

# VAMPING Y DINÁMICA FAMILIAR EN ADOLESCENTES

## VAMPING AND FAMILY DYNAMICS IN TEENAGERS

Recibido: 12/10/2021 - Aceptado: 13/06/2022

### MICHELLE ELIZABETH QUEVEDO MOREIRA

Docente de la Universidad Técnica de Ambato  
Ambato - Ecuador

Licenciada en Trabajo Social  
Universidad Técnica de Ambato

mquevedo2419@uta.edu.ec  
<https://orcid.org/0000-0003-0262-0847>

### LORENA DEL CARMEN CHILIQINGA VÉJAR

Docente de la Universidad Técnica de Ambato  
Ambato - Ecuador

Magíster en Tecnologías de la Información y Multimedia Educativa  
Universidad Técnica de Ambato

ldc.chiliqinga@uta.edu.ec  
<https://orcid.org/0000-0002-8896-1951>

#### Cómo citar este artículo:

Quevedo, M. & Chiliqinga, L. (Julio - diciembre de 2022). Vamping y dinámica familiar en adolescentes. *Sathiri* (17),2 191-202. <https://doi.org/10.32645/13906925.1139>



## Resumen

Esta investigación parte del estudio de la problemática generada por el uso excesivo del celular en horarios nocturnos conocida como vamping, produce alteraciones asociadas al insomnio y otros efectos en el plano de la salud. El estudio tiene como objetivo determinar la incidencia de esta práctica en la dinámica familiar de adolescentes. La metodología empleada fue de carácter cuantitativa con alcance exploratorio, descriptivo y correlacional, el grupo de estudio lo conformaron 171 adolescentes, para el levantamiento se utilizaron tres instrumentos: test de dependencia al móvil, cuestionario del sueño de Oviedo y el cuestionario de percepción del Funcionamiento Familiar. Los resultados encontrados determinaron incidencia del *vamping* en la dinámica familiar de los adolescentes, la prueba estadística de Prueba de *Kruskal-Wallis* demostró además la presencia de una correlación positiva. Por otra parte, se determinó que la dependencia al móvil y la calidad del sueño están asociados al tipo de familia, donde los problemas se acentúan en las familias severamente disfuncionales y se van reduciendo conforme mejora la funcionalidad dentro del hogar.

**Palabras claves:** Familia, tecnología de la información, adicción al móvil, adolescencia.

## Abstract

This research is based on the study of the problem generated by the excessive use of cell phones at night, known as vamping, which produces alterations associated with insomnia and other health effects. The study aims to determine the incidence of this practice in the family dynamics of adolescents. The methodology used was quantitative in nature with an exploratory, descriptive and correlational scope, the study group was made up of 171 adolescents, for the survey three instruments were used: mobile phone dependency test, Oviedo sleep questionnaire, and the sleep perception questionnaire. Family Functioning. The results found determined the incidence of vamping in the family dynamics of adolescents, the statistical test of the *Kruskal-Wallis* Test also demonstrated the presence of a positive correlation. On the other hand, it was determined that cell phone dependence and sleep quality are associated with the type of family, where the problems are accentuated in severely dysfunctional families and are reduced as functionality within the home improves.

**Keywords:** Family, Information technology, mobile phone addiction, teenagers.

## Introducción

El término *vamping* proviene de *vampire* que significa *vampiro* y *texting* que se refiere al envío de mensajes a través de equipos electrónicos, esto permite concebirlo como la acción de interactuar con personas detrás de una pantalla por la noche. La autora Bustos (2017) destaca este fenómeno de forma particular en jóvenes que utilizan dispositivos móviles con tecnologías avanzadas, ocasionando la reducción de las horas de sueño e insomnio por el hecho de no dormir lo suficiente. Esta situación como lo afirma Ribas (2020) genera alteraciones en el sueño, influye en la calidad de vida, altera el apetito, provoca incremento de consumo de dulces y comida chatarra, por lo tanto, muchos niños y adolescentes que lo practican asisten a clases cansados, de mal humor y comportándose incluso de forma inadecuada.

