

# Adaptación al castellano del Bergen Social Media Addiction Scale en Adolescentes



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA



Grupo de investigación CTS-1048  
**“Recursos Personales Positivos, bienestar y salud  
en contextos aplicados”**

Copyright© 2024

Facultad de Psicología y Logopedia  
Universidad de Málaga

Dra. Christiane Arrivillaga Almoguera  
Dr. Mark D. Griffiths  
Dra. Lourdes Rey Peña  
Dr. Natalio Extremera Pacheco

Universidad de Málaga  
Facultad de Psicología y Logopedia  
Ampliación de Teatinos C / Doctor Ortiz Ramos nº 12  
(29010) MÁLAGA  
Tel. +34 952-13- 2390

E-mail: [carrivillagad@uma.es](mailto:carrivillagad@uma.es) // [lrey@uma.es](mailto:lrey@uma.es) // [nextremera@uma.es](mailto:nextremera@uma.es)

## Versión al castellano del Bergen Social Media Addiction Scale en adolescentes

### Instrucciones:

A continuación, encontrarás algunas afirmaciones sobre tu uso de las redes sociales. Utiliza la siguiente escala para contestarlas.

1	2	3	4	5
Casi nunca	Algunas veces	La mitad de las veces	La mayoría de las veces	Casi siempre

### Durante el último año ¿con qué frecuencia has...

1. ... pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso?	1	2	3	4	5
2. ... tenido un deseo cada vez mayor de usar más y más las redes sociales?	1	2	3	4	5
3. ... usado las redes sociales para olvidar tus problemas personales?	1	2	3	4	5
4. .... intentado reducir el uso de redes sociales, pero no has podido?	1	2	3	4	5
5. ... te has sentido nervioso o molesto cuando te han prohibido usar las redes sociales?	1	2	3	4	5
6. ... usado tanto las redes sociales que ello ha tenido un impacto negativo en tus estudios?	1	2	3	4	5

**Uso problemático de las redes sociales total** = 1+2+3+4+5+6 \_\_\_\_\_

### Referencia versión inglesa:

Andreassen, C., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors, 30*(2), 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>

### Referencia versión española para adolescentes:

Arrivillaga, C., Griffiths, M. D., Rey, L., & Extremera, N. (2024). Validation of the Spanish version of the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) among Spanish adolescents. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06728-5>

### Descripción de la escala:

Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS; Andreassen et al., 2016). El instrumento BSMAS está compuesto por 6 ítems con una escala tipo Likert de 5 puntos y evalúa las experiencias que cada persona tiene con las redes sociales durante el último año (p. ej., “Durante el último año ¿con qué frecuencia has pasado mucho tiempo pensando en redes sociales o planeando su uso?”). Su consistencia interna informada fue de .88 ( $\alpha$  de Cronbach) (Andreassen et al., 2016). La versión al castellano para adolescentes mostró una consistencia interna de .75 ( $\alpha$  de Cronbach) y .75 ( $\omega$  de McDonald).

Algunos estudios publicados en JCR donde se ha empleado la versión castellana para adolescentes del BSMAS:

- Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2022). A mediated path from emotional intelligence to problematic social media use in adolescents: The serial mediation of perceived stress and depressive symptoms. *Addictive Behaviors*, *124*, 107095. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107095>
- Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2022). Uso problemático de redes sociales e inteligencia emocional en adolescentes: análisis de las diferencias por género. *European Journal of Education and Psychology*, *15*(1), 1-16. <https://doi.org/10.32457/ejep.v15i1.1748>