013). En plataformas como Facebook e Instagram donde se visualizan imágenes y historias de 24 horas de los usuarios que las personas, las personas tienen un uso frecuente a estas redes sociales tienden a comparar su vidas con las de los demás usuarios, generando que esto disminuye en la autoestima del usuario (Jan, Soomro, & Ahmad, 2017). Se ha evidenciado que el uso frecuente de las redes sociales está relacionado con la pobre autoestima y baja satisfacción con la vida (Stieger, 2019).

Diener (1984) define la satisfacción con la vida como una evaluación cognitiva de la vida propia. La misma está directamente relacionada pero no es valorada por las emociones (Diener, 1984). Para Pavot y Diener (2008) la valoración de la satisfacción con la vida se basa en el procesamiento de información que es frecuente y consistente, influyendo en el estado de ánimo y temperamento de la persona. Este constructo permite valorar cuáles son los elementos de importancia para la calidad de vida de un individuo (Pavot & Diener, 2008). Moreta Herera, Gaibor, y Barrera (2017) encontraron que existe una correlación positiva entre la satisfacción de

Encabezado: Redes sociales y la satisfacción con la vida<sup>4</sup>

vida y la autoaceptación, el dominio del entorno y el propósito que un individuo tenga en la vida (Moreta Herrera, Gaibor, & Barrera, 2017).

En el 2019, Stieger reveló mediante un estudio que existe una correlación negativa entre el uso frecuente de la red social Facebook y la satisfacción con la vida (Stieger, 2019). Así mismo, las redes sociales han cambiado la forma en que las personas valoran sus relaciones interpersonales, sus estilos de vida, sus estados de ánimo, vida laboral y bienes materiales, que tienen peso a la hora de valorar la vida que tienen (Ureña & Valdivi, 2018).

Debido a la evolución de los dispositivos tecnológicos, estos se han vuelto cada vez más accesibles para los jóvenes y, en consecuencia, han podido ser usuarios activos en las redes sociales de forma constante con el uso de teléfonos inteligentes (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017). Salas Blas y Ecurra Mayute (2014) resaltan que el uso indiscriminado de las redes sucede en cualquier momento de la vida cotidiana. Por ejemplo, en horas de trabajo, en actividades familiares, al transitar en vehículo e incluso aún en actividades sociales presenciales, las redes están presentes y siendo utilizadas de manera activa. Este uso desmedido aumenta los riesgos de dependencia haciéndolos más propensos a desarrollar algún tipo de adicción. (Salas Blas & Ecurra Mayaute, 2014).

La población que más utiliza las redes sociales se ubica en las personas con un rango de edad entre 18-24 años. El uso desmedido de las redes sociales es un aspecto de alta preocupación en ese segmento de la población (Vizcaino-Laorga, Catalina-García, & López De Ayala-López, 2019). Salas Blas y Ecurra Mayute (2014) realizaron un estudio a estudiantes universitarios limeños sobre su uso de las redes sociales que reveló que un 90% de los participantes se conecta de una a dos veces al día y un tercio está conectado de manera constante. El utilizar las redes se ha vuelto un requerimiento social al igual que una forma de estar presente (Salas Blas & Ecurra

Mayaute, 2014). Por su parte, Fernández et al (2020) tras hacer un estudio con el propósito de crear un perfil de uso de internet y redes sociales de los universitarios de Ciencias de la Educación de Galicia, hallaron que casi en su totalidad, los estudiantes se conectan todos los días a internet y presentaron uso frecuente de redes sociales. Encontraron que es posible desarrollar dependencia a las redes sociales, a la búsqueda de información, los juegos en línea y las compras en línea (Fernández, Casal, Fernández, & Cebreiro, 2020).

González y Martínez (2018) han demostrado que las redes tienen implicaciones sobre las emociones de aquellos que las utilizan. La falta de relaciones de forma presencial ha causado más crítica entre los jóvenes limitando sus relaciones sociales fuera de las redes. Además, demora el proceso de maduración y disminuye la profundidad emocional (González & Martínez, 2018). Debido a los datos que han sido recolectados sobre el uso de las redes y sus consecuencias a través de los años, han surgido estudios que evalúan los efectos de estos en la satisfacción con la vida, bienestar subjetivo y autoestima (Moreta Herrera et al., 2017). Kross et al. (2013) condujo un estudio con el propósito de investigar el manejo de la red social Facebook y sus efectos sobre el bienestar subjetivo a lo largo del tiempo. Encontró que mientras más contacto se tiene fuera de las redes con las demás personas, hay un aumento del Bienestar Subjetivo y que la interacción por la red causa que el mismo sea pobre. También se encontró que el uso de Facebook aumenta cuando el usuario se siente decaído o experimenta sentimientos de soledad (Kross et al., 2013).