El vamping y dinámica familiar en adolescentes, es un tema de actualidad e interés para las ciencias sociales, debido al impacto generado por el auge de las nuevas tecnologías, que ha promovido el mal uso de dispositivos móviles especialmente en horarios nocturnos, situación que repercute gravemente en el accionar de adolescentes, por esta razón, el trabajo se centra en conocer la realidad actual de los jóvenes con la finalidad de promover el uso saludable de los dispositivos móviles, la importancia del sueño y las buenas relaciones familiares.

La familia y la escuela son entes primordiales para fomentar un adecuado desarrollo en los adolescentes, es su responsabilidad establecer reglas, normas y límites con respecto al uso de los celulares tanto en aulas de clase como en el hogar, en este último es fundamental fijar horarios de descanso que aseguren el bienestar de los estudiantes.

En la actualidad los adolescentes hacen uso de las tecnologías, especialmente de sus celulares sobre todo en altas horas de la noche, debido a que ese horario les genera más intimidad y confianza para poder conversar con su círculo de amigos, sentirse aceptados dentro de los grupos sociales y dejando de lado la importancia de dormir bien (Díaz-Vicario et al., 2019). En Madrid el 18% de los jóvenes de entre 14 y 18 años realiza un uso excesivo de dichos aparatos durante la noche y madrugada (Price-Mitchel, 2018). Esto permite dimensionar la gravedad de esta práctica, debido a que no solamente afecta su bienestar físico sino también altera su comportamiento, deteriora las relaciones familiares, situación que es aún más preocupante porque no afecta exclusivamente a los adolescentes sino también a otros grupos etarios.

Los efectos derivados de esta práctica son muchos, Molina, Quintero, Navarrete, y Zúñiga (2020), en una investigación realizada bajo metodología mixta, identificaron factores cognitivo-conductuales ocasionados por el *vamping* como el insomnio, irritabilidad, bajo rendimiento académico y cansancio, concluyeron que existe presencia de una conducta adictiva al internet, tanto por los adolescentes como por los padres, hasta el punto de hacerlo un hábito. De la misma manera la investigación de Sahin (2013) demostró que la calidad del sueño de los estudiantes que utilizan estos aparatos por más de 5 horas empeora a medida que aumenta el nivel de adicción. Como se aprecia, las implicaciones del vamping también interfieren en el ámbito académico debido al desgaste físico producido por su práctica, en estos casos, la familia se convierte en el soporte para apoyar, detectar y resolver a tiempo el impacto de este fenómeno.

Los jóvenes que manejan los celulares por periodos largos tienden a descuidarse de aspectos esenciales como la comunicación, afectividad, cohesión y adaptabilidad dentro del hogar, puesto que invierten la mayoría de su tiempo en actividades enfocadas en las nuevas tecnologías, fueron los resultados evidenciados por Apumayta y Chanca (2018). Por tanto, esta constante interacción con dispositivos móviles repercute en la comunicación familiar, se deja de lado el diálogo y se da más importancia a las notificaciones o mensajes de las redes sociales, ocasionando desinterés por lo que acontece a su alrededor.

### Cómo citar este artículo:

Quevedo, M. & Chiliquinga, L. (Julio - diciembre de 2022). Vamping y dinámica familiar en adolescentes. *Sathiri* (17),2 191-202. <https://doi.org/10.32645/13906925.1139>

Desde otra perspectiva, el vamping representa un problema de salud pública como lo señala Pharma Market (2022) debido a la marcada tendencia en el incremento del tiempo de uso de dispositivos móviles a medida que los adolescentes crecen, destaca la importancia de una intervención inmediata a nivel pedagógico y familiar.

García y De Oliveira (2005) definen a la dinámica familiar como un conjunto de relaciones con fines de cooperación, intercambio poder y conflicto que se establecen tanto entre hombres y mujeres y entre generaciones dentro de la familia, en torno a la división del trabajo y el proceso de toma de decisiones. Para Agudelo (2005) se concibe como situaciones que involucran condiciones biológicas, psicológicas y sociales que existen en la relación entre los miembros de la familia, están mediadas por reglas, autoridad y emociones, y son necesarias para realizar el crecimiento de cada miembro y hacer que la familia continúe en la sociedad. La familia como lo manifiestan Plasencia et al. (2016) es un sistema que promueve el desarrollo de relaciones que definen interacciones en la estructura familiar. En la dinámica familiar están inmersas tanto las relaciones afectivas como la comunicación, estas proveen a los miembros la seguridad y confianza para desarrollar sus actividades, es importante considerar que expresar sentimientos, pensamientos y emociones es la principal fuente para una convivencia armónica (Hidrobo, 2014).

