



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

USO ABUSIVO DE LAS TIC Y SU RELACIÓN CON EL AFRONTAMIENTO Y LA AUTOESTIMA.

Autor: Mario Llobet Pérez

Tutor profesional: Juan Francisco Chicharro Romero

Tutora metodológica: David Paniagua Sánchez

Madrid

Mayo 2018

Mario
Llobet
Pérez

**USO ABUSIVO DE LAS TIC Y SU RELACIÓN CON EL AFRONTAMIENTO
Y LA AUTOESTIMA.**



RESUMEN

Los objetivos de este estudio fueron analizar las relaciones existentes entre el abuso a distintos tipos de TIC (Internet, móvil, videojuegos, MI y RSO), el tipo de afrontamiento y la autoestima. Por otro lado, también se quiso estudiar las diferencias en el abuso a las TIC en función del sexo, así como su relación con la edad. La muestra estuvo formada por 304 participantes de entre 18 y 34 años. A través de los cuestionarios MULTICAGE-TIC (Pedrero et al., 2018), COPE Abreviado de Carver (1997) y el cuestionario de Rosenberg (1965). Se encontró que las personas que utilizan de forma abusiva las TIC recurren a un afrontamiento evitativo y presentan una autoestima más baja que las personas que utilizan las TIC de forma más mesurada. Sin embargo, el tipo de afrontamiento y la autoestima fueron incapaces de predecir el uso abusivo de las TIC. En cuanto a las diferencias de sexo entre hombres y mujeres se encontró que las mujeres utilizan de forma más abusiva las TIC a excepción del móvil y los videojuegos. Por último, se encontró una relación inversa entre la edad y el uso abusivo de las TIC. Los resultados de este sugieren la necesidad de continuar investigando qué variables modulan el uso abusivo de las TIC, así como la necesidad de desarrollar un modelo teórico específico de las adicciones tecnológicas.

Palabras clave

TIC, abuso, afrontamiento, autoestima.

ABSTRACT

The objectives of this study were to analyze the relationships between the different types of ICT abuse (Internet, mobile, video games, IM and OSN), type of coping and patient's self-esteem. Additionally, we wanted to study the differences in ICT abuse between men and women, as well as their relationship with age. The sample consisted of 304 participants between 18 and 34 years old. Through the MULTICAGE-TIC questionnaires (Pedrero et al., 2018), COPE Abbreviated by Carver (1997) and the Rosenberg questionnaire (1965), it was found that people who use ICT abusively use avoidant coping and have lower self-esteem than people who use ICT in a more measured way. However, the type of coping and self-esteem were unable to predict the abusive use of ICT. Regarding gender differences between men and women, it was found that women use ICT more abusively with the exception of mobile phones and video games. Finally, an inverse relationship was found between age and the abusive use of ICT. The results of this suggest the need to continue investigating which variables affect the abusive use of ICTs as well as the need to develop a specific theoretical model of technological addictions.

Key words

ICT, abuse, coping, self-esteem.

El desarrollo y proliferación de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), también denominadas “*nuevas tecnologías*” supone uno de los acontecimientos socioculturales más relevantes de las últimas décadas. Las TIC han pasado a ser el elemento nuclear y distintivo de la Sociedad de la Información, permitiéndonos el acceso al conocimiento en cualquier momento derribando las barreras del espacio y del tiempo (Fundación Telefónica, 2007). En menos de tres décadas hemos sido testigos de dos grandes revoluciones tecnológicas. La primera de ella fue la llegada de internet a todos los hogares a finales del siglo pasado. La segunda, de igual o mayor magnitud, motivada por la llegada de los nuevos dispositivos portátiles; *smartphones* y *tablets* y, por el desarrollo de nuevos servicios y herramientas como las Redes Sociales Online (en adelante RSO), la mensajería instantánea (en adelante MI), los videojuegos etc. La sociedad actual se establece en un mundo en constante cambio al que personas están obligadas a adaptarse (Zermeno, Arellano y Ramirez, 2005) en donde las TIC han pasado a ocupar un espacio indispensable en la vida cotidiana de los individuos, llegando incluso a transformar sus comportamientos, actitudes y los procesos de socialización (Levis, 2002).

