



Diputación de Palencia



Universidad de Valladolid

Escuela de Enfermería de Palencia “Dr. Dacio Crespo”

GRADO EN ENFERMERÍA
Curso académico (2019/2020)

Trabajo Fin de Grado

La repercusión del abuso de las nuevas tecnologías en la salud mental del adolescente

(Revisión sistemática)

Estudiante: Mirari Oseguera Zaballa

Tutor/a: D^a Fermina Alonso Del Teso

Mayo, 2020

ÍNDICE

Glosario.....	2
Resumen.....	3
Abstract.....	4
1. Introducción.....	5
1.1. Definición de las nuevas tecnologías y diferencia entre uso y abuso.....	5
1.2. Señales de alarma.....	8
1.3. Datos estadísticos sobre el uso de las NNTT en adolescentes en España.....	10
1.4. Estrategias de prevención.....	11
1.5. Escalas de valoración del uso de Internet.....	11
1.6. Tratamiento.....	12
1.7. Justificación.....	14
2. Objetivos.....	15
3. Material y métodos.....	16
4. Resultados.....	18
4.1. Accesibilidad y hábitos de uso de las nuevas tecnologías en adolescentes.....	19
4.2. Factores que influyen en el abuso a las nuevas tecnologías.....	20
4.3. Efectos en la salud mental por el uso problemático de las nuevas tecnologías (UPNT).....	22
4.4. Perfil psicológico.....	24
4.5. Prevención y tratamiento del abuso a las nuevas tecnologías.....	25
5. Discusión.....	27
6. Conclusiones.....	29
7. Bibliografía.....	30
8. Anexos.....	39
Anexo 1: EUPI-a (Escala de Uso Problemático de Internet).....	39
Anexo 2: IAT (Test de Adicción a Internet).....	41
Anexo3: Tabla resumen de los estudios analizados.....	46

GLOSARIO

DSM-5: Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales

ESO: Educación Secundaria Obligatoria

EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet

FoMO: Miedo a estar desconectado

IAT: Internet Addiction Test

IGD: Trastorno por Juego en Internet

INE: Instituto Nacional de Estadística

NNTT: Nuevas tecnologías

RSI: Riesgo de adicción a internet y redes sociales

SCL-90-R: Inventario de Síntomas Revisado

SMS: Servicio de Mensajes cortos

TDAH: Trastorno por déficit de atención e hiperactividad

TIC: Tecnología de la Información y Comunicación

UPI: Uso problemático de internet

UPNT: Uso problemático de las nuevas tecnologías

UPV: Uso problemático de videojuegos

RESUMEN

Introducción: Las nuevas tecnologías se han implantado tan rápido en nuestra sociedad que han revolucionado muchos aspectos de nuestras vidas. Ofrecen herramientas con capacidad para que los adolescentes establezcan unas relaciones interpersonales no presenciales, de fácil acceso y sin límite de tiempo. Con riesgo de exposición a situaciones de riesgo y susceptibles de sufrir una pérdida de autocontrol.

Objetivo: Revisar el estado actual del conocimiento científico sobre los hábitos de uso de las nuevas tecnologías por parte de los adolescentes.

Material y métodos: Se ha realizado una revisión bibliográfica basándose en la pregunta PICO. Para ello, se ha empleado el lenguaje MeSH y DeCS, combinados con el operador booleano “AND” y “OR” en distintas bases de datos. Se han aplicado criterios de inclusión y exclusión, y tras realizar una lectura crítica basada en las plantillas CASPe y STROBE, se han obtenido 18 artículos.

Resultados: El acceso a las Tecnologías de Información y Comunicación es homogéneamente masivo, siendo más frecuente en chicas el uso del ordenador y el teléfono móvil y los videojuegos en chicos. Los adolescentes con uso patológico de Internet presentaban una relación estadísticamente significativa con el consumo de alcohol y drogas. La ansiedad y el bajo estado de ánimo se han relacionado con el uso problemático de los videojuegos. La inestabilidad emocional, impulsividad y menor autoconcepto familiar, académico y emocional han determinado el perfil psicológico y social de los adolescentes adictos a Internet y redes sociales.

Conclusiones: Cabe destacar como factores asociados a la ciberadicción el consumo de alcohol y drogas, la baja autoestima, la impulsividad y la ansiedad. La labor de las familias, el profesorado y el personal sanitario es fundamental para prevenir y detectar de forma precoz la adicción a las nuevas tecnologías.

Palabras clave: Nuevas tecnologías, Internet, videojuegos, adolescentes, adicción, enfermería

ABSTRACT

Introduction: New technologies have been implemented so quickly in our society that they have revolutionized many aspects of our lives. They offer tools that can accommodate teens to establish non-face-to-face interpersonal relationships, easy to access and no time limit. With the risk of exposure to risky situations and susceptible to a loss of self-control.

Objective: Review the current state of scientific knowledge about the habits of using new technologies by adolescents.

Material and methods: A bibliographic review has been conducted based on the question PICO. For that, the MeSH and DeCS language has been used, combined with the Boolean operator “AND” and “OR” in different databases. Inclusion and exclusion criteria haven been applied, and after a critical reading based on CASPe and STROBE templates, 18 articles have been obtained.

Results: The access to Information and Communication Technologies is homogeneously massive, being more common in girls the use of the computer and mobile phone and video games in boys. Adolescents with pathological use of the Internet had a statistically significant relationship with alcohol and drug use. Anxiety and low mood have been linked to problematic use of video games. Emotional instability, impulsivity and less family self-concept, academic and emotional have determined the psychological and social profile of teens addicted to the Internet and social media.

Conclusion: It is worth to note as factors associated with cyber addiction alcohol and drug use, low self-esteem, impulsivity and anxiety. The work of families, teachers and health workers is fundamental to early prevention and detection of addiction to new technologies.

Key words: New technologies, Internet, video games, adolescent, addiction, nursing

1. INTRODUCCIÓN

Las nuevas tecnologías de la información y comunicación (NN.TT.) se han implantado tan rápido en nuestra sociedad que han revolucionado muchos aspectos de nuestras vidas. Los adultos tienen más dificultad para adaptarse a ellos en comparación con los jóvenes que conviven desde que nacen sacándoles el mayor partido, hasta el punto de convertirlas en su seña de identidad.¹

Estudios realizados por Espinar y López (2009)² afirman que cada vez son más tempranas las edades en las que los menores se convierten en usuarios habituales de las NN.TT. Aunque han contribuido a mejorar la calidad de vida de las personas, también aportan numerosos problemas y riesgos dependiendo del empleo que hacemos hoy en día.

Un uso inadecuado de éstas expone a los menores a muchos riesgos. Por tanto, los padres y las madres deben aprender a utilizarlas adecuadamente y crear unos buenos hábitos de uso en sus hijos/as.¹

Cada día son más las personas que parecen necesitar estos instrumentos y en relación con la población infantil se ha generado una gran alarma social al constatar que muchos menores han disminuido otras actividades muy positivas para dedicar más tiempo a las NN.TT.³

1.1. Definición de las nuevas tecnologías y diferencia entre uso y abuso

Las NN.TT. han provocado un cambio muy importante en la vida de las personas y en forma de funcionar de la sociedad, ya que su utilización afecta a ámbitos muy variados.¹

Existen varias definiciones acerca de las NN.TT. Castell (1986)⁴ señala que “comprenden una serie de aplicaciones de descubrimiento científico cuyo núcleo central consisten en una capacidad cada vez mayor de tratamiento de la información”. El Ministerio de Cultura (1986)⁵, las define como “nuevos soportes y

canales para dar forma, registrar, almacenar y difundir contenidos informacionales”. Por su parte, Addel (1997)⁶, las concreta como “un conjunto de acciones, productos y procesos de hardware y software que están relacionados con el almacenamiento, procesamiento y transmisión de datos digitalmente”. Según la Fundación CADAH⁷, las Nuevas Tecnologías (NNTT) son “una variada gama de instrumentos, herramientas, canales y soportes dedicados exclusivamente al uso, manejo, presentación, comunicación, almacenamiento y recuperación de información, tanto analógicas como digital”.

El estudio realizado por la Fundación para una Infancia y adolescencia saludables (CONF.I.A.S.) en 2011⁸ determinó que las tecnologías más utilizadas por los niños y adolescentes que pueden provocar mayor riesgo de adicción son las siguientes:

- Internet
- Juegos de videoconsola y ordenador
- Teléfono móvil
- Televisión

La Asociación Española de Psicología Clínica Cognitivo Conductual (AEPCCC) diferencia tres conductas⁹:

- **Uso:** Conducta que no se realiza de forma continuada. La persona es capaz de interrumpir la acción en cualquier momento que se le solicite o que lo desee para dedicarse a otra actividad, sin producir ningún problema o disgusto.
- **Abuso:** Conducta desadaptativa. La persona dedica todo el tiempo posible a una actividad y puede ocurrir que abandone otras que antes le gustaban para dedicarse exclusivamente.
- **Dependencia:** Conducta reiterativa. La persona ha ido adaptando sus necesidades a la conducta compulsiva y suple su necesidad de emoción, compañía, reto, distracción, etc. Busca una cosa o situación hasta conseguirla sin importar nada más.

En la investigación sobre los usos y abusos de estas nuevas tecnologías, calificadas como adicciones sociales, todavía no hay consenso en la comunidad científica sobre los criterios diagnósticos^{10, 11}, dado que se encuentran en un limbo científico por las dificultades que entraña discriminar adecuadamente entre comportamientos, en principio normales, y patologías que podríamos considerar adictivos. En el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales DSM-5¹², se ha establecido una nueva categoría denominada “trastornos adictivos y relacionados a sustancias” dentro de la cual se encuentra la subcategoría “trastornos no relacionados a sustancias”, en la que se incluye el trastorno adictivo al juego, pero no se establece que exista ninguna adicción no química más.

La Estrategia Nacional de Adicciones 2017-2024¹³ incluye por primera vez las adicciones sin sustancia o comportamentales, haciendo especial énfasis en los juegos de apuesta (presenciales y online), así como en los videojuegos y otras adicciones a través de las nuevas tecnologías.

En 2018 la Organización Mundial de la Salud no incluyó la adicción a Internet dentro del Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11)¹⁴ aunque sí que aceptó como diagnóstico la adicción a videojuegos que “se caracteriza por una adicción persistente o repetida a los juegos online u offline”.