De acuerdo con las percepciones de los autores mencionados anteriormente se puede definir a la dinámica familiar como el conjunto de relaciones y estructuras que permiten el desempeño de las funciones familiares mediante la comunicación y el estilo de crianza de los hijos. La dinámica familiar es un aspecto esencial en la vida de un ser humano y mucho más en un adolescente es importante estudiar este fenómeno para poder abordarlo de manera eficaz.

En virtud de lo antes mencionado, el objetivo general de este estudio es determinar la incidencia entre el vamping y la dinámica familiar de los adolescentes.

## Materiales y métodos

La investigación se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, es de carácter descriptivo porque detalla las características del fenómeno y de la población de estudio, además tiene nivel correlacional porque indaga la relación entre las variables y sus resultados.

La población estuvo constituida por 306 estudiantes de educación media superior y la muestra bajo un 95% de nivel de confianza y 5% de error se estableció en 171 adolescentes quienes fueron elegidos a través de un muestreo aleatorio simple, el grupo de estudio quedó estructurado con un rango etario comprendido entre 14 y 17 años, el grupo estuvo compuesto por una mayoría de hombres representada con el 60%, mientras que el 40% restante corresponde a mujeres. En lo que respecta a la composición familiar, el 73% de los encuestados indicaron provenir de una familia nuclear, seguido del 18% de monoparentales, el 6% reconstruidas y un 3% de extendida.

Los métodos teóricos utilizados fueron inductivo-deductivo, análisis-síntesis y el hipotético. En lo referente a las técnicas de investigación se utilizó la encuesta y como instrumentos tres cuestionarios: test de dependencia al móvil, cuestionario del sueño de Oviedo y el cuestionario de percepción del Funcionamiento Familiar.

### Cómo citar este artículo:

**Instrumentos.** Para la medición de la variable independiente se utilizaron dos instrumentos validados: Test de Dependencia al Móvil (TDM) creado por Choliz & Villanueva (Choliz & Villanueva, 2011), que consta de 22 reactivos que pueden ser aplicados en adolescentes y adultos, los mismos que se evaluaron en tres dimensiones: abstinencia, ausencia de control y problemas derivados y tolerancia e interferencia con otras actividades, la confiabilidad del instrumento mediante alfa de Cronbach fue de 0,94, además se aplicó el Cuestionario del Sueño de Oviedo, validado por Bobes et al.(2000) conformado por 15 ítems, agrupados en 3 subescalas: satisfacción subjetiva del sueño, insomnio e hipersomnia, en cuanto a la fiabilidad presentó un coeficiente del alfa de Cronbach de 0,76.

Para evaluar la variable dependiente dinámica familiar se aplicó el Cuestionario de Percepción del Funcionamiento Familiar creado por Ortega et al. (1999) que consta de 14 ítems enfocado en siete categorías: adaptabilidad, roles, afectividad, permeabilidad, comunicación, armonía y cohesión, con una medición de consistencia interna para la estructura unifactorial mediante alfa de Cronbach de 0,86.

## Resultados y discusión

Una vez levantada la información a través de la aplicación de los instrumentos antes descritos se procedió a analizar los datos con una herramienta informática a través de la cual se establecieron análisis cruzados de las dimensiones de las variables de estudio con la finalidad de establecer posibles relaciones.

Dentro de los principales hallazgos se detecta que más de la mitad de los estudiantes practican el vamping, puesto que el 52% de los adolescentes indicaron haberse acostado más tarde de lo habitual o reducido las horas del sueño por usar el celular, resultados similares obtuvo Bustos (2017) en su investigación, donde se determinó que el 55% de los adolescentes emplean más de dos horas en sus dispositivos móviles especialmente en horarios nocturnos. En contraste, Illisaca y Ochoa (2020) en su estudio demostró que los estudiantes que descansaban más de ocho horas por la noche obtenían varios beneficios en su salud tanto física como mental.