Aunque en la actualidad no exista una definición consensuada de las TIC debido a su naturaleza cambiante, estas se distinguirían de las “*tecnologías tradicionales*” en que posibilitan la creación de nuevos entornos virtuales donde lo social adquiere un papel protagonista. Mientras que la Web 1.0 era una plataforma unidireccional, exclusivamente de lectura donde el contenido era el rey. Ahora, con la Web 2.0 nos encontramos una plataforma bidireccional donde lo realmente importante son los usuarios y las relaciones existentes entre los mismos. Los internautas pasan de ser meros espectadores y consumidores de lo que les ofrece internet a convertirse en generadores de contenidos y servicios (Nafría, 2007). Los individuos interactúan entre sí, transformando progresivamente la forma en que entendemos la comunicación (Caldevilla, 2010).

Ante el innumerable repertorio de dispositivos que pueden englobarse dentro del concepto de TIC, a partir de ahora, en un intento de evitar posibles confusiones, solo lo utilizaremos para referirnos a internet, *smartphones*, RSO, MI y videojuegos.

Prevalencia del uso de las TIC

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2016) más del 80% de los españoles de entre 16 y 74 años utilizan internet de forma regular. Estas cifras muestran sus números más elevados en población joven y adolescente, donde su uso supera el 95%. Los usuarios, nacidos a partir de la década de los ochenta representan a las primeras generaciones de “*nativos digitales*” (Oblinger y Oblinger, 2005); usuarios nacidos en la “*era digital*” para los que el uso de las nuevas herramientas de comunicación es tan natural que supone una parte esencial a la hora de interactuar los unos con otros (Martínez, 2013).

Entre estas nuevas herramientas de comunicación cabe destacar RSO, Orihuela (2008) las define como “*servicios basados en la web que permiten a sus usuarios relacionarse, compartir información, coordinar acciones y en general, mantenerse en contacto*”. En el “*Estudio anual de redes sociales*” (IAB Spain, 2016) la asociación de publicidad en medios digitales en España señala que más del 70% de la población comprendida entre los 16 y los 65 años tiene un perfil en una RSO y lo utiliza con frecuencia. Esto supone que más de 19 millones de usuarios utilizan las RSO en nuestro país, siendo *Facebook, Twitter e Instagram* las más famosas.

Gran parte de estos usuarios acceden a las RSO a través del *smartphone* (Rivero, 2016). El *smartphone*, teléfono multitarea con acceso a internet y función multimedia, es una de las herramientas que más han contribuido a la digitalización de los individuos en la sociedad del conocimiento (Prensky, 2011). Su aparición ha permitido el acceso a la información en cualquier lugar y momento, integrándose directamente en las rutinas diarias, modificando las ya existentes o creando nuevas (Morales, 2012). Según el Instituto Nacional de Estadística (INE) la disposición del móvil alcanza el 93.9% en la población de 15 años, a partir de la cual no hace más que crecer. En el caso de España, el número de *smartphones* ya supera al número de ordenadores (Rivero, 2016). Unos datos que corroboran la *revolución portátil* que mencionábamos anteriormente.

Los *smartphones* han permitido el desarrollo de aplicaciones de mensajería instantánea tales como *Whatsapp, Telegram, Line* etc., que permiten al usuario socializarse y estar conectados entre sí en todo momento sin que ello les suponga un coste adicional. En 2012 en el mundo había más de 300 usuarios de *Whatsapp*, unas cifras que no han hecho más que aumentar en los últimos años debido a la imparable venta de *Smartphones* (Forbes, 2016). Finalmente, cabría destacar la importancia de los videojuegos en la sociedad actual. La industria del videojuego supone contenido digital de pago más importante de España (Fundación Orange, 2014). Según la *Asociación de Distribuidores y Editores de Software de Entretenimiento* (ADESE, 2009), en España hay 10,4 millones de videojugadores de los que 7,2 millones son jugadores de consola y 6,7 millones juegan en su ordenador personal.