La adicción a videojuegos se evidencia por tres conductas características: primera la pérdida de control de la frecuencia y duración de su uso, segunda el aumento de la prioridad de los videojuegos con respecto a otras actividades o necesidades vitales y tercera, el mantenimiento de dicha conducta a pesar de que produzca consecuencias negativas en la persona.¹⁴

En la literatura especializada, Young (1996)¹⁵ conceptualizó la adicción a Internet como un deterioro centrado en el control de su uso que tiene manifestaciones sintomáticas a nivel cognitivo, conductual y fisiológico, y en el que se llega a hacer un uso excesivo de Internet que acarrea como consecuencias la distorsión de los objetivos personales, familiares y profesionales.¹⁶

De acuerdo con Echeburúa y de Corral (2010)¹⁶, hay hábitos comportamentales aparentemente inofensivos que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir en la vida cotidiana de las personas afectadas y que son concomitantes con la pérdida de control y la dependencia.

Sin embargo, autores como Pérez del Río (2014)¹⁷ estiman que el potencial adictivo de las nuevas tecnologías es meramente especulativo, ya que no existe una base empírica lo suficientemente fundamentada, y alude al declive de la adicción a Internet y a la tendencia dominante desde 2010 a encuadrar semejante problemática como un abuso o uso inadecuado y no como adicción.

En este sentido, se abunda en la conveniencia de desarrollar criterios diagnósticos específicos para el abuso de Internet y otras nuevas tecnologías y avanzar en los perfiles diferenciales entre los sujetos con usos problemáticos o desadaptativos y aquellos que no los presentan.^{16, 18, 19}

1.2. Señales de alarma

Las principales señales de alarma que denotan una dependencia a las TIC o a las redes sociales y que pueden ser un reflejo de la conversión de una afición en una adicción son las siguientes (Young, 1998)²⁰:

- Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
- Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
- Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta
- Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
- Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego.

- Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
- Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

De este modo, conectarse al ordenador nada más llegar a casa, meterse en Internet nada más levantarse y ser lo último que se hace antes de acostarse, así como reducir el tiempo de las tareas cotidianas, tales como comer, dormir, estudiar o charlar con la familia, configuran el perfil de un adicto a Internet.¹⁶

En definitiva, la dependencia a Internet o a las redes sociales está ya instalada cuando hay un uso excesivo asociado a una pérdida de control, aparecen síntomas de abstinencia (ansiedad, depresión, irritabilidad) ante la imposibilidad temporal de acceder a la Red, se establece la tolerancia (necesidad creciente de aumentar el tiempo de conexión a Internet para sentirse satisfecho) y se producen repercusiones negativas en la vida cotidiana. El sujeto muestra un ansia por las redes sociales y se produce un flujo de transrealidad que recuerda la experiencia de las drogas (Greenfield, 2009; Griffiths, 2000).^{21, 22}

La adolescencia se considera un factor de riesgo porque los adolescentes representan un grupo que se conecta con más frecuencia a Internet y la telefonía móvil, en parte porque están familiarizados y tienden a buscar nuevas sensaciones, siendo más receptivos a un nuevo espectro relacional (Batalla, Muñoz y Ortega, 2012; Sánchez-Carbonell et al., 2008)^{23, 24}. En la literatura sobre el tema proliferan diversas etiquetas, tales como *iuventus digitalis* e *iuventus ludens* (Moral y Ovejero, 2005)²⁵ o *generación digital* (Bringué y Sádaba, 2008)²⁶ y se analizan las conexiones entre la cultura juvenil digital y las tecnologías de la comunicación. A consecuencia de la imprecisa frontera diagnóstica entre lo normal y lo patológico se ha generado gran alarma social acerca de las adicciones a las NN.TT. entre el colectivo infantojuvenil (Becoña, 2009; Beranuy y Carbonell, 2010; Echeburúa y de Corral, 2010; Echeburúa et al., 2009).^{10, 16, 27, 28}

1.3. Datos estadísticos sobre el uso de las NNTT en adolescentes en España

La última encuesta realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INE) ²⁹ en los últimos tres meses del año 2019 revela que el 89,7% de los menores entre 10 y 15 años usa el ordenador y un 92,9% usa Internet. El 66% de la población de 10 a 15 años dispone de teléfono móvil (**Tabla 1**). Por sexo, las niñas usan en mayor medida las NN.TT. Y a mayor edad, mayor uso de TIC (a partir de los 13 años).

Tabla 1 Menores usuarios de TIC en los últimos tres meses. Año 2019 (INE)

Porcentajes de población de 10 a 15 años

	Usuarios de ordenador	Usuarios de internet	Disposición de móvil
TOTAL	89,7	92,9	66,0
Por sexo			
Hombres	87,9	92,7	65,0
Mujeres	91,7	93,1	67,1
Por edad			
10 años	79,1	86,7	22,3
11 años	87,3	92,2	38,1
12 años	91,2	92,4	63,9
13 años	93,9	93,0	84,0
14 años	93,7	95,2	92,5
15 años	93,6	98,0	93,8

Un estudio reciente realizado por la Cátedra para el Desarrollo Social de la Universidad Camilo José Cela, en estudiantes de cuarto curso de la ESO (15-16 años) en la ciudad de Madrid ha explorado el uso y el abuso de las NN.TT. y su relación con indicadores de salud mental, encontrando una alta prevalencia de problemas relacionados con el uso inadecuado de estas.³⁰ De todos ellos destacamos:

- Teléfono móvil. Más de la mitad de los adolescentes hacen un uso inadecuado del teléfono móvil: 28,4% muestra un uso de riesgo, el 21% hace un uso abusivo y el 8% presenta dependencia de su Smartphone.
- WhatsApp. El 43,5% de los adolescentes presenta una conducta problemática en su uso: el 21% muestra un uso de riesgo, el 14,5% de abuso y el 8% de dependencia.
- Redes sociales. Cerca del 40% presentaban un uso problemático: el 19% presentó un uso de riesgo, el 13% abuso y el 7% dependencia.

1.4. Estrategias de prevención

Los profesionales sanitarios incluyendo personal de enfermería, médicos y psicólogos, así como profesionales del sistema educativo deben participar activamente bajo un enfoque multidisciplinar, desde la prevención primaria hasta el tratamiento de estos trastornos.¹⁶

Además de los profesionales sanitarios, es fundamental involucrar a los padres y madres de los adolescentes, ya que son ellos quienes van a llevar un control más cercano de sus hijos. La concienciación de los adolescentes también es un principio de acción, ya que entre compañeros pueden ayudarse y disminuir los riesgos de adicción, redirigiéndose hacia un uso sano de los diferentes dispositivos y de internet.³¹

Los padres y educadores deben ayudar a los adolescentes a desarrollar la habilidad de la comunicación cara a cara, lo que, entre otras cosas, supone (Ramón-Cortés, 2010):³²

- Limitar el uso de aparatos y pactar las horas de uso del ordenador.
- Fomentar la relación con otras personas.
- Potenciar aficiones tales como la lectura, el cine y otras actividades culturales.
- Estimular el deporte y las actividades en equipo.
- Desarrollar actividades grupales, como las vinculadas al voluntariado.
- Estimular la comunicación y el diálogo en la propia familia.

1.5. Escalas de valoración del uso de Internet

Es importante que durante las consultas de revisión del programa de niño sano en los Centros de Salud, Enfermería realice la valoración de los factores de riesgo y detección de señales de alarma, para ello aparte de ser imprescindible el disponer de los conocimientos y la formación suficiente acerca de los riesgos del uso y abuso de las NNTT e Internet, es necesario el uso de métodos de medida que resulten objetivos y fiables, como son las escalas.³¹

Existen múltiples escalas creadas por diversos investigadores, pero que otorgan resultados muy dispares. Es necesario utilizar encuestas correctamente realizadas, con alta sensibilidad y especificidad.^{33, 34, 35}

Son numerosas las escalas que valoran la adicción a Internet pero las más generalizadas son la Escalas de Uso Problemático de Internet (EUPI-a) (Anexo 1) y la Internet addiction test (IAT) (Anexo 2).^{34, 35}

El uso de las escalas como herramienta de valoración en las consultas es necesario y resulta muy útil para poder evaluar a los pacientes de manera objetiva. Además, los resultados obtenidos a través de este medio pueden ser utilizados por todos los profesionales que conozcan dichas encuestas.^{16, 33, 35}

1.6. Tratamiento

Ni todas las adicciones sin drogas son similares ni tampoco lo son las personas que están enganchadas a ellas. Una característica presente en los trastornos adictivos es la negación de la dependencia. La conducta adictiva se mantiene porque el beneficio obtenido es mayor que el coste sufrido. El sujeto sólo va a estar realmente motivado para el tratamiento cuando llegue a percatarse, en primer lugar, de que tienen un problema real; en segundo lugar, de que los inconvenientes de seguir como hasta ahora son mayores que las ventajas de dar un cambio a su vida; y, en tercer lugar, de que por sí solo no puede lograr ese cambio. El terapeuta debe ayudar al sujeto a lograr esa atribución correcta de la situación actual y a descubrirle las soluciones a su alcance (Echeburúa, 2001; Miller y Rollnick, 1999).^{36, 37}

El objetivo terapéutico en la adicción a Internet o las redes sociales debe centrarse en el reaprendizaje del control de la conducta.¹⁶

Las vías de intervención por lo que se refiere al tratamiento son muy similares en todos los casos. A corto plazo, el tratamiento inicial de choque se centra, en una primera fase, en el aprendizaje de respuestas de afrontamiento adecuadas ante las situaciones de riesgo (control de estímulos); y en una segunda fase, en la exposición

programada a las situaciones de riesgo (exposición a los estímulos y situaciones relacionados con la conducta adictiva).¹⁶

Una vez reasumido el control de la conducta, se requiere actuar sobre la prevención de recaídas, lo que implica identificar situaciones de riesgo, aprender respuestas adecuadas para su afrontamiento y modificar las distorsiones cognitivas sobre la capacidad de control de la persona.¹⁶

1.7. Justificación

Las nuevas tecnologías ofrecen herramientas con capacidad para que los adolescentes establezcan unas relaciones interpersonales no presenciales, que son de fácil acceso y pueden ser utilizadas sin límite de tiempo.