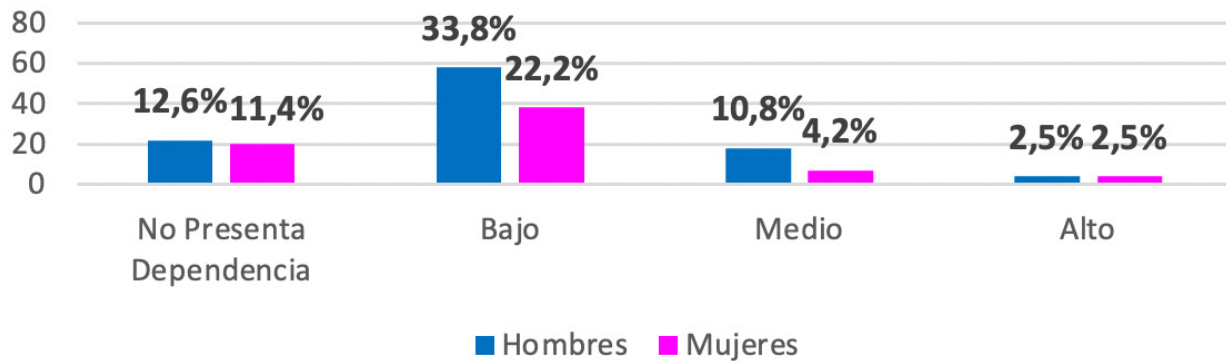
**Tabla 1.**  
Tiempo que ha tardado en dormirse

ÍTEM	FRECUENCIA	PORCENTAJE
<b>0-15 minutos</b>	92	54%
<b>16-30 minutos</b>	34	20%
<b>31-45 minutos</b>	20	12%
<b>46-60 minutos</b>	12	7%
<b>Más de 60 minutos</b>	13	7%
<b>TOTAL</b>	171	100%

Fuente: elaboración propia

Las categorías de calificación consideran tres niveles esenciales de dependencia del móvil, el bajo, el medio y el alto, sin embargo, las puntuaciones menores o iguales a 21 no representan ningún tipo de dependencia.

**Cómo citar este artículo:**

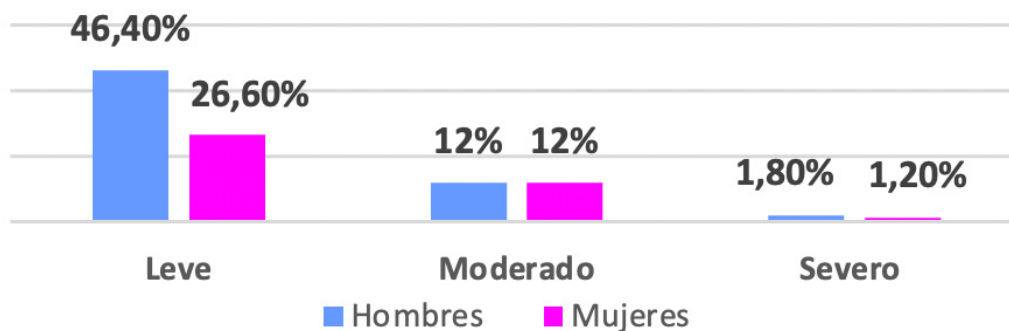


**Figura 1.** Nivel de dependencia al móvil  
**Fuente:** elaboración propia

A pesar de que están en una categoría aceptable, hay que considerar que el abuso de los dispositivos móviles es un problema social muy grave, puesto que el uso recurrente e inadecuado de los celulares, deterioran la comunicación interpersonal, es fuente de desconcentración en las aulas de clase, provoca una disminución del rendimiento académico, origina el distanciamiento familiar, conflictos en el hogar, causa somnolencia diurna, debido a que se dedica la mayor parte de la noche y madrugada utiliza estos aparatos, reduce la capacidad de atención y afecta en gran medida en la salud, presenta dolores de cabeza constantes, ansiedad, estrés y alteraciones visuales (Castellana et al., 2007). Resultados parecidos obtuvo Dávila (Dávila, 2018), en su investigación realizada a 25 adolescentes entre 15 y 17 años, donde se estableció que el 76% corresponde al grado de dependencia al móvil bajo o nulo, demostró que el empleo de celulares aun es controlable o se encuentra dentro de los parámetros normales y el 24% de quienes presentan dependencia, afectan en su estado emocional y en la ejecución de las actividades cotidianas. Por el contrario, Sallán y Mercader (Sallán y Mercader, 2018) encontró que en la mayoría de los estudiantes españoles encuestados mantenían una dependencia alta, seguido de media y solo una minúscula parte de nivel bajo refleja discrepancia en sus resultados, las causas están relacionadas al distinto contexto geográfico, y al ser un lugar más desarrollado las tecnologías tienden a ser superiores que en América Latina.