Las ventajas que las TIC ponen a nuestro alcance son incuestionables: sirven de plataforma idónea para el ocio y la comunicación (Caldevilla, 2010), nos permiten el acceso a contenido multimedia: observar fotografías, descargar y escuchar música, acceder a videos, jugar a videojuegos. También nos posibilita comunicarnos de forma inmediata, el acceso a portales de noticias, la participación en redes (Pedrero, Rodríguez y Ruíz, 2012), por no hablar de las enormes posibilidades académicas y laborales. La relevancia social que han adquirido las TIC es tal que el hecho de pertenecer a ellas ha dejado de ser una opción para convertirse en una obligación; en el mundo de las comunicaciones en que vivimos, quien no está conectado no está en la sociedad, prácticamente no existe (Graner, Castellana, Sánchez-Carbonell, Beranuy y Chamarro, 2006). Si uno no pertenece a las TIC hoy le falta, sobre todo entre generaciones más jóvenes, una gran parte

de la vida social que ya no sucede por completo en un escenario físico, sino que también tiene lugar en un entorno virtual en el que nos enteramos de la vida de otras personas, nos comunicamos y nos dejamos ver cómo queremos que nos vean. (Díaz, 2011).

Consecuencias negativas del uso de las TIC

A pesar de las ventajas anteriormente mencionadas, cada vez son más los estudios que señalan los posibles efectos negativos que pueden derivarse del uso de las TIC. Algunos relacionados con un uso inadecuado o malintencionado, como la propagación sin control de rumores infundados, imágenes o videos sin autorización (Lara et. al 2009), el acoso sexual y escolar a través de las nuevas tecnologías (Turan, Polat, Karapirli, Uysal y Turan, 2011) o el aumento de los accidentes laborales y de tráfico, provocado por distracciones durante su uso (Backer-Grøndahl y Sagberg, 2011). No obstante, las consecuencias más controvertidas y que mayor alarma social han generado en los últimos años se encuentran en su potencial adictivo. Existe una gran preocupación derivada de la enorme cantidad de tiempo y atención que, no solo jóvenes y adolescentes sino también adultos, dedican al uso de las TIC en detrimento de otro tipo de actividades y tareas hasta hace poco habituales. Cualquier actividad gratificante es potencialmente adictiva (Griffiths, 2008) y como señala Young (2015), el uso desmedido o abusivo de las nuevas tecnologías puede llevar a un uso patológico y de ahí derivar a una adicción

Adicción a las TIC

Tradicionalmente, el término adicción ha hecho referencia exclusivamente al consumo descontrolado de drogas. Sin embargo, autores como Echeburúa (2012) consideran que el elemento esencial de todos los trastornos adictivos no es tanto el consumo incontrolado de una sustancia que actúa en el sistema nervioso sino, más bien, la de una experiencia que es buscada de forma compulsiva, con pérdida de control y que produce una relación de placer/culpa. Atendiendo a esta definición existirían motivos para plantear una conceptualización similar entre las adicciones relacionadas a sustancias y los trastornos no relacionados a sustancias. Las semejanzas en la historia natural, la contribución genética, los mecanismos neurobiológicos y la respuesta al tratamiento encontradas en los últimos años (Grant, Potenza, Weinstein y Gorelick, 2010) refuerzan esta visión.

La adicción a las TIC entra dentro de lo que en la práctica clínica se conoce como “*adicciones conductuales*”. En esta categoría también se incluyen el juego patológico, las compras compulsivas, la adicción al sexo y la adicción al trabajo (Cía, 2013). Hasta hace menos de cinco años ninguno de estos fenómenos era reconocido como patologías adictivas por parte de la American Psychiatric Association (APA). Sin embargo, con la última publicación del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5) (APA, 2013) se introdujo una nueva categorización denominada “*trastornos adictivos no relacionados con sustancias*”. Este nuevo

apartado incluye solamente el denominado Juego Patológico (F63.0), que en ediciones anteriores era considerado dentro del apartado de *Trastornos del control de impulsos no clasificados en otros apartados* (Brugal et al., 2006). Por otro lado, el Trastorno por Juego en Internet (Internet Gaming Disorder, IGD), referido a juego de internet sin apuestas, es descrito en el DSM-5 como un trastorno que precisa de un estudio más profundo.