Debido a la generalización de las TICs en la sociedad y su capacidad de suministrar Internet en un estado de conexión permanente, aumenta enormemente el riesgo de exposición a situaciones de riesgo por parte de los adolescentes.

Dada la gravedad de las consecuencias de la adicción a las NN.TT. resulta necesaria la exploración de este campo de actuación, tanto en la prevención, en el tratamiento como dentro del ámbito de la enfermería. Ya que son el grupo más susceptible de sufrir una pérdida de autocontrol.

2. OBJETIVOS

Objetivo general:

- Revisar el estado actual del conocimiento científico sobre los hábitos de uso de las nuevas tecnologías por parte de los adolescentes.

Objetivos específicos:

- Identificar los factores que influyen en el abuso de las nuevas tecnologías.
- Comprobar si el abuso de las nuevas tecnologías conduce a trastornos mentales en adolescentes y determinar su perfil de personalidad.
- Explorar programas de prevención y tratamiento para paliar y evitar el uso excesivo de las TIC.

3. MATERIALES Y MÉTODOS

Para poder desarrollar este trabajo se llevó a cabo una revisión bibliográfica de la literatura científica actual. La búsqueda en diferentes bases de datos ha sido realizada entre febrero y abril de 2020.

Para hallar la evidencia científica deseable, la estrategia seguida dio comienzo con el planteamiento de la pregunta de investigación, en base al modelo PICO, para centrar de este modo el objeto de estudio:

¿El abuso de las nuevas tecnologías provoca trastornos psicológicos/mentales en el adolescente?

Patients: Adolescente

Intervention: Abuso de las NNTT

Comparison: No abuso

Outcome: Provoca trastornos psicológicos/mentales

Los términos empleados para realizar la búsqueda de información fueron palabras naturales y términos del lenguaje controlado, conseguidas por medio del uso de tesauros Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y de los Medical Subject Heading (MeSH).

TABLA 2: Términos utilizados en la búsqueda. Elaboración propia.

Lenguaje natural	DeCS	MeSH
Nuevas tecnologías	Tecnología de la información	Information Technology
Adolescente	Adolescente	Adolescent
Adicción	Conducta adictiva	Behavior, Addictive
Trastornos mentales	Trastornos mentales	Mental disorders

Los operadores booleanos utilizados para elaborar la estrategia de búsqueda han sido “AND” que permite recoger todos los documentos que contengan los dos términos y “OR” que permite recoger todos los documentos que contengan uno de los dos términos o ambos a la vez.

Se ha procedido a la búsqueda de información de calidad y con evidencia científica en las siguientes bases de datos: PubMed, SCIELO, IBECS y Google Scholar. También se incluyen citas seleccionadas de las referencias de artículos revisados.

Los criterios de inclusión y exclusión utilizados para limitar la búsqueda en consonancia con el objetivo del trabajo, son:

Criterios de inclusión:

- Población adolescente.
- Temporalidad: 10 años.
- Idiomas: español/inglés.
- Utilización de artículos tipo: revisiones, revisiones sistemáticas y estudios observacionales.

Criterios de exclusión:

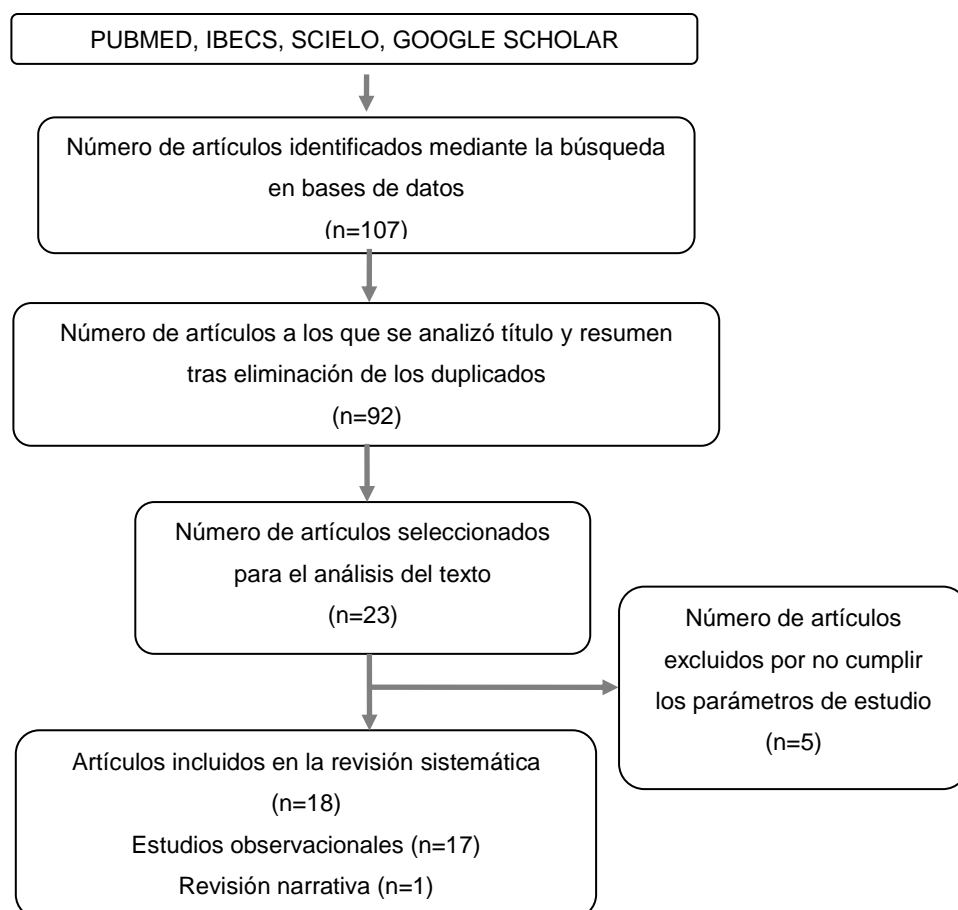
- Artículos con acceso restringido, no disponibles de forma libre al texto completo.
- Artículos que excluyen los trastornos mentales provocados por el abuso de las nuevas tecnologías.

Tras la aplicación de los límites de búsqueda, se seleccionaron los artículos por medio de la lectura del título y resumen y se eligieron aquellos que podrían aportar información a los objetivos del trabajo. Por consiguiente, estos artículos elegidos fueron sometidos a una lectura completa. Desechándose aquellos que estaban duplicados o que no aportaban datos relevantes o nuevos. Con dichos artículos preseleccionados se llevo a cabo una lectura crítica y objetiva a través de la parrilla CASPe³⁸ y STROBE³⁹ con el fin de seleccionar aquellos artículos que tuviesen calidad científica.

4. RESULTADOS

Se encontraron 107 artículos en diferentes bases de datos, de los cuales, 92 fueron seleccionados para analizar su título y resumen. 15 artículos estaban repetidos en las bases de datos consultadas. Tras examinar los títulos y resúmenes de dichos artículos 23 de ellos fueron seleccionados para un análisis completo de su texto. Se excluyeron 5 artículos por no cumplir los criterios de inclusión. Finalmente, los artículos seleccionados de forma definitiva fueron 18. A continuación se muestra el diagrama de flujo seguido en la selección de artículos para la realización de la revisión sistemática.

Diagrama de flujo. Elaboración propia



Se ha realizado una tabla resumen de todos los estudios seleccionados de forma cronológica (Anexo 3).

4.1. Accesibilidad y hábitos de uso de las nuevas tecnologías en adolescentes.

Muñoz-Miralles, R. et al. (2014)⁴² verifica que el acceso a las TIC es homogéneamente masivo. Las chicas lo utilizan para relaciones sociales y los chicos para jugar. El 64,4% juegan a videojuegos, el 36,5% durante 3 o más horas a la semana, y el 66,6% sin control paterno. El 20,3% refiere bajo rendimiento escolar: mayor en los chicos (24,0% frente al 16,3%) y en los extranjeros (30,8% frente al 17,3%). Los chicos con mayor control paterno del uso de los videojuegos u ordenador tienen mejor rendimiento escolar.

Respecto al tipo de centro, público o concertado, se encuentran diferencias relevantes en la procedencia de los alumnos (19,9% extranjeros frente al 5,1%), el bajo rendimiento escolar (23,0% frente al 13,7%) y el consumo de tóxicos (tabaco: 6,8% y 3,4%; intoxicación etílica: 23,3% y 17,1%; cannabis: 15,7% y 10,2%). En los centros públicos los alumnos usan más horas el ordenador y en los concertados hay mayor uso escolar de Internet y de SMS.⁴²

Rial et al. 2014⁴¹ revelan que solo en el 46% de los casos existe un control parental al respecto. Estaríamos hablando de un 52,8% de escolares a los que sus padres no controlan, ni ponen límite alguno a la hora de usar Internet.

Un estudio realizado a la población Canaria⁵⁵ nos dice que un 61% de la muestra analizada se conecta a diario a Internet, siendo las chicas más frecuentes que los chicos (65,61% vs. 56,77%). En cuanto al tiempo de uso la mayoría se conecta entre 1 y 3 horas diarias, para jugar con conocidos o amigos (86,29%), hacer trabajos escolares (78,87%), poder comunicarse con personas conocidas (63,63%) y buscar información sobre intereses personales (60,59%). Las redes sociales más utilizadas diariamente son WhatsApp (69,09%) e Instagram (42,24%).