La dependencia al teléfono móvil influye en la realización de las actividades cotidianas, incitando a permanecer pegados en redes sociales y videojuegos, con la supuesta finalidad de interactuar con los demás, generando así un mayor grado de satisfacción por el largo tiempo empleado para esas actividades y descuidando notablemente otros aspectos importantes como la familia, los estudios y la imagen personal.

Considerando que el sueño es una de las necesidades del ser humano, a medida que el individuo va creciendo disminuye la duración del mismo, debido a las múltiples responsabilidades propias de la edad, está relacionado directamente con la salud y la calidad de vida de las personas, porque influye en su desempeño (Lira & Custodio, 2018), la investigación analizó el nivel de afectación de la calidad del sueño que presentan los estudiantes encuestados, se detallan tres categorías, leve desde 9 a 48 puntos, moderado de 29 a 38 y severo de 49 hasta 67.

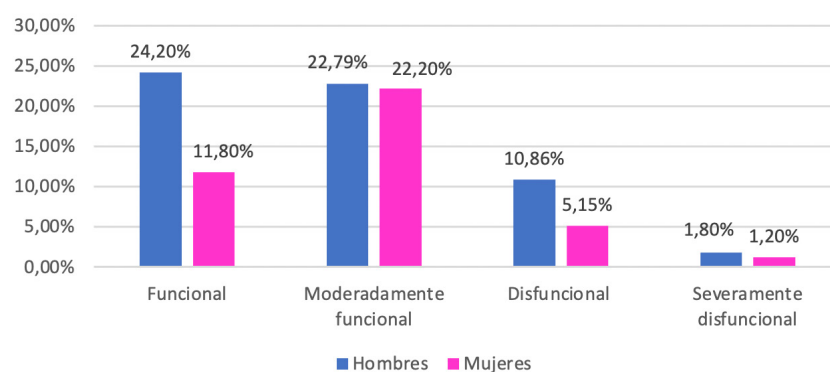


**Figura 2.** Deterioro del sueño  
**Fuente:** elaboración propia

La información demuestra que los adolescentes presentan en mayor proporción un deterioro leve del sueño, una de las principales razones es el abuso de las tecnologías, puesto que invierten su tiempo del descanso en chatear con amigos, escuchar música, ver películas o jugar, entre mujeres y hombres se aprecia una considerable diferencia, siendo estos últimos quienes más inconvenientes tienen a la hora de dormir. A pesar de que no presentan un nivel alto, es necesario tomar acciones antes de que excedan su empleo porque si un estudiante no duerme bien, su desempeño no será el óptimo y por el contrario sus relaciones sociales y familiares podrían deteriorarse. Estos resultados fueron corroborados por Bruque (2015), pues en su investigación realizada a 384 estudiantes se evidenció que en mayor proporción prevalece el nivel leve, seguido del moderado y severo, no obstante, la diferencia radica en el sexo pues en este estudio las mujeres son quienes lideran.

De los datos obtenidos cinco estudiantes tienen un deterioro severo del sueño, que puede estar asociado al poco control por parte de los padres, refleja el distanciamiento en las relaciones, por ende, una mala dinámica familiar, por consiguiente, Labrador et al. (2018) consideran que la tarea principal que tienen los padres es establecer reglas adecuadas, vigilar que los hijos las cumplan, mostrar firmeza y no ceder ante la presión.

Las situaciones familiares evaluadas en este cuestionario percepción del funcionamiento familiar evidencia como es su estado con respecto a las dimensiones anteriormente mencionadas, por lo tanto, la sumatoria de los puntajes se interpretan mediante categorías, que reflejan el tipo de funcionalidad familiar de la siguiente manera: funcional 70-57 puntos, moderadamente disfuncional 56-43, disfuncional 42-28 y severamente disfuncional de 27-14.