A pesar de la ausencia de reconocimiento de la adicción a las TIC por parte de la APA muchos autores estudian y abordan estos comportamientos como si de adicciones se trataran (García, 2013). Griffiths (2005) compara a personas adictas a sustancias químicas con personas que interactúan con nuevas tecnologías u otros comportamientos reforzantes, concluyendo que la sintomatología es similar en ambos casos: pérdida de control, búsqueda desesperada por tener refuerzos rápidos y sentimientos de malestar si no usa la tecnología suficiente (García, 2013). Estos síntomas de dependencia se manifiestan en modo de aislamiento, bajo rendimiento de estudios o el trabajo y atención centrada en el uso de las tecnologías (Echeburúa y Corral, 2010).

Al margen de las discrepancias terminológicas sobre si debemos considerar el uso abusivo de las TIC como si de una adicción se tratara o simplemente como el de una consecuencia esperable del imparable proceso de digitalización en el que la sociedad se halla inmersa, estamos ante un fenómeno que despierta gran interés y preocupación por parte de la comunidad científica y sanitaria. Prueba de ello es el creciente número de trabajos publicados en los últimos años al respecto (Carbonell, Guardiola, Beranuy y Bellés, 2009) además del aumento en la demanda de tratamiento de las adicciones tecnológicas, tanto en poblaciones infantojuveniles como adultas (González, Merino, y Cano, 2009).

Adicción y afrontamiento

Desde la perspectiva tradicional de Lazarus y Folkman (1984) el afrontamiento se entiende como *“los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas, externas o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”*. Aunque el tipo de afrontamiento es flexible y dependientes del contexto y, por tanto, susceptibles de ser modificado, las personas evidencian una tendencia a la hora de hacer frente a sucesos estresantes (Monnier, Hobfoll, Dunahoo, Hulsizer y Johnson, 1998). Desde esta perspectiva clásica las diferencias individuales bajo estrés serían el resultado de dos grandes tipos de afrontamiento: 1) afrontamiento orientado a la tarea y 2) afrontamiento orientado a la emoción. El primero haría referencias a todas las respuestas destinadas a cambiar o controlar aspectos de una situación estresante mientras que el segundo se refiere a aquellas acciones destinadas a regular la respuesta emocional derivadas de una situación estresante (Lazarus, 1999).

Al margen de su gran relevancia científica y aplicabilidad clínica, el modelo de Lazarus y Folkman ha recibido bastantes críticas debido a su excesiva simpleza al contemplar únicamente dos tipos de afrontamiento y su incapacidad a la hora de discriminar entre la función y el resultado del comportamiento (Carver, Scheier y Weintraub, 1989). Ante esta situación han surgido modelos alternativos que intentan suplir las limitaciones del modelo clásico y que ponen el foco en la adaptativo/desadaptativo de las respuestas. El modelo de Carver et al (1989) es uno de los más relevantes; contempla 14 tipos de afrontamiento que a su vez pueden agruparse en dos categorías más amplias: 1) afrontamiento adaptativo y 2) afrontamiento disfuncional.

Desde los modelos de afrontamiento el consumo de sustancias estaría explicado como un comportamiento que tiene como objetivo modificar, amortiguar o anular las experiencias desagradables; el consumo de sustancias como gestión del malestar. La persona adicta recurre a las drogas como un patrón de escape disfuncional de todas aquellas situaciones estresantes o señales de malestar internas (Pedrero, Rojo y Puerta, 2008). Ante esta premisa cabría esperar, como así han evidenciado diversos estudios, una relación significativa entre el afrontamiento evitativo y el consumo de sustancias (Wills y Hirky, 1996), diferencias entre población adicta y población no clínica (Pedrero, 2007), así como la naturaleza predisponente y/o precipitante del estrés en conductas adictivas (El-Shikh, Fahmy, Michael y Moselhy, 2004).