Un 98% de la población juvenil dispone de móvil con conexión a Internet, con un grado de enganche de 6 sobre 10 en el 25,09% y de 10 sobre 10 en el 8,61% de la muestra.⁵⁵

El uso del ordenador fue la cuarta en el ranking de las actividades de ocio de los adolescentes. El 82,5% se conectaba a Internet casi todos los días. Los de 2º de bachillerato se conectaban con más frecuencia que los de 2º de enseñanza secundaria obligatoria (92,1 frente al 70,4%). Las tres principales razones para usar Internet fueron las redes sociales, descargarse música y obtener información, con diferencias según el sexo y el curso.⁴⁴

Respecto al riesgo del uso de las TIC, las chicas declararon una mayor dependencia, mientras que los chicos más conductas de riesgo.⁴⁴

En cuanto al consumo medio del móvil y del ordenador los resultados indican que se emplean 1-2 horas diarias. Casi un 13% se encuentra en situación de ciberadicción y el 32% en situación de riesgo. Se aprecian diferencias por sexo y nivel educativo. Se constata un mayor nivel de incidencia del bullying frente al cyberbullying (12% vs 7,7%), así como una considerable asociación entre estas conductas y el consumo de medios.⁴⁵

En la revisión narrativa analizada verificaron que la televisión es la tecnología que genera mayor percepción del problema en menores. En cuanto a posibles síntomas de adicción, se constata que las nuevas tecnologías generan conductas similares a las consideradas características en las adicciones establecidas. Entre ellas destaca la relajación producida por el uso o el malestar si no puede utilizarse. Se evidenció la presencia de otros comportamientos relativamente frecuentes exclusivos de este tipo de tecnologías, como la comprobación constante del teléfono móvil.⁴⁷

4.2. Factores que influyen en el abuso a las nuevas tecnologías

Tony Durkee⁴⁶ realizó una investigación sobre la asociación entre conductas de riesgo y el uso patológico de Internet en adolescentes europeos. Dividió a los adolescentes en tres grupos diferentes dependiendo de la cantidad de horas diarias de uso de internet: adaptativos, maladaptativos (12,7%) y patológicos (4,3%). El grupo patológico presentaba una relación estadísticamente significativa entre el mayor uso de Internet y el aumento del consumo de sustancias o la realización de conductas de riesgo como el consumo de alcohol o drogas. El 89,9% de la población

que presentaba un uso patológico de Internet realizaba múltiples conductas de riesgo.

Existe una estrecha relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de Internet. Los usuarios problemáticos de Internet presentan una tasa casi 3 veces mayor de desarrollar un consumo de riesgo de alcohol y casi 4 veces de drogas en general.⁴⁸

Mediante el cuestionario MULTICAGE-TIC realizado a sujetos de todas las edades y diferentes países de habla hispana, alrededor del 50% de la muestra presentaba importantes problemas en el uso de estas tecnologías, y que esos problemas se relacionaban directamente con síntomas de mal funcionamiento prefrontal, estrés y problemas de salud mental, independientemente de la edad u otras variables.⁵²

Se ha hallado que la baja autoestima y la impulsividad cognitiva y no planeada predicen con mayor probabilidad el uso desadaptativo de Internet. Presentar mayor propensión a tomar decisiones rápidas, así como mostrar más interés en la toma de decisiones presentes que futuras, aumenta las probabilidades de puntuar más alto en conflictos interpersonales asociados al uso problemático de Internet.⁵⁷ Aquellos estudiantes que presentaban mayor adicción a Internet presentaban niveles más altos de ansiedad social ($p= 0.01$).⁴⁰

En cuanto al sexo se refiere, los chicos son considerados con mayor frecuencia jugadores problemáticos que las chicas (30% vs 7,4%). Debido a esto, los chicos tienen una clara relación entre el uso problemático de videojuegos (UPV) y la ansiedad, mientras que a las chicas se les relaciona con el bajo estado de ánimo.⁴⁹

Por otro lado, un estudio realizado a 59 adolescentes con problemática con Internet o los videojuegos, constató que el 68,6% cumplía criterios para el Trastorno por Juego en Internet (IGD). Diferenciando dos perfiles de los cuales, el 45,76% correspondía a un perfil internalizante y el 52,54% de la muestra englobaría al perfil externalizante. Los primeros mostraban comorbilidades con trastornos afectivos (44,4%), trastornos de ansiedad (44,4%) y trastornos de personalidad (11,1%); y los pacientes externalizantes presentaban trastorno del comportamiento perturbador

(48,4%), TDAH (29%) y trastorno del comportamiento perturbador no especificado (22,6%). Por último, los autores confirmaron que los pacientes internalizantes tenían más antecedentes psiquiátricos familiares (63%), dificultades con las relaciones sociales (77,8%) y utilizan los videojuegos para escapar del malestar (66,7%).⁵⁰

La influencia del apego paternal en el uso / abuso de Internet, considerando el efecto de los perfiles psicológicos, constató que un alto apego a la madre predijo menos uso / abuso de Internet cuando los adolescentes presentaban un bajo riesgo psicopatológico. Sin embargo, el efecto del apego a la madre sobre el menor uso de Internet todavía está presente incluso en el caso del mayor riesgo psicopatológico de los adolescentes, incluso si este efecto se reduce.⁵³

En lo relativo a las actitudes hacia Internet y redes sociales, podría decirse que con la edad aumentaría la percepción o nivel de consciencia del uso peligroso que los otros pueden estar haciendo de la Red, aumenta también la simpatía, apego o vínculo con esta y, además, se incrementan las conductas o manifestaciones que pueden implicar en sí mismas un mayor riesgo de ciberdependencia.⁴¹

La responsabilidad, tener normas de uso, ser chico y la supervisión familiar actuaban como factores protectores.^{45, 54}

4.3. Efectos en la salud mental por el uso problemático de las nuevas tecnologías (UPNT)

El estudio que realizaron Alonso, C.; Romero, E. (2017)⁵¹ comprobó que los adolescentes que muestran uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT), presentan menores niveles de apertura, responsabilidad y amabilidad y mayor inestabilidad emocional, mayor impulsividad global y mayores problemas de conducta externalizantes (rompimiento de reglas y conducta agresiva), problemas de atención y de pensamiento.

Estévez Gutiérrez, A. et al. (2014)⁴³ han mostrado que existe una relación positiva y significativa entre la conducta impulsiva, la regulación emocional y la sintomatología disfuncional de manera general. Tal como se puede observar en la Tabla 1, en general las variables relativas a conductas impulsivas estuvieron positiva y significativamente relacionadas con la regulación emocional.

Tabla 1
Correlaciones entre las formas de conductas impulsivas y la regulación emocional

	Descontrol Emocional	Rechazo	Interferencia	Desatención	Confusión	Total Regulación Emocional
Juego patológico	.11***	.14***	-.01	.09***	.07**	.13***
Internet	.18***	.13***	.17***	.00	.16***	.19***
Videojuegos	.06*	.03	.03	.05	.06*	.07*

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

Los resultados de la Tabla 2 muestran que ambos bloques de variables están positiva y significativamente asociados, de manera que el único coeficiente que no alcanzó la significación fue el que relaciono el uso de videojuegos con la depresión.

Tabla 2
Correlaciones entre las formas de conductas impulsivas y la sintomatología

	Ansiedad	Ansiedad Fóbica	Somatiz.	Obs.-Comp.	Sens. Interp.	Depres.	Hostil.	Pens. Paran.	Psicotic.
Juego patológico	.15***	.16***	.10***	.09***	.09***	.15***	.10***	.12***	.15***
Internet	.16***	.10***	.12***	.19***	.20***	.19***	.23***	.23***	.20***
Videojuegos	.08**	.12***	.06*	.11***	.07**	.05	.12***	.11***	.11***

Nota. "Somatiz": Somatización, "Obs.-Comp.": Obsesión-Compulsión, "Sens. Interp.": Sensibilidad Interpersonal, "Depres.": Depresión, "Hostil.": Hostilidad, "Pens. Paran.": Pensamiento Paranoide, "Psicotic.": Psicoticismo.

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

Finalmente, en la Tabla 3 la mayoría de los coeficientes fueron positivos y significativos, siendo la desatención la variable que mostró coeficientes más bajos con la sintomatología valorada.

Tabla 3
Correlaciones entre la regulación emocional y la sintomatología

	Ansiedad	Ansiedad Fóbica	Somatiz.	Obs.-Comp.	Sens. Interp.	Depres.	Hostil.	Pens. Paran.	Psicotic.
Desc. Emocional	.50***	.34***	.41***	.50***	.41***	.53***	.54***	.42***	.49***
Rechazo	.41***	.30***	.35***	.43***	.43***	.51***	.32***	.39***	.45***
Inteferencia	.40***	.24***	.36***	.50***	.40***	.50***	.38***	.37***	.38***
Desatención	.04	.11***	.06*	.04	.07*	.05	.08**	.03	.08**
Confusión	.33***	.28***	.32***	.36***	.36***	.40***	.27***	.27***	.38***
Total Regulación Emocional	.52***	.38***	.45***	.56***	.50***	.61***	.50***	.46***	.54***

Nota. "Somatiz": Somatización, "Obs.-Comp.": Obsesión-Compulsión, "Sens. Interp.": Sensibilidad Interpersonal, "Depres.": Depresión, "Hostil.": Hostilidad, "Pens. Paran.": Pensamiento Paranoide, "Psicotic.": Psicoticismo.
* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Asimismo, han señalado que la regulación emocional media de manera total y parcial en la aparición de sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes que tienen problemáticas en estas conductas impulsivas, a excepción de la relación entre abuso de videojuegos y sintomatología depresiva.⁴³

4.4. Perfil psicológico

La determinación del perfil psicológico y social de los adolescentes con uso excesivo de redes sociales, verificó el perfil de personalidad caracterizada por el neuroticismo o inestabilidad emocional, la impulsividad y menor autoconcepto familiar, académico y emocional. Sin embargo, se ha encontrado una relación estadísticamente significativa entre el miedo a estar desconectado (FoMO) y riesgo de adicción a Internet y redes sociales (RSI). No hubo asociación de las dificultades en las relaciones interpersonales con mayor riesgo de adicción, a excepción de las relaciones familiares, que si lo hicieron.⁵⁴

La evaluación de los perfiles psicológicos de los adolescentes, considerando el grupo de edad y sexo desveló que las chicas tuvieron puntuaciones más altas que los chicos (figura 1), existiendo diferencias significativas en las subescalas SCL-90-R de obsesión-compulsividad ($F = 6,31$; $p < .01$), depresión ($F = 5,95$; $p < .01$), hostilidad ($F = 5,23$; $p < .01$), ideación paranoide ($F = 7,07$; $p < .01$) e Índice global de severidad ($F = 3,71$; $p < .05$).⁵³

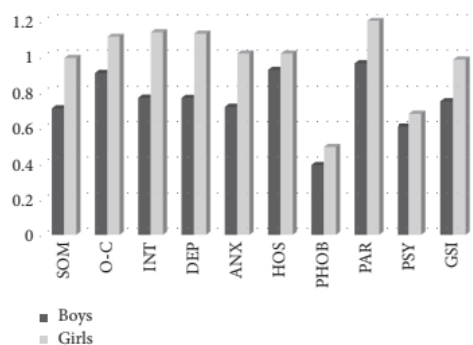


FIGURE 1: Differences of mean scores of SCL-90-R subscales between boys and girls.