Vogel, Rose, Roberts y Eckles (2014), con el propósito analizar el efecto que provoca el uso frecuente de las redes sociales y cómo esto puede afectar directamente la autoestima, encontraron una correlación negativa entre el uso frecuente de Facebook y la autoestima. De igual manera, al ser comparados con usuarios con niveles de actividad altos con respecto a

niveles bajos, la autoestima declinaba (Vogel, Rose, Roberts, & Eckles, 2014). Más adelante, se evidenció que Facebook proporciona a los demás usuarios una perspectiva de que sus “amigos” tienen una mejor vida que ellos. Esto causa que los mismos tengan un criterio negativo de sí, generando bajos niveles de felicidad. De igual forma, tienden a compararse con ellos y comparar los objetos materiales que los demás usuarios poseen y ellos no (Vigil & H. Denis Wu, 2015). Vogel et al. han demostrado que quienes utilizan redes sociales son más propensos a compararse con otros usuarios y sus estilos de vida. Esto provoca el aumento de autocritica negativa, menos bienestar y síntomas depresivos (Vogel et al., 2014). Por otro lado, se ha documentado que existe una correlación negativa entre el uso de las redes sociales y la calidad de vida de los jóvenes (Crenças et al., 2017).

Respecto a la satisfacción con la vida, Longstreet y Brooks (2017) han mostrado evidencias de que existe relación entre ambas variables. Ante mayor satisfacción, la dependencia a las redes sociales decae y viceversa (Longstreet & Brooks, 2017). La persona cuyo uso de Facebook es menor, muestra tener mayor satisfacción de vida que aquella que lo usa frecuentemente (Stieger, 2019). En un estudio reciente con una muestra de estudiantes universitarios estadounidenses, se encontró que existe una correlación negativa entre la dependencia de las redes sociales y la satisfacción con la vida (Yesilyurt & Turhan, 2020). Vigil y H. Denis Wu (2015) encontraron resultados similares donde el uso frecuente de la red social Facebook, causaba más insatisfacción con la vida de aquellos que la utilizan con menos frecuencia (Vigil y H. Denis Wu, 2015).

En contraparte, Hawi y Samaha (2017) exponen que no existe una relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la satisfacción de vida. Esto se debe a que la satisfacción con la vida evalúa aspectos interpersonales de las personas como relaciones sociales, y las redes

Encabezado: Redes sociales y la satisfacción con la vida<sup>7</sup>

sociales están relacionadas con constructos intrapersonales como la autoestima y la autovaloración (Hawi & Samaha, 2017). Igualmente Yesilyurt y Trhan (2020) encontraron que en realidad no hay una conexión directa que pueda asociar el uso de las redes sociales con la baja satisfacción con la vida de una persona. Esto es debido a que esta puede variar según la cantidad de tiempo que la persona dedique al uso de las redes sociales. (Yesilyurt & Turhan, 2020).

En República Dominicana no hay muchas evidencias, ya que no se han conducido muchos estudios que evidencien la relación entre el uso de las redes sociales y la satisfacción de vida con la población de estudiantes universitarios.

El presente estudio tiene como propósito establecer la relación entre el uso de las redes sociales y la satisfacción de la vida de los estudiantes universitarios. Hipotetizamos que existe una correlación negativa entre el uso de las redes sociales y la satisfacción de vida de los universitarios. Es decir, a mayor uso de las redes sociales, menor satisfacción de vida en los universitarios.

### **Método**

El siguiente estudio tiene un diseño no experimental correlacional ya que busca establecer la correlación entre el uso de las redes sociales y la satisfacción con la vida.

### **Participantes**

Este estudio se realizó con estudiantes de universidades privadas de Santo Domingo, D.N., República Dominicana. Los participantes son estudiantes de grado que asisten a una institución universitaria privada. No incluimos participantes que no hayan comenzado su carrera universitaria, aunque estén inscritos en la institución o que sean menores de edad. Se realizó un análisis de potencia para establecer el tamaño de la muestra con una potencia de .9 y un alfa de .5

que pudiera predecir un tamaño de efecto mediano ( $r = .3$ ). El análisis arrojó un total de 109 participantes.