La investigación es unánime a la hora de relacionar el tipo de afrontamiento con la adicción a sustancias. Sin embargo, los trabajos que relacionan estas estrategias con la adicción a las TIC son escasos y poco concluyentes (Jiménez-Albiar et al., 2012). El tipo de estrategia de afrontamiento no solo tiene importancia a la hora de desarrollar o no una adicción, sino que también se relaciona con otro tipo de fenómenos. Concretamente se ha encontrado relación entre el tipo de afrontamiento y el “*bienestar psicológico*” (Parsons, Frydenberg y Poole, 1996), aunque no termina de estar claro cuál de las dos influye sobre la otra (González, Montoya, Casullo y Bernabéu, 2002). A pesar de que el bienestar psicológico carece de un marco teórico definido se entiende como la valoración subjetiva que realiza una persona con respecto a la totalidad de su vida (Veenhoven, 1991), un constructo altamente relacionado con la autoestima (Eronen y Nurmi, 1999).

Adicción y autoestima

La reciente alarma clínica generada por las consecuencias negativas del uso abusivo de las TIC ha llevado a que en los últimos años se dispare el número de estudios que buscan relaciones entre dicho fenómeno y constructos psicológicos clásicos. La autoestima es una de estas variables que ha sido estudiado en materia de adicciones a las TIC. Entendemos la autoestima como percepción global que el individuo tiene sobre su persona (Rosenberg, 1986) y supone un factor crítico que puede afectar al ajuste psicológico y social del individuo (Rodríguez y Caño, 2012)

La relación inversa entre autoestima y adicciones a sustancias ha sido ampliamente documentada en distintos grupos de edad (Pinazo, Pons y Carreras, 2002; Scheier, Botvin, Griffin y Díaz, 2000; Kavas, 2009). Una relación que también se ha encontrado en el estudio de adicciones a las nuevas tecnologías. Niemi, Griffiths y Banyard (2005) encontraron una menor autoestima en personas que llevaban a cabo un uso patológico de internet; siendo la autoestima un buen predictor del tiempo conectado a internet a lo largo de la semana (Armstrong, Phillips y Saling, 2000). Leung (2007) y Hong et al. (2012) encontraron que el uso problemático del *smartphone* estaba inversamente relacionado con la autoestima. Ehrenberg, Juckes, White y Walsh. (2008) encontraron que las personas con menor autoestima utilizaban con más frecuencia los servicios de mensajería instantánea, además de presentar mayores “*tendencias adictivas*”. Gran parte de la investigación evidencia una relación inversa entre ambas variables, tanto es así que Echeburúa (2012), considera a la baja autoestima como uno de los principales factores de riesgo que pueden aumentar la vulnerabilidad del individuo a sufrir una adicción a las nuevas tecnologías.

Entre las distintas explicaciones a este fenómeno; el carácter adictivo de las nuevas tecnologías y su relación con la baja autoestima, encontramos la enorme cantidad de servicios que las TIC ofrecen al usuario. El mundo virtual permite a la persona “*respuesta rápida, recompensas inmediatas, interactividad y múltiples ventanas con diferentes actividades*” (Echeburúa y Corral, 2010). Las TIC permiten al usuario crear una falsa identidad y a distanciarse, distorsionar o abandonar un mundo que, aunque real, es percibido como inadecuado y estresante (Becoña, 2006). De esta forma, como sugiere Cholí (2012), el uso abusivo de las TIC podría ser explicado como una estrategia de evitación desadaptativa a los estresores.

Ante estas cuestiones este trabajo tiene como finalidad arrojar un poco de luz al debate de si las adicciones a las TIC han de ser consideradas como si de adicciones a sustancias se tratasen o si, por el contrario, nos encontramos ante un fenómeno que requiere de una conceptualización independiente. Por ello, el objetivo general del siguiente trabajo será estudiar la relación existente entre el uso abusivo de las TIC y distintas variables cuya relación con la adicción a sustancias ha sido demostrada en investigaciones anteriores: el tipo de afrontamiento y la autoestima, así como evaluar las peculiaridades de este abuso en función del sexo y la edad.