**Figura 3.** Tipo de funcionalidad familiar  
**Fuente:** elaboración propia



Existe una incidencia de familia moderadamente funcional, siendo un nivel equilibrado entre la familia funcional con la disfuncional, por consiguiente, Méndez, Echavarría, Pardo y Quiñonez (2014) sostienen que este tipo de familia promueve el desarrollo integral de sus miembros, fortaleciendo los vínculos emocionales y afectivos puesto que, las relaciones familiares cercanas proporcionan seguridad y buena autoestima, mismas que deben partir de una estructura familiar bien fortalecida para evitar que los adolescentes adopten conductas inapropiadas o se expongan a diversos riesgos. De acuerdo con esto, Medina (2019) en su estudio realizado a 120 estudiantes de una unidad educativa obtuvo resultados similares a la de esta investigación, predomina la familia moderadamente funcional con un 66,7%. En contraste, Cadena (2015) obtuvo datos diferentes, puesto que en su trabajo sobresalió la familia disfuncional con el 42,11% y tan sólo el 5,26% corresponde a familias funcionales, debido a que tenían complicaciones en cuanto a la adaptabilidad y asignación de roles haciendo que la dinámica familiar sea la principal afectada.

La autora Pari (2019) en su estudio titulado "Use of smartphones in family relationships of university students of the Nacional del Altiplano University of Puno" refiere que los jóvenes están encantados con los teléfonos inteligentes, mientras que los estilos de comunicación que practican en el hogar son pasivos, con el apareamiento de las Tic las familias han ido perdiendo espacios físicos para compartir, socializar y recrear. El uso del celular en cualquier parte del día, y lugar, genera cierto nivel de dependencia y pérdida de control sobre el comportamiento lo que afecta directamente sobre la comunicación pues las personas se limitan a expresar sus pensamientos, ideas, emociones y necesidades, con respecto a esto Medina (2019) afirma que dentro del núcleo familiar siempre van a existir problemas que servirán para el aprendizaje y crecimiento de la misma, de tal manera que sabrán sobrellevar y superar las crisis para el mejoramiento de la dinámica familiar, por lo tanto es evidente que existe afectación al interior de la familia especialmente en los niveles de comunicación por lo que conlleva a una alteración de la dinámica familiar.

Existen ciertas limitaciones con respecto al trabajo realizado puesto que no se han incluido aspectos como el tiempo exacto que los jóvenes dedican a los dispositivos móviles, redes sociales o aplicaciones más utilizadas, por lo tanto, se sugiere que para futuras investigaciones se tomen en cuenta dichos parámetros o se cree un cuestionario validado específicamente para el vamping y así obtener datos más precisos de la población objetivo.

La metodología establecida para la investigación plantea el análisis del vamping en base a dos criterios: La dependencia al móvil, y, la calidad del sueño. Estos se relacionan con la dinámica familiar, misma que se mide a través de la percepción del funcionamiento familiar.

Con un nivel de significancia  $\alpha = 5\%$  se plantean las siguientes reglas de decisión:

$$H_0: P_{valor} > 0,05$$
$$H_1: P_{valor} \leq 0,05$$



**Tabla 2.**  
Correlación Spearman dependencia al móvil con la calidad del sueño

Calidad del sueño		Dependencia al móvil			
		Satisfacción subjetiva del sueño	Insomnio	Hipersomnio	Fenómenos adversos durante el sueño
Abstinencia	Coefficiente de correlación	-0,215	0,425	0,371	0,305
	Sig. (bilateral)	0,005	0,000	0,000	0,000
Ausencia de control y problemas derivados	Coefficiente de correlación	-0,172	0,362	0,298	0,295
	Sig. (bilateral)	0,025	0,000	0,000	0,000
Tolerancia e interferencia con otras actividades	Coefficiente de correlación	-0,271	0,372	0,384	0,243
	Sig. (bilateral)	0,000	0,000	0,000	0,001

Fuente: elaboración propia

Las correlaciones reflejadas entre las dimensiones de la dependencia al móvil con las de la calidad del sueño, configuran el vamping existente entre los estudiantes objeto de estudio.