Se utilizó una muestra de 112 participantes que aceptaron voluntariamente a formar parte del estudio, todos fueron estudiantes universitarios de grado dominicanos. La edad promedio de los participantes es de 19 años ( $M = 19.7$ ;  $SD = 1.55$ ), de los cuales 18.7% fueron masculinos y 92.8% femeninos. Por otro lado 92.8% tienen un estado civil soltero, 5.3% de unión libre y 1.7% de casado. En la posición socioeconómica comunitaria percibida por MacArthur, el promedio se ubicó en la posición número 7 de acuerdo. De igual manera el promedio de los participantes se ubicó en la posición número 7 en la posición socioeconómica nacional percibida por MacArthur.

### **Instrumentos**

En el presente estudio se utilizaron el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI; Casas, Ruiz-Olivares, & Ortega-Ruiz, 2013) y la Escala de Satisfacción con la Vida (Pavot & Diener, 2008).

**Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet.** Este instrumento fue creado por Marta Beranuy Fargues, Andrés Chamarro Lusa, Carla Graner Jordania y Xavier Carbonell Sánchez en el año 2009 y mide el aspecto intrapersonal recogiendo los factores como los efectos negativos, pérdida de interés en las actividades diarias, pérdida de control y la constante necesidad de estar conectado/a a la red. Por el otro lado, el aspecto interpersonal en donde se ven factores de cómo socializan a través de las plataformas como Internet, redes sociales y los celulares. Este instrumento es un cuestionario tipo Likert que cuenta con dos partes, la primera dirigida al uso de internet/redes sociales y la segunda acerca del uso del celular o móvil, donde se muestra la posibilidad responder de a la d, siendo a (casi nunca), b (algunas veces), c (bastantes veces) y d (casi siempre). De acuerdo con las respuestas de los cuestionarios se pudo definir que

Encabezado: Redes sociales y la satisfacción con la vida<sup>9</sup>

el valor del factor Intrapersonal tiene como alfa de Cronbach un  $\alpha = .77$  y para el factor de conflictos interpersonales un resultado de alfa de Cronbach de  $\alpha = .74$ .

**Escala de Satisfacción con la Vida.** Creada por Ed Diener, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen and Sharon Griffin en el año 1985, este instrumento mide la satisfacción con la vida, definida cómo la valoración cognitiva general de la satisfacción con su propia vida. Esta es una escala de respuesta tipo Likert de 7 puntos, siendo 1 (Completamente en desacuerdo), 2 (En desacuerdo), 3 (Más bien en desacuerdo), 4 (Ni de acuerdo ni en desacuerdo), 5 (Más bien de acuerdo), 6 (De acuerdo) y 7 (Completamente de acuerdo). Tiene un total de 5 ítems y posee un Alfa de Cronbach de .86 con un efecto mínimo sobre su fiabilidad.

En nuestra investigación el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Internet obtuvo un alpha de Cronbach de .786, lo que quiere decir que tiene una confiabilidad alta y la Escala de Satisfacción con la Vida obtuvo alta confiabilidad ( $\alpha = .875$ ).

En primer lugar, se le fue administrado un cuestionario socio-demográfico el cual incluyó la edad de los participantes, el sexo, ocupación, último grado académico, si está matriculado en una universidad dominicana, en qué universidad estudia, qué carrera estudia y en qué semestre se encuentra de la carrera que está cursando. Luego, suministramos el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI) y por último finalizamos con la escala de Satisfacción con la Vida. Estos cuestionarios tienen una duración de alrededor de 15 a 20 minutos aproximadamente.

## **Procedimiento**

El presente estudio cuenta con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Iberoamericana, garantizando la protección de sus participantes. Los participantes fueron contactados por las redes sociales. Dentro de las encuestas virtuales hubo un acápite de

consentimiento informado donde el participante pudo conocer los riesgos y beneficios de participar en esta investigación. El participante que estuvo de acuerdo pudo optar por participar o no, y en caso de que quisiera, se le pidió que escriba sus iniciales. El levantamiento de datos se hizo de forma virtual, primero se administró el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet y por último la Escala de Satisfacción con la Vida. Se utilizó Just Another Statistical Program (JASP) y excel para realizar el análisis estadísticos de los resultados.