Los adolescentes tardíos mostraron puntuaciones más altas en las subescalas de obsesión-compulsividad, depresión, ideación paranoide, índice global de severidad y hostilidad.⁵³

4.5. Prevención y tratamiento del abuso a las nuevas tecnologías

En aras a detectar un uso indebido de las nuevas tecnologías se han validado varios cuestionarios e instrumentos: MULTICAGE-TIC⁵², SCL-90-R⁵³

Con respecto al abordaje terapéutico se ha comparado el perfil internalizante y externalizante en relación a la intensidad del tratamiento. Es decir, si la intervención se ha realizado en consultas externas o ha requerido de hospitalización parcial o total. Se observan diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la hospitalización total, con un 25,9% del perfil internalizante frente al 3,2% de los externalizantes. Asimismo, también se compara el tipo de intervención realizado (psicoterapéutico, farmacológico o combinado) y la evaluación a los 3 y a los 6 meses.⁵⁰

En relación a la evolución del trastorno durante el tratamiento a los 3 meses, un 63% de los sujetos internalizantes mantienen la sintomatología, un 14,8% la empeoran y un 18,5% comienzan a mostrar mejorías. A los 6 meses no se encuentran diferencias estadísticamente significativas entre los grupos.⁵⁰

Pascual Martínez, A. et al. (2017)⁴⁷ encontraron que la aplicación de métodos de psicoeducación en centros de salud, con metodología de educación grupal, podría ser una herramienta bastante útil para enfrentarse a la incertidumbre presente en los adolescentes con trastornos de conductas adictivas a las nuevas tecnologías.

5. DISCUSIÓN

Como respuesta al objetivo general planteado, los resultados de esta revisión demuestran que los adolescentes hacen un uso indebido de las nuevas tecnologías. Se ha visto que las más usadas mayormente por los adolescentes son el ordenador y el dispositivo móvil ya que facilitan la accesibilidad a internet. El consumo medio es de 1-3 horas diarias, siendo la adicción a Internet y a teléfonos móviles más frecuente en las chicas, mientras que los chicos tienen más problemas con el uso de los videojuegos.^{42, 44, 45, 55}

Por otro lado, también se ha podido comprobar que existen discrepancias en lo que se refiere al concepto de adicción y/o abuso ya que, varios autores creen que el abuso a las nuevas tecnologías puede convertirse en una adicción, y sin embargo otros, establecen que es más una conducta de riesgo que puede evitarse. Aunque también se determina que esas conductas de riesgo pueden llevar a los adolescentes a la ciberdependencia.^{41, 46, 47, 56}

Entre los factores desencadenantes que pueden llevar a realizar un uso indebido de las nuevas tecnologías Golpe S. et al (2017)⁴⁸ y Durkee, T. et al (2016)⁴⁶ demuestran de forma significativa que el uso problemático de Internet se encuentra relacionado con el consumo de alcohol y otras drogas. Además, Villa Moral Jiménez, M. y Fernández Domínguez, S. (2019)⁵⁷ asocian la baja autoestima y la impulsividad cognitiva con el uso desadaptativo de Internet. Asimismo, el uso problemático de los videojuegos se relacionó con la ansiedad en los chicos y la baja autoestima en las chicas.⁴⁹

Autores como Alonso, C.; Romero, E.⁵¹ y Malo-Cerrato, S. et al⁵⁴ han determinado el perfil de personalidad de los adictos a Redes Sociales e Internet con menores niveles de apertura, responsabilidad y amabilidad y mayor inestabilidad emocional, impulsividad global, menor autoconcepto familiar, académico y emocional. Sin embargo, otros⁵⁰ han estudiado las comorbilidades más prevalentes en adolescentes con IGD observando altas tasas de problemática en la esfera familiar y escolar.

Dado que el fracaso escolar es una preocupación importante de la sociedad se deberían realizar actividades preventivas respecto a este problema incluyendo la valoración del uso inadecuado o del abuso de las TIC. La colaboración y coordinación en el ámbito escolar del personal de enfermería es necesaria para realizar dicha valoración, y dar visibilidad al papel que ejerce el profesional sanitario a nivel educativo. Siendo por otro lado fundamental la labor de los padres ya que se ha visto que su control en los adolescentes que hacen un uso inadecuado de las NNTT mejora su rendimiento académico.⁴²

Los problemas derivados por el uso inadecuado de las tecnologías por parte de los adolescentes son un fenómeno en la sociedad actual, que pueden llegar a comportarse como auténticas adicciones y deben ser abordados conjuntamente por todos los agentes educativos, en especial por las familias, el profesorado responsable y los profesionales de la salud.^{42, 47}

6. CONCLUSIONES

Cabe destacar el consumo de alcohol y drogas, la baja autoestima, la impulsividad y la ansiedad como factores asociados a la ciberadicción en los adolescentes.

Un menor nivel de apertura, amabilidad, responsabilidad y mayor inestabilidad emocional entre otros son características del perfil de los adolescentes adictos a Internet y redes sociales.

La labor de las familias, el profesorado y el personal sanitario es fundamental para la prevención y detección precoz de la adicción a las nuevas tecnologías y mejorar su rendimiento académico.

No hay evidencias suficientes para determinar la existencia de trastornos mentales debidos a un uso excesivo de las nuevas tecnologías, si no la aparición de alteraciones en la conducta o la relación de ciertos perfiles de carácter adictivo.

7. BIBLIOGRAFÍA

1. Fernández Eslava, A. Las nuevas tecnologías en la primera infancia. Trabajo Fin de Máster. Universidad de Cádiz. (2016/2017) [Acceso: 11/02/2020] Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiFilKKvdvnAhXlziUKHaV1B8sQFjAAegQIAhAB&url=https%3A%2F%2Frodrin.uca.es%2Fxmlui%2Fbitstream%2Fhandle%2F10498%2F19823%2FFTM%2520Araceli%2520Fem%2525%25C2%25A0%2520C3%25A1ndez%2520Eslava.pdf%3Fsequence%3D1&usq=AOvVaw0xG2aSabUnkQKCKil5Z6ZL>
2. Espinar, E. y López, C. Jóvenes y adolescentes ante las nuevas tecnologías: percepción de riesgos. *Athenea digital*. 2009; 16, 1-20
3. Villadangos, S. M., y Labrador, F. J. Menores y nuevas tecnologías (NT): ¿Uso o abuso? *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*. 2009; 5, 75-83
4. Castell, M., Barrera, A., y Casal, P. El desafío tecnológico: España y las nuevas tecnologías.; *Madrid: Alianza*. 1986
5. Ministerio de Cultura. "Cultura y Nuevas Tecnologías". Exposición; Nuevos Soportes y Canales para dar Forma, Registrar, Almacenar y Difundir Contenidos e informaciones. *Madrid: España*. 1986
6. Adell, J. Tendencias en educación en la sociedad de las tecnologías de la información. *EduTec. Revista Electrónica de Tecnología Educativa*. 1997; 7, 1-21
7. Fundación CADAH. Definición nuevas tecnologías. [Acceso: 29/11/19] Disponible en: <https://www.fundacioncadah.org/web/printPDF.php?idweb=1&account=j289eghfd7511986&contenido=intervencion-en-adicion-a-las-nuevas-tecnologias-nntt-en-adolescentes-con-tdah>

8. San Sebastián, J., Quintero, J., Correas, J., De Dios, M. J. & Echániz, T. Patrones de uso, abuso y dependencia a las tecnologías de información en menores (Internet, móvil, videojuegos, TV). Estudio realizado por CONF.I.A.S., Fundación para una Infancia y adolescencia saludables. (Abril, 2011) [Acceso: 11/02/2020] Disponible en: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwjOuuPqvtvnAhVFPBoKHAVNXAucQFjAAegQIBhAB&url=http%3A%2F%2Fwww.gazteaukera.euskadi.eus%2Fcontenidos%2Fnoticia%2Firakurketa_gida_adikzioak%2Fcu_def%2Fadjuntos%2Fpatrones%2520de%2520uso%2C%2520abuso%2520y%2520dependencia%2520a%2520las%2520tecnolog%25C3%25ADas%2520de%2520la%2520informaci%25C3%25B3n%2520en%2520menores.pdf&usq=AOvVaw2aeGiJ-nONW585hC_KbY_U
9. Asociación Española de Psicología Clínica Cognitivo Conductual (AEPCCC). ¿Uso, abuso o dependencia? *Adicciones*. (3 de Julio de 2014) Recuperado el 15 de febrero de 2020 de <http://www.aepccc.es/blog/item/uso-abuso-o-dependencia.html>
10. Echeburúa, E., Labrador, F. y Becoña, E. *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. 2009; Madrid: Pirámide
11. Karim, R. & Chaudhri P. Behavioral Addictions: An Overview. *Journal of Psychoactive Drugs*. 2012; 44(1), 5-17. DOI: [10.1080/02791072.2012.662859](https://doi.org/10.1080/02791072.2012.662859)
12. American Psychiatric Association. *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales: DSM-5*. 2014.
13. Nacional P, Espa C, Sectorial C. *Estrategia nacional sobre adicciones 2017-2024*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2018.
14. Organización Mundial de la Salud. *Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11)* [Internet]. 2018 [citado 5 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://icd.who.int/browse11/l-m/es>

15. Young, K. Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*. 1996; 79, 899-902.
16. Echeburúa, E. & Corral, P. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*. 2010; 22(2), 91-96. [Acceso:] Disponible en: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>
17. Pérez del Río, F. ¿El ocaso de la adicción a Internet?: reflexiones sobre el origen, desarrollo y declive de un trastorno. *Revista Española de Drogodependencias*. 2014; 2, 82-91.
18. Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A. y Oberts, U. Adicción a Internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del Psicólogo*. 2012; 33(2), 82-89
19. García del Castillo, J. A. Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Health and Addictions*. 2013; 13(1), 5-14
20. Young, K. Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*. 1998; 1, 237-244.
21. Greenfield, D.N. Tratamiento psicológico de la adicción a Internet y a las nuevas tecnologías. En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (eds.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. 2009;(pp. 189-200). Madrid: Pirámide.
22. Griffiths, M. Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 3. 2000; 211-218.
23. Batalla, C., Muñoz, R. y Ortega, R. El riesgo de adicción a nuevas tecnologías en la adolescencia: ¿debemos preocuparnos? *FMC: Formación Médica Continuada en Atención Primaria*. 2012; 19(9), 519-520.

24. Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*. 2008; 20, 149-160.
25. Moral, M. V. y Ovejero, A. Iuventus digitalis y Iuventus ludens como tipologías psicossociológicas de jóven@s contemporáne@s. *Intervención Psicosocial*. 2005; 14(2), 161-175
26. Bringué, X., y Sádaba, Ch. (Eds.). La generación interactiva en Iberoamérica. Niños y adolescentes ante las pantallas. Barcelona: Ariel. 2008
27. Becoña, E. Factores de riesgo y de protección en la adicción a las nuevas tecnologías. En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (eds.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. 2009; (pp. 77-97). Madrid: Pirámide.
28. Beranuy, M. y Carbonell, X. Entre marcianitos y avatares: adicción y factores de riesgo para la juventud en un mundo digital. *Revista de Estudios de Juventud*. 2010; 88, 131-145.
29. INE (2019). Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares. [Acceso: 16/02/2020] Disponible en:
https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176741&menu=ultiDatos&idp=1254735976608
30. Méndez-Gago S., González-Robledo L., Pedrero-Pérez J., Rodríguez-Gómez R., Benítez-Robredo MT., Mora-Rodríguez C., Ordoñez-Franco A. Uso y abuso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación por adolescentes. Un estudio representativo de la ciudad de Madrid. Universidad Camilo José Cela. Madrid Salud. 2018. Disponible en:
<https://es.scribd.com/document/389812883/Estudio-UCJC-y-MADRID-SALUD-2018-pdf>

31. García-Piña CA. Riesgos del uso de internet por niños y adolescentes. Estrategias de seguridad. *Acta pediátrica de México*. 2008; 29(5):272-278.
32. Ramón-Cortés, F. ¿Internet amenaza el contacto real? *El País Semanal*. 2010; 1736, 24-25.
33. Cía AH. Las adicciones no relacionadas a sustancias: un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de NeuroPsiquiatría*. 2013;76(4).
34. Boubeta AR, Salgado PG, Folgar MI, Gallego MA, Mallou JV. EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica. *Adicciones*. 2015; 27(1):47-63.
35. Widyanto L, McMurrin M. The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & behavior*. 2004; 7(4):443-450.
36. Echeburúa, E. *Abuso de alcohol*. 2001; Madrid: Síntesis.
37. Miller, W.R. y Rollnick, S. *La entrevista motivacional: preparar para el cambio de conductas adictivas*. 1999; Barcelona: Paidós.
38. Redcaspe.org. CaSPE Programa de Habilidades en Lectura Crítica Español [sede web]. Alicante: redcaspe.org; 1998 [acceso 15 de Abril de 2020]. Disponible en: <http://www.redcaspe.org>
39. Lista de comprobación para estudios observacionales STROBE. Disponible en: www.strobe-statement.org
40. Torrente, E., Piqueras, A., Orgilés, M., & Espada, J. P. Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles. *Terapia psicológica*. 2014; 32(3), 175-184. [Acceso: 5 abril 2020] Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-48082014000300001&script=sci_abstract&tlng=pt

41. Rial, A., Gómez, P., Braña, T., & Varela, J. Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de psicología*. 2014; 30(2), 642-655. [Acceso: 7 abril 2020] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282014000200028
42. Muñoz-Miralles, R., Ortega-González, R., Batalla-Martínez, C., López-Morón, M. R., Manresa, J. M., & Torán-Monserrat, P. Acceso y uso de nuevas tecnologías entre los jóvenes de educación secundaria, implicaciones en salud. Estudio JOITIC. *Atención Primaria*. 2014; 46(2), 77-88. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-acceso-uso-nuevas-tecnologias-entre-S021265671300187X>
43. Gutiérrez, A. E., Fernández, D. H., Gonzalvo, I. S., & Bilbao, P. J. El papel mediador de la regulación emocional entre el juego patológico, uso abusivo de Internet y videojuegos y la sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes. *Adicciones*. 2014;26(4), 282-290. [Acceso: 5 abril 2020] Disponible en: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/26>
44. Alfaro González, M., Vázquez Fernández, M. E., Fierro Urturi, A., Herrero Bregón, B., Muñoz Moreno, M. F., Rodríguez Molinero, L., & la Salud, G. D. E. P. Uso y riesgos de las tecnologías de la información y comunicación en adolescentes de 13-18 años. *Acta Pediátrica Española*. 2015; 73(6), e126-e135. [Acceso: 3 abril 2020] Disponible en: https://www.actapediatrica.com/index.php/secciones/originales/1127-uso-y-riesgos-de-las-tecnologias-de-la-informacion-y-comunicacion-en-adolescentes-de-13-18-anos#.XrkRLcBS_IU
45. Arnaiz, P., Cerezo, F., Giménez, A. M., & Maquilón, J. J. Conductas de ciberadicción y experiencias de cyberbullying entre adolescentes. *Anales de psicología*. 2016; 32(3), 761-769. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282016000300017

46. Durkee, T., Carli, V., Floderus, B., Wasserman, C., Sarchiapone, M., Apter, A., & Cosman, D. (2016). Pathological internet use and risk-behaviors among European adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2016; 13(3), 294. [Acceso: 7 abril 2020] Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27005644>
47. Pascual Martínez, A., Vega Díaz, C., Vázquez Díaz, C., Castaño García, P., Castaño García, T., & Cernuda Martínez, J. A. (2017). Adicciones a nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. *Metas de Enfermería*. 2017; 20(5), 57-64. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6004301>
48. Golpe, S., Gómez, P., Braña, T., Varela, J., & Rial, A. Relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de Internet en adolescentes. *Adicciones*. 2017; 29(4), 268-277. [Acceso: 5 abril 2020] Disponible en: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/959/883>
49. González, M. T., Espada, J. P., & Tejeiro, R. Problem video game playing is related to emotional distress in adolescents/El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes. *Adicciones*. 2017; 29(3), 180-186. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en: <http://adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/745/817>
50. Martín-Fernández, M., Matalí, J. L., García-Sánchez, S., Pardo, M., Lleras, M., & Castellano-Tejedor, C. Adolescents with Internet Gaming Disorder (IGD): profiles and treatment response Adolescentes con Trastorno por juego en Internet (IGD): perfiles y respuesta al tratamiento. *Adicciones*. 2017; 29(2), 125-133. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en: <http://adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/890/835>
51. Alonso, C., & Triñanes, E. R. El uso problemático de nuevas tecnologías en una muestra clínica de niños y adolescentes: Personalidad y problemas de conducta asociados. *Actas españolas de psiquiatría*. 2017; 45(2), 62-70. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en:

https://psiquiatria.com/trastornos_infantiles/el-uso-problematico-de-nuevas-tecnologias-en-una-muestra-clinica-de-ninos-y-adolescentes-personalidad-y-problemas-de-conducta-asociados/

52. Pedrero-Pérez, E. J., Ruiz-Sánchez de León, J. M., Rojo-Mota, G., Llanero-Luque, M., Pedrero-Aguilar, J., Morales-Alonso, S., & Puerta-García, C. Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): uso problemático de internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC. *Adicciones*. 2018; 30(1), 19-32. [Acceso: 30 marzo 2020] Disponible en: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/806/857>
53. Ballarotto, G., Volpi, B., Marzilli, E., & Tambelli, R. Adolescent Internet abuse: A study on the role of attachment to parents and peers in a large community sample. *BioMed research international*, 2018. [Acceso: 7 abril 2020] Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29707572>
54. Malo-Cerrato, S., & Viñas-Poch, F. Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*. 2018; 26(56), 101-110. [Acceso: 5 abril 2020] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6483057>
55. Sosa, C. D., Bonet, J. I. C., Correa, S. M. P., Zamora, G. L. H., & Prieto, P. El uso de las Nuevas Tecnologías (internet, redes sociales, videojuegos) en jóvenes: un estudio con población canaria. *Revista española de drogodependencias*. 2019; (44), 26-42. [Acceso: 7 abril 2020] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7012317>
56. Vicario, A. P., & Roncero, C. I. Dificultades en las relaciones interpersonales y Fear of Missing Out: ¿predictores del riesgo de adicción a las redes sociales? *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*. 2019; 36(3), 6-20. [Acceso: 6 abril 2020] Disponible en: <http://aepnya.com/index.php/revistaaepnya/article/view/297/267>

57. de la Villa Moral-Jiménez, M., & Fernández-Domínguez, S. Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. *Avances en Psicología Latinoamericana*. 2019; 37(1), 103-119. [Acceso: 8 abril 2020] Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-47242019000100103&script=sci_abstract&tlng=pt
58. Young KS, De Abreu CN. Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment. John Wiley & Sons; 2010

8. ANEXOS

Anexo 1: EUPI-a (Escala de Uso Problemático de Internet).³⁴

Ítems de la escala	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Cuando me conecto siento que el tiempo vuela y pasan las horas sin darme cuenta.	0	1	2	3	4
2. En ocasiones he intentado controlar o reducir el uso que hago de Internet pero no fui capaz.	0	1	2	3	4
3. A veces prefiero quedarme conectado/a a Internet en lugar de estar con gente (familia o amigos/as).	0	1	2	3	4
4. En alguna ocasión he llegado a descuidar algunas tareas o a rendir menos (en los exámenes, deportes, etc.) por conectarme a Internet.	0	1	2	3	4
5. Cada vez me gusta más pasar horas conectado/a a Internet.	0	1	2	3	4
6. A veces me irrito o me pongo de mal humor por no poder conectarme a Internet o tener que desconectarme.	0	1	2	3	4
7. Prefiero que mis padres no sepan el tiempo que paso conectado a Internet porque les parecería excesivo.	0	1	2	3	4
8. He dejado de ir a sitios o de hacer cosas que antes me interesaban para poder conectarme a Internet	0	1	2	3	4
9. Conectarme a Internet me ayuda a no pensar en los problemas o a relajarme.	0	1	2	3	4

10. He llegado a poner en riesgo relaciones o cosas importantes debido a Internet.	0	1	2	3	4
11. En alguna ocasión me he metido en líos o problemas por culpa de Internet.	0	1	2	3	4