Para rechazar o afirmar la hipótesis de la investigación, se procede a analizar la naturaleza de las variables y se establece que la Prueba de Kruskal-Wallis es la más adecuada, su aplicación arrojó los siguientes resultados:

**Tabla 3.**  
Prueba de Kruskal - Wallis dimensiones de la dependencia al móvil

	Abstinencia	Ausencia de control y problemas derivados	Tolerancia e interferencia con otras actividades	Suma
H de Kruskal-Wallis	27,721	16,283	14,628	22,958
gl	3	3	3	3
Sig. asintótica	0,000	0,001	0,002	0,000

**Tabla 4.**  
Prueba de Kruskal - Wallis dimensiones de la calidad del sueño

	Satisfacción subjetiva del sueño	Insomnio	Hipersomnio	Fenómenos adversos durante el sueño	Ayuda para dormir
H de Kruskal-Wallis	15,838	24,200	10,891	10,442	62,133
gl	3	3	3	3	3
Sig. asintótica	0,001	0,000	0,012	0,015	0,000

Fuente: elaboración propia

La decisión final es que el vamping incide en la dinámica familiar de los adolescentes y a su vez se determina que la dependencia al móvil y la calidad del sueño son factores que están relacionados con el tipo de familia, donde, los problemas se acentúan en las familias severamente disfuncionales, y, se van reduciendo conforme mejora la funcionalidad de los hogares.

**Cómo citar este artículo:**

Quevedo, M. & Chiliquinga, L. (Julio - diciembre de 2022). Vamping y dinámica familiar en adolescentes. *Sathiri* (17),2 191-202. <https://doi.org/10.32645/13906925.1139>

## Conclusiones

- Las pruebas estadísticas realizadas evidencian una correlación positiva entre las variables de estudio, por lo tanto se determina que existe una relación significativa entre vamping y dinámica familiar.
- El vamping desde el punto estructural está sustentado por las siguientes dimensiones: abstinencia, ausencia de control y problemas derivados, tolerancia e interferencia con otras actividades, satisfacción subjetiva del sueño, insomnio e hipersomnio.
- La dinámica familiar hace referencia al ambiente de las relaciones que se mantienen al interior del círculo de convivencia, se analiza por las siguientes dimensiones: adaptabilidad, roles, afectividad, permeabilidad, comunicación, armonía y cohesión.
- Los factores que incitan a practicar el vamping en adolescentes son: permanecer activos en chats, fuente de diversión, conocer amigos e interactuar con su círculo más cercano, con fines de entretenimiento o para realizar llamadas telefónicas, además de una comunicación deteriorada y el poco control de los padres.
- Mediante la aplicación del cuestionario Percepción del Funcionamiento Familiar en función del análisis de las dimensiones adaptabilidad, roles, afectividad, permeabilidad, comunicación, armonía y cohesión, se determina que el 45% de las familias de los estudiantes es moderadamente funcional, seguido del 36% que corresponde a funcional y en puntajes inferiores de 16% y 3%, son de tipo disfuncional y severamente disfuncional respectivamente.
- La aplicación del cuestionario del sueño de Oviedo permite determinar que el grupo de estudio presenta un nivel leve de insomnio, hipersomnio y satisfacción subjetiva del sueño, no obstante, los adolescentes refieren que existe disminución en su rendimiento académico por este motivo.
- Los adolescentes investigados presentan un nivel bajo de dependencia al móvil, sin embargo, más de la mitad practican de forma activa el vamping y se determina que se acuestan más tarde de lo habitual reduciendo considerablemente las horas de sueño por el uso excesivo del celular.

## Referencias

- Agudelo, M. E. A. (2005). Descripción de la dinámica interna de las familias monoparentales, simultáneas, extendidas y compuestas del municipio de Medellín, vinculadas al proyecto de prevención temprana de la agresión. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 3(1 (Enero-Junio)), 6.
- Apumayta, D., & Chanca, Y. (2018). *Uso del celular y la dinámica familiar de hijo(a) adolescente a padres, en la institución educativa secundaria no estatal mixto cooperativo huancavelica 2018*. <https://1library.co/document/zkw3jw4z-dinamica-familiar-adolescente-institucion-educativa-secundaria-cooperativo-huancavelica.html>