### Resultados y discusión

Para resolver la interrogante de la existencia de una relación entre el uso de las redes sociales y la satisfacción con la vida de los universitarios, calculamos el coeficiente de correlación de Pearson. Como se puede observar en la Tabla 1, en el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Internet no existe una correlación con la Escala de Satisfacción con la Vida ( $r=.59$ ;  $p < .535$ ), esto quiere decir que el uso frecuente del internet/redes sociales y el móvil no implica una valoración negativa de la vida propia. Por otro lado el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Internet existe una correlaciona positiva entre la subescala de el uso del internet/redes sociales y el uso del móvil ( $r = .74$ ;  $p < .001$ ), esto quiere decir que a mayor uso del internet/redes sociales existe un mayor uso de los teléfonos móviles.

Tabla 1

*Correlaciones entre las subescalas de Cuestionarios de Experiencias Relacionadas con el Internet y Escala de Satisfacción con la Vida*

	B 10	B 11	C1	C2	D1
B 10	—				
B 11	.46***	—			
C1	.02	.23*	—		
C2	-.13	.18	.74***	—	
D1	.27***	.8	.6	-.09	—

*Nota:* B10= Posición socioeconómica comunitaria percibida de MacArthur, B11= Posición socioeconómica nacional percibida de MacArthur, C1= Uso de Internet/Redes Sociales, C2=Uso de celular y D1=Índice de Satisfacción con la Vida.

\* $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

Al iniciar esta investigación partimos de la hipótesis de que existía una correlación negativa entre el uso de las redes sociales y la satisfacción de vida de los universitarios. Es decir, a mayor uso de las redes sociales, menor satisfacción de vida. Con base a la información analizada hemos concluido que no existe una relación significativa entre el uso de las redes sociales y la satisfacción con la vida en los estudiantes universitarios. Es decir que el uso de las redes sociales no se relaciona con qué tan satisfechos están los mismos con sus vidas.

Esta investigación obtuvo resultados similares a los de Hawi y Samaha (2017) y Yesilyurt y Turhan (2020), que encontraron que no existe una relación significativa entre el uso de las redes y la satisfacción con la vida (Hawi & Samaha, 2017; Yesilyurt & Turhan, 2020). Sin embargo, luego de analizar los resultados de la encuesta sociodemográfica junto al Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Internet y la Escala de satisfacción con la vida, pudimos encontrar una relación entre el uso del internet/redes sociales y posición socioeconómica nacional percibida de MacArthur ( $r = 0.23$ ,  $p = 0.017$ ). Esto quiere decir que a mayor posición socioeconómica hay un mayor uso de las redes sociales y el internet. Entendemos que esto puede ocurrir debido a que una posición socioeconómica más alta permite un acceso a mejores teléfonos móviles y mejor conexión a internet, dando acceso a una conexión constante, fluida y sin interrupciones. De igual manera pudimos observar una relación entre la satisfacción de vida de los jóvenes universitarios y su posición socioeconómica comunitaria percibida por MacArthur, dígame que mientras más alta es su posición socioeconómica comunitaria mayor es la valoración de su vida propia ( $r = 0.27$ ,  $p = 0.017$ ). Entendemos que esto ocurre ya que a la hora

de los jóvenes compararse de manera socioeconómica al resto de su población nacional, el verse en un rango superior los hace sentir más satisfechos con la vida que tienen. Este resultado concuerda con el estudio de Pagan y González (2018), quienes encontraron una relación positiva entre posición socioeconómica y calidad de vida. Los autores lo atribuyen a que en los países con un sistema económico capitalista, que es el caso de República Dominicana, utilizan la posición socioeconómica para determinar la calidad de vida de las personas y es un determinante a la hora de medir el nivel de bienestar (Pagán & González, 2018). Estos hallazgos contribuyen a nuestra comprensión y a las evidencias de la relación de las redes sociales en la valoración cognitiva que tienen los jóvenes universitarios de sus vidas.

Este trabajo de investigación presenta varias limitaciones. Debido al brote mundial de COVID-19 el proceso de levantamiento de datos fue realizado de forma virtual, lo cual presenta una limitante ante la accesibilidad a los participantes. De igual forma, estudiar satisfacción de vida durante períodos largos de confinamiento puede producir resultados sesgados ante la situación mundial. Asimismo, el uso de la tecnología para mantener el contacto humano ha sido una de las características principales de la pandemia. Por esto, tanto satisfacción de vida como uso de están afectadas por la pandemia en el momento de este estudio. Por otro lado, se trata de un estudio no experimental correlacional, el cual abarca una muestra de aproximadamente de 112 participantes dominicanos que forman parte de universidades privadas que pertenecen a una posición socioeconómica alta, la cual no sería una muestra representativa de la población universitaria dominicana. Sería ideal que se pueda contar con estudios los cuales puedan analizar muestras diversas, ya que la mayoría de los participantes encuestados fueron de universidades privadas. Por último, en la muestra se pudo ver que el mayor porcentaje fue respondido por mujeres y uno muy mínimo por hombres; considerando que esto pudo interferir en el resultado

final de la muestra de los participantes, ya que entendemos que las mujeres tienen una participación más activa y espontánea en las redes sociales en comparación con los hombres que su participación es mucho más pasiva.