Fuente: "EUPI-s: Escala de uso problemático de Internet en adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica". 2015. Revista Adicciones. Elaboración: propia

Anexo 2: IAT (Test de Adicción a Internet)⁵⁸

1. ¿Con que frecuencia se encuentra con que lleva más tiempo navegando del que pretendía estar?
 - 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
2. ¿Desatiende las labores de su hogar por pasar más tiempo frente a la computadora navegando?
 - 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
3. ¿Prefiere excitarse con fotos o vídeos a través de Internet en lugar de intimar con su pareja?
 - 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
4. ¿Con que frecuencia establece relaciones amistosas con gente que sólo conoce a través de Internet?
 - 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= Nunca

5. ¿Con que frecuencia personas de su entorno le recriminan que pasa demasiado tiempo conectado a Internet?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= Nunca
6. ¿Su actividad académica (escuela, universidad) se ve perjudicada porque dedica demasiado tiempo a navegar?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
7. ¿Con que frecuencia chequea el correo electrónico antes de realizar otras tareas prioritarias?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= Nunca
8. ¿Su productividad en el trabajo se ve perjudicada por el uso de Internet?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No

9. ¿Se vuelve precavido o reservado cuando alguien le pregunta en que dedica el tiempo que pasa navegando?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
10. ¿Se evade de sus problemas de la vida real pasando un rato conectado a Internet?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
11. ¿Se encuentra alguna vez pensando en lo que va a hacer la próxima vez que se conecte a Internet?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
12. ¿Teme que su vida sin Internet sea aburrida y vacía?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente
 - 3= Frecuentemente
 - 4= Muy a menudo
 - 5= Siempre
 - 0= No
13. ¿Se siente molesto cuando alguien lo/a interrumpe mientras está navegando?
- 1= Raramente
 - 2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

14. ¿Con que frecuencia pierde horas de sueño pasándolas conectado a Internet?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= Nunca

15. ¿Se encuentra a menudo pensando en cosas relacionadas a Internet cuando no está conectado?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

16. ¿Le ha pasado alguna vez eso de decir “solo unos minutitos más” antes de apagar la computadora?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

17. ¿Ha intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo ha logrado?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

18. ¿Trata de ocultar cuanto tiempo pasa realmente navegando?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

19. ¿Prefiere pasar más tiempo online que con sus amigos en la vida real?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

20. ¿Se siente ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no está conectado a Internet?

1= Raramente

2= Ocasionalmente

3= Frecuentemente

4= Muy a menudo

5= Siempre

0= No

Niveles de gravedad:

Rango Normal: 0-30 puntos

Leve: 31-49 puntos

Moderado: 50-79 puntos

Severo: 80-100 puntos

Fuente: Kimberly Young. Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment

ANEXO 3: Tabla resumen de los estudios encontrados. Elaboración propia

TIPO DE ESTUDIO	TÍTULO Y AUTOR	OBJETIVO	RESULTADOS
Cohortes observacional transversal (40)	Torrente, E. et al. (2014) "Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles"	Analizar la relación de la adicción a Internet con la ansiedad social y las dificultades en habilidades sociales.	446 adolescentes españoles (50% mujeres), entre 12 y 16 años. En España más del 79% de los jóvenes tenía un perfil en las redes sociales. El 98% de los españoles entre 11 y 20 años usaba internet. Aquellos estudiantes que presentaban mayor adicción a internet presentaban niveles más altos de ansiedad social ($p= 0.01$). El género no estaba relacionado con la adicción a internet.
Cohortes observacional transversal (41)	Rial, A. et al. (2014) "Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España)"	Disponer de datos que permitan conocer desde un punto de vista descriptivo cuales son las actitudes, percepciones y hábitos de uso de Internet y redes sociales entre los adolescentes. Profundizar en su comprensión, contribuyendo así al diseño de estrategias que favorezcan un uso más racional y saludable de la Red.	2.339 estudiantes (50% mujeres), con edades comprendidas entre los 11 y los 18 años. Hábitos de uso: 60,4% conexión a Internet diaria. Motivos de uso: Redes sociales (85%), descargas (64,4%), buscar información relacionada con los estudios (60,2%) y uso del correo electrónico (52,1%). En lo relativo a las actitudes hacia Internet y redes sociales, resulta muy revelador el hecho de que los adolescentes de segundo ciclo manifiesten una mayor exoactitud negativa (M 1er ciclo = 3.96; M 2º ciclo = 4.11; $t = -4.07$; $p < .001$), una mayor endoactitud positiva (M 1er ciclo = 3.21; M 2º ciclo = 3.44; $t = -4.68$; $p < .001$) y, al mismo tiempo, un mayor riesgo de dependencia (M 1er ciclo = 2.41; M 2º ciclo = 2.69; $t = -5.49$; $p < .001$). A pesar de que las cifras obtenidas no justifican una actitud alarmista, sí advierten de la necesidad de poner en marcha planes de acción concretos de manera inmediata.
Cohortes observacional multicéntrico	Muñoz-Miralles, R. et al. (2014) "Acceso y uso de nuevas	Determinar la accesibilidad y el uso de las TIC entre los jóvenes	5.538 alumnos de primero a cuarto curso de ESO de 28 centros del área de Barcelona. El 48.6% eran chicas, edad media 14 años (rango 11-20). El

transversal (42)	tecnologías entre los jóvenes de educación secundaria, implicaciones en salud. Estudio JOITIC”	de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y analizar factores relacionados.	20.3% refieren bajo rendimiento escolar. El 88.9% refieren buena relación familiar. El acceso a las TIC es homogéneamente masivo. Las chicas lo utilizan para relaciones sociales y los chicos para jugar. El 64.4% juegan a videojuegos, el 36.5% durante 3 o más horas a la semana, y el 66.6% sin control paterno. El control paterno de las TIC se asocia a mejor rendimiento escolar.
Cohortes observacional transversal (43)	Estévez Gutiérrez, A. et al. (2014) “El papel mediador de la regulación emocional entre el juego patológico, uso abusivo de Internet y videojuegos y la sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes”	Conocer la relación existente entre estas conductas, la regulación de las emociones, y la sintomatología psicológica disfuncional (depresión, ansiedad, ansiedad fóbica, somatización, obsesión-compulsión, sensibilidad interpersonal, ira-hostilidad, ideación paranoide y psicoticismo).	1.312 jóvenes y adolescentes (57,4% hombres y el 42,6% mujeres) de entre 12 y 30 años. Los resultados han mostrado que existe una relación positiva y significativa entre conducta impulsiva, la regulación emocional y la sintomatología disfuncional de manera general. Asimismo, han señalado que la regulación emocional media de manera total y parcial en la aparición de sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes que tienen problemáticas en estas conductas impulsivas, a excepción de la relación entre abuso de videojuegos y sintomatología depresiva.
Cohortes observacional transversal (44)	Alfaro González, M. et al. (2015) “Uso y riesgos de las tecnologías de la información y comunicación en adolescentes de 13-18 años”	Conocer la frecuencia y el uso de las TIC en adolescentes de la provincia de Valladolid, detectar riesgos y valorar posibles desadaptaciones conductuales.	2.412 escolares de 13-18 años. El 96,6% tenía un teléfono móvil (43% un Smartphone). El 62,2% refería alguna limitación para su uso, principalmente de gasto y para llevarlo a clase. El uso del ordenador fue la cuarta en el ranking de las actividades de ocio de los adolescentes. El 82,5% se conectaba a internet casi todos los días. Los de 2º de bachillerato se conectaban con más frecuencia que los de 2º de enseñanza secundaria obligatoria (92,1 frente al 70,4%). Las tres principales razones para usar internet fueron las redes sociales, descargarse música y obtener información, con diferencias según el sexo y el curso. Respecto al riesgo del uso de las TIC, las chicas declararon una mayor dependencia, mientras que los chicos más

			conductas de riesgo.
Cohortes observacional Transversal (45)	Arnaiz, P. et al. (2016) "Conductas de ciberadicción y experiencias de cyberbullying entre adolescentes"	Analizar la accesibilidad de los menores a las TIC y su consumo diario; analizar las conductas de adicción a las TIC y su relación con conductas de bullying y cyberbullying; analizar la supervisión que los padres realizan del uso de las TIC por parte de sus hijos y la relación con la implicación en bullying y cyberbullying.	1.353 adolescentes escolares (47,2% mujeres) de Educación Secundaria y Bachillerato de 21 centros de la Región de Murcia, de un rango de edad de 12-21 años. Los resultados indican que el consumo medio del móvil y del ordenador se encuentra entre 1-2 horas al día. Casi un 13% se encuentra en situación de ciberadicción y el 32% en situación de riesgo. Se aprecian diferencias por sexo y nivel educativo. Se constata un mayor nivel de incidencia del bullying (12%) frente al cyberbullying (7,7%), así como una considerable asociación entre estas conductas y el consumo de medios. La supervisión familiar actúa como factor de protección.
Cohortes observacional transversal (46)	Durkee, T. et al. (2016) "Pathological Internet Use and Risk-Behaviors among European Adolescents"	Investigar la asociación entre conductas de riesgo y el uso patológico de Internet en adolescentes europeos.	11.931 adolescentes se incluyeron en los análisis: 43,4% hombres y 56,6% mujeres, con una edad media de 14,89 ± 0,87 años. Una media de 5,2% y 3,9% de hombres y mujeres respectivamente presentaban un uso patológico de internet (p<0,001). El 89,9% de los adolescentes que presentaba un uso patológico de internet mostraba diversos factores de riesgo y hábitos de vida no saludables. El uso problemático de internet estaba relacionado con conductas de riesgo para la salud (p< 0,001).
Revisión narrativa (47)	Pascual Martínez, A. et al. (2017) "Adicciones a nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes"	Revisar el estado actual del conocimiento científico sobre la adicción y/o uso abusivo de nuevas tecnologías por parte de adolescente y jóvenes para describir y analizar los peligros que ello	La televisión es la tecnología que genera mayor percepción del problema en menores. En cuanto a posibles síntomas de adicción, se constata que las nuevas tecnologías generan conductas similares a las consideradas características en las adicciones establecidas. Entre ellas destaca la relajación producida por el uso o el malestar si no puede utilizarse. Se evidenció la presencia de otros comportamientos relativamente frecuentes exclusivos de este tipo de tecnologías, como la