### Cómo citar este artículo:

- Bobes, J., García-Portilla González, M. P., Saiz Martínez, P. A., Bascarán Fernández, M. T., Iglesias Álvarez, C., & Fernández Domínguez, J. M. (2000). Propiedades psicométricas del cuestionario Oviedo de sueño. *Psicothema*, 12(1). <https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/27552>
- Bruque, A. (2015). *Prevalencia de trastornos del sueño en carreras afines a la salud en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador abril 2015*, Quito Ecuador. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/xmlui/handle/22000/10089>
- Bustos, C. (2017). *Análisis de los efectos producidos por el vamping en los adolescentes de 14 a 16 años de edad en la unidad educativa fiscal provincia del Cañar del cantón Eloy Alfaro Durán de la provincia del Guayas*. <https://1library.co/document/y4wx3e5q-analisis-efectos-producidos-adolescentes-educativa-provincia-canton-provincia.html>
- Cadena, J. A. (2015). *Influencia de los factores de riesgo familiares en la gravedad del consumo de drogas en los adolescentes de la Comunidad Terapéutica "Luis Amigó"*. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/7040>
- Castellana, M., Sánchez, X., Graner, C., & Beranuv, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28(3), 196-204.
- Choliz, M., & Villanueva, V. (2011). *Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. Originales*. [https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2\\_3.pdf](https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2_3.pdf)
- Dávila, G. (2018). *Grado de dependencia hacia el teléfono móvil en adolescentes del colegio Intellego, Santiago Sacatepéquez* [Universidad Rafael Landívar]. <http://biblio3.url.edu.gt/publijrcifuentes/TESIS/2018/05/42/Davila-Gabriela.pdf>
- Díaz-Vicario, A., Mercader Juan, C., Gairín Sallán, J., Díaz-Vicario, A., Mercader Juan, C., & Gairín Sallán, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista electrónica de investigación educativa*, 21. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>
- García, B., & de Oliveira, O. (2005). Mujeres jefas de hogar y su dinámica familiar. *Papeles de población*, 11(43), 29-51.
- Illisaca, J. S., & Ochoa, A. (2020). *Calidad de sueño y su relación con el uso de dispositivos celulares*. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/10220>
- Labrador, F. L., Requenses, A., & Helguera, M. (2018). *Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos*. 72.
- Lira, D., & Custodio, N. (2018). Los trastornos del sueño y su compleja relación con las funciones cognitivas. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 81(1), 20-28. <https://doi.org/10.20453/rnp.v81i1.3270>
- Medina, G. K. (2019). *Funcionalidad familiar y satisfacción familia en adolescentes de tercer año de bachilleratos de la Unidad Educativa Santa Rosa*. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2920>
- Molina, M. G. P., Quintero, M. E. S., Navarrete, E. S. G., & Zúniga, F. S. (2020). Repercusiones cognitivo-conductuales del vamping en adolescentes del Instituto Reino de Suecia de Estelí. *Revista Científica de FAREM-Estelí: Medio ambiente, tecnología y desarrollo humano*, 34, 91-106.

- Ortega, T., Cuesta, D., & Díaz, C. (1999). *Propuesta de un instrumento para la aplicación del proceso*. 5.
- Pari, Y. (2019). Use of smartphones in family relationships of university students of the Nacional del Altiplano University of Puno. *COMUNI@CCIÓN: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 10(2), 151-159.
- Pharma Market. (2022). ¿Qué es el vamping y cómo está afectando a los hábitos de sueño de los adolescentes? *Revista Pharma Market*. <https://www.phmk.es/farmacia/que-es-el-vamping-y-como-esta-afectando-a-los-habitos-de-sueno-de-los-adolescentes>
- Plasencia, M., Eguiluz, L., & Osorio, M. (2016). *Relación entre la dinámica familiar y las fortalezas humanas* | Elsevier Enhanced Reader. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2016.11.001>
- Ribas, M.J. (2020, mayo 20). Qué es el vamping y por qué es importante ponerle freno urgentemente. *La Razón*. <https://www.larazon.es/tecnologia/20200520/bcwf6fumsrckdrkilihbjym3gmm.html>
- Sahin, S., Ozdemir, K., Unsal, A., & Temiz, N. (2013). Evaluation of mobile phone addiction level and sleep quality in university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 29(4), 913-918.
- Sallán, J. G., & Mercader, C. (2018). Usos y abusos de las TIC en los adolescentes. *Revista de Investigación Educativa*, 36(1), 125-140. <https://doi.org/10.6018/rie.36.1.284001>