Este estudio busca aportar conocimientos y evidencias acerca de este tema el cual ha sido poco estudiado en la República Dominicana. Por otro lado, sugerimos acudir a una población de hombres más extensa y una muestra donde haya más diversidad de universidades. Esta investigación aporta a la comprensión de cómo se relacionan las redes sociales con la satisfacción de vida de los universitarios dominicanos, y abre una interrogante sobre cómo la posición socioeconómica se relaciona de forma significativa en la satisfacción con la vida y el uso de las redes sociales para estudios futuros.

## Referencias

Capilla Garrido, E., & Cubo Delgado, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y Desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Revista de Medios y Educación*, 50(1), 1133–8482.

<https://doi.org/10.12795/pixelbit.2017.i50.12>

Casas, J. A., Ruiz-Olivares, R., & Ortega-Ruiz, R. (2013). Validation of the internet and social networking experiences questionnaire in Spanish adolescents. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(1), 40–48.

[https://doi.org/10.1016/S1697-2600\(13\)70006-1](https://doi.org/10.1016/S1697-2600(13)70006-1)

Crenças, A. E., Torno, E. M., Prática, A. S. U. A., Cartagena, E. M., Del, M., Rubio, T., Pérez, A. D., Puerta, Z. B., Yolanda, I., & Avila, C. (2017). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte*, 8(1), 1509–1518.

<http://www.revistacuidarte.org/index.php/cuidarte/article/download/367/759>

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.

Fernández, J., Casal, L., Fernández, C., & Cebreiro, B. (2020). Actitudes y uso de internet y redes sociales en estudiantes universitarios / as de Galicia : implicaciones personales y sociales. *Revista Prisma Social*, 28(1), 145–160.

González, E., & Martínez, N. (2018). Redes sociales como factor incidente en el área social, personal y académica de los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria. *Tendencias Pedagógicas*, 32, 133–146.

Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in University students. *Social Science Computer Review*, 35(5), 576–586. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>

Jan, M., Soomro, S. A., & Ahmad, N. (2017). Impact of Social Media on Self-Esteem. *European Scientific Journal, ESJ*, 13(23), 329. <https://doi.org/10.19044/esj.2017.v13n23p329>

Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., Shablack, H., Jonides, J., & Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*, 8(8), 1–6. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>

Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50(May), 73–77. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>

Moreta Herrera, R., Gaibor, I., & Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud & Sociedad*, 8(2), 172–184. <https://doi.org/10.22199/s07187475.2017.0002.00005>

Pagán, O. M., & González, J. A. (2018). Características sociodemográficas y satisfacción con la vida en Puerto Rico: Un estudio comparativo. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 21(4), 1587–1610.

Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137–152.  
<https://doi.org/10.1080/17439760701756946>

Şahin, C. (2017). The predictive level of social media addiction for life satisfaction: A study on university students. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2017(December Special Issue INTE), 515–520.

Salas Blas, E., & Escurra Mayaute, M. (2014). Uso de las redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75–90.

<http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/57/63>

Stieger, S. (2019). Facebook Usage and Life Satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 10(November), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02711>

Ureña, G. V., & Valdivi, R. S. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electronica de Investigacion Educativa*, 20(3), 19–28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>

Vigil, T. R., & H. Denis Wu. (2015). Facebook users' engagement and perceived life satisfaction. *Media and Communication*, 3(1), 5–16.  
<https://doi.org/10.17645/mac.v3i1.199>

Vizcaino-Laorga, R., Catalina-García, B., & López De Ayala-López, M. C. (2019). Participation and commitment of young people in the digital environment. Uses of social networks and perception of their consequences. *Revista Latina de Comunicacion Social*, 74, 554–572. <https://doi.org/10.4185/RLCS-2019-1345>

Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206–222. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>

Yesilyurt, F., & Turhan, N. S. (2020). Prediction of the time spent on Instagram by social media addiction and life satisfaction. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 15(2), 208–219. <https://doi.org/10.18844/cjes.v15i2.4592>