		supone, así como mostrar el papel profesional enfermero en la orientación psicoafectiva de los afectados por esta adicción.	comprobación constante del teléfono móvil.
Cohortes observacional transversal (48)	Golpe S.; et al. (2017) "Relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de Internet en adolescentes"	Realizar un análisis descriptivo de los hábitos de uso de la red, prácticas de riesgo y uso problemático de Internet, así como de los hábitos de consumo de las diferentes sustancias y el consumo de riesgo de alcohol y otras drogas. Analizar la relación entre el uso problemático de internet y el consumo de riesgo en adolescentes, mediante la utilización de las herramientas de screening oportunas, con propiedades psicométricas contrastadas.	3.882 adolescentes españoles de entre 12 y 18 años (49,9% hombres y 50,1% mujeres), estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y Bachillerato de las provincias de A Coruña y Pontevedra. Existe una estrecha relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de internet. No solo se han encontrado unos niveles de consumo significativamente mayores entre los usuarios problemáticos, sino que la probabilidad de desarrollar un consumo de riesgo de drogas llega a ser incluso 3 veces mayor entre éstos (39,4% vs 13,3%).
Cohortes observacional Transversal (49)	González, M.T. et al. (2017) "El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas"	Analizar el uso problemático de videojuegos en una muestra de adolescentes y determinar si existen diferencias entre	380 estudiantes entre 12 y 17 años (50% mujeres), de 35 escuelas de cinco ciudades españolas en la provincia de Alicante. El 7,4% de las chicas y el 30% de los chicos pueden considerarse jugadores problemáticos. Jugadores online tienen casi 12 veces más probabilidad de jugar con alta

	emocionales en adolescentes”	jugadores online y offline, además de examinar su correlación con sintomatología ansiosa o depresiva.	frecuencia en comparación con jugadores offline. Los chicos juegan con mayor frecuencia y lo hacen en mayor medida online, con una clara relación entre el uso problemático de los videojuegos y la ansiedad. En las chicas existe relación entre el uso problemático de videojuegos y bajo estado de ánimo.
Observacional transversal (50)	Martín-Fernández, M. et al. (2017) “Adolescentes con Trastorno por juego en Internet (IGD): perfiles y respuesta al tratamiento”	Describir los perfiles de adolescentes con Trastorno por Juego en Internet (IGD) según la comorbilidad y analizar la respuesta al tratamiento a los 3 y 6 meses.	59 adolescentes ambulatorios remitidos a la Unidad de Conductas Adictivas por presentar problemática con Internet o los videojuegos. Un 68,6% cumplían criterios para el IGD. De estos, el 45,76% corresponderían a un perfil internalizante, presentando comorbilidades con Trastornos Afectivos (44,4%), Trastornos de Ansiedad (44,4%) y Trastornos de Personalidad (11,1%). El perfil externalizante englobaría al 52,54% de la muestra, presentando Trastorno del Comportamiento Perturbador (48,4%), TDAH (29%) y Trastorno del Comportamiento Perturbador no especificado (22,6%). Los pacientes internalizantes tiene más antecedentes psiquiátricos familiares (63%), dificultades con las relaciones sociales (77,8%) y parecen utilizar los videojuegos preferentemente para escapar del malestar (66,7%).
Cohortes observacional Transversal (51)	Alonso, C.; Romero, E. (2017) “El uso problemático de nuevas tecnologías en una muestra clínica de niños y adolescentes. Personalidad y problemas de conducta asociados”	Analizar la relación entre el uso problemático de los videojuegos (UPV) e Internet (UPI) y los rasgos de personalidad y problemas de conducta en una muestra clínica de niños y adolescentes.	910 adolescentes con edad entre 12 y 19 años. El 31,8% de los participantes presentan UPI y el 18,2% presenta UPV. Se encuentra que los niños y adolescentes que muestran UPNT, presentan menores niveles de Apertura, Responsabilidad y Amabilidad y mayor Inestabilidad Emocional, mayor Impulsividad global y mayores Problemas de Conducta Externalizantes, Problemas de atención y de pensamiento.
Cohortes observacional transversal	Pedrero-Pérez, E.J. et al. (2018) “Tecnologías de la Información y	Conocer los problemas que afectan a las personas de todas las	1.276 sujetos de todas las edades y diferentes países de habla hispana. Alrededor del 50% de la muestra presenta importantes

(52)	Comunicación (TIC): uso problemático de Internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC”	edades en el control de uso de estas TICs y si están relacionadas con problemas de salud mental, estrés y dificultades en el control superior del comportamiento.	problemas en el uso de estas tecnologías, y que esos problemas se relacionan directamente con síntomas de mal funcionamiento prefrontal, estrés y problemas de salud mental, independientemente de la edad u otras variables.
Cohortes observacional transversal (53)	Ballarotto, G. et al. (2018) “Adolescent Internet Abuse: A Study on the Role of Attachment to Parents and Peers in a Large Community Sample”	Diferencias en el uso/abuso de internet, el riesgo psicopatológico y el apego de los adolescentes en cuanto a edad y sexo. La influencia del apego a padres y compañeros con uso/ abuso de internet, considerando el efecto de los perfiles psicológicos de los adolescentes.	1.105 adolescentes (43,6% hombres y 56,4% mujeres) de 12 a 20 años. Los resultados muestran diferencias significativas en las subescalas (SCL-90R) de: obsesión-compulsividad (F = 6.31; p <.01), depresión (F = 5.95; p <.01), hostilidad (F = 5.23; p <.01), ideación paranoica (F = 7.07; p <.01) e Índice global de severidad (F = 3.71; p <.05). Un alto apego a la madre predijo menos uso / abuso de Internet cuando los adolescentes presentaban un bajo riesgo psicopatológico. Sin embargo, el efecto del apego a la madre sobre el menor uso de Internet todavía está presente en el caso del mayor riesgo psicopatológico de los adolescentes, incluso si este efecto se reduce.
Cohortes observacional transversal (54)	Malo-Cerrato, S. et al. (2018) “Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles”	Determinar el perfil psicológico y social de los adolescentes de 11 a 18 años que hacen un uso excesivo de redes sociales.	1.102 adolescentes (48,1% hombres) de 11 a 18 años de Girona. La prevalencia de uso excesivo fue del 12,8%, siendo mayor en chicas. El perfil de personalidad se caracterizaba por el neuroticismo, la impulsividad y menor autoconcepto familiar, académico y emocional. Percibir elevado consumo de TIC en la madre y hermanos y no disponer de normas de uso define su perfil social. Los factores protectores fueron: la responsabilidad, tener normas de uso y ser chico, y los de riesgo: el uso de redes sociales para distraerse y divertirse, y la elevada percepción de consumo de los hermanos.

<p>Cohortes observacional multicéntrico transversal (55)</p>	<p>Sosa, D.C. et al. (2019) "El uso de las nuevas tecnologías (internet, redes sociales, videojuegos) en jóvenes: un estudio con población canaria"</p>	<p>Estudio de los patrones o hábitos de uso de las Nuevas Tecnologías, en población adolescente de la Comunidad Canaria.</p>	<p>6.134 jóvenes (entre 12 y 17 años) afincados en las 7 islas del archipiélago Canario. <u>Frecuencia de uso de internet:</u> 61% de la muestra se conecta a diario. Las chicas (65,61%) usan internet con mayor frecuencia que los chicos (56,77%). <u>Tiempo de uso:</u> el mayor porcentaje se sitúa entre 1 y 3 horas diarias. <u>Tipo de uso:</u> Mayoría (86,29%) se conectan para jugar con conocidos o amigos, hacer trabajos escolares (78,87%), poder comunicarse con personas conocidas (63,63%) y para buscar información sobre intereses personales (60,59%). <u>Redes sociales:</u> el 69,09% de la población utiliza WhatsApp a diario, siendo un 61,92% en hombres y un 77,78% en mujeres. Un 42,24% de los adolescentes utilizan Instagram a diario, 35,09% chicos y 50,99% chicas. El 16,27% de la muestra utiliza videojuegos a diario, siendo el mayor porcentaje en el caso de los chicos. <u>Móvil:</u> el 97% de la población juvenil tiene móvil. El 98% tiene internet en el terminal y un 90% se conecta habitualmente a internet desde este terminal. <u>Grado de enganche al móvil:</u> un 25,09% se puntúan por encima de 6 sobre 10 y un 8,61 se califican con la máxima puntuación. Las chicas alcanzan el porcentaje más alto (12%).</p>
<p>Cohortes observacional transversal (56)</p>	<p>Peñalba Vicario, A.; Imaz Roncero, C. (2019) "Dificultades en las relaciones interpersonales y Fear of Missing Out: ¿predictores del riesgo de adicción a las redes sociales?"</p>	<p>Estudiar el perfil psicológico de los adolescentes con riesgo de adicción a las redes sociales.</p>	<p>240 sujetos de un instituto público de la localidad burgalesa de Aranda de Duero con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. Se encontró que existe una relación estadísticamente significativa entre miedo a estar desconectado (FoMO) y el riesgo de adicción a redes sociales e internet (RSI). Las dificultades en las relaciones interpersonales no se asociaron con mayor riesgo de adicción, a excepción de las relaciones familiares, que si lo hicieron.</p>

<p>Cohortes observacional transversal (57)</p>	<p>Villa Moral Jiménez, M.; Fernández Domínguez, S. (2019) "Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad"</p>	<p>Explorar las relaciones entre el uso problemático de internet y factores de riesgo como la impulsividad, así como analizar las diferencias en conflictos intra e interpersonales asociados en función del género y la edad.</p>	<p>240 adolescentes y jóvenes (52% mujeres y 48% hombres) con edades comprendidas entre los 15 y 22 años (Asturias). Los resultados sugieren que 11,25% de los adolescentes hacen usos problemáticos de internet frente a un 88,75% que muestran un uso controlado. Respecto a las diferencias en función del género y de la edad no han resultado significativas. Se ha hallado que la baja autoestima y la impulsividad cognitiva y no planeada predicen con mayor probabilidad el uso desadaptativo de internet. Presentar mayor propensión a tomar decisiones rápidas, así como mostrar más interés en la toma de decisiones presentes que futuras, aumenta las probabilidades de puntuar más alto en conflictos interpersonales asociados al uso problemático de internet.</p>
--	---	--	---