Objetivos específicos del estudio:

- Objetivo 1: Estudiar si existe alguna relación entre la adicción a las diferentes tecnologías y los distintos tipos de afrontamiento.
- Objetivo 2: Comprobar la relación entre autoestima y el abuso a las nuevas tecnologías.
- Objetivo 3: Determinar si el tipo de afrontamiento y la autoestima predicen un uso abusivo de las nuevas tecnologías (móvil, internet, juego, RSO y MI).

- Objetivo 4: Comparar si existen diferencias entre los hombres y las mujeres respecto al uso abusivo de las tecnologías.
- Objetivo 5: Analizar si la edad se relaciona con el uso abusivo de las TIC.

Hipótesis del estudio:

- Hipótesis 1: Existe una relación directa del abuso de las TIC con estilos de afrontamiento disfuncionales y una relación inversa con estilos de afrontamiento adaptativos.
- Hipótesis 2: Existe una relación inversa entre la autoestima y el abuso de las TIC.
- Hipótesis 3: Los estilos de afrontamiento disfuncional y la autoestima predicen el uso abusivo de las TIC (internet, móvil, MI, RSO y videojuegos).
- Hipótesis 4: Existen diferencias entre los hombres y las mujeres en el uso abusivo de las TIC.
- Hipótesis 5: A menor edad mayor uso abusivo de las TIC

MÉTODO

Participantes

La muestra final estuvo compuesta por 304 voluntarios de los cuales 178 eran mujeres (58,6%) y 126 hombres (41,4%). La edad de los participantes estaba comprendida entre los 18 y 34 años, con una media de 25,23 (DT=4,228). Un porcentaje muy elevado de los participantes (80,4%) estaban o ya habían cursado formación universitaria; 40,8% de ellos eran graduados y 40,8% con un master o postgrado.

Diseño

Se trata de un estudio cuasi experimental retrospectivo, descriptivo, correlacional y transversal.

Instrumentos

Cuestionario de autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965, versión española de Echeburúa, 1995). Este cuestionario evalúa la autoestima global de la persona. Está formado por 10 ítems tipo Likert que recogen las actitudes de la persona con respecto a sí mismo (e.g., “*siento que tengo cualidades positivas*”) con opciones de respuesta comprendidas entre 1 y 4 (1= muy de acuerdo y 4= totalmente en desacuerdo). Las puntuaciones finales oscilan entre los 10 y 40. Respecto a la consistencia interna en el estudio realizado por Vázquez, Jiménez y Vázquez-Morejón (2004) CITAR Y VER SI SON DOS ESTUDIOS O UNO obtuvieron un coeficiente de alfa de Cronbach que arrojaba una puntuación de 0.87. La consistencia interna obtenida en el

presente estudio mediante el alfa de Cronbach fue de ,87. Por lo tanto, podemos ver que la escala presenta una buena fiabilidad.

COPE Abreviado (Carver, 1997, versión española de Pérez-García, 2008) Este cuestionario evalúa las respuestas de afrontamiento características de la persona ante situaciones estresantes (e.g., “Intento conseguir consejo o ayuda de otras personas sobre qué hacer”). Está formado por 28 ítems con un formato de respuesta de escala de frecuencia, con puntuaciones comprendidas entre 0 y 3 (0 = en ningún momento y 3 = todo el tiempo). La escala se conforma de 14 subescalas, cada una de ellas formada por dos ítems, siendo estas: *afrontamiento activo, planificación, apoyo emocional, apoyo social, religión, reinterpretación positiva, aceptación, negación, humor, distracción, autoinculpación, desconexión conductual, desahogo, y uso de sustancias.*

Morán, Landero y González (2010) analizaron las propiedades psicométricas de la versión en español del COPE-28. La investigación concluyó que no se podía confirmar la estructura factorial original de 14 factores, uno por subescala. Los autores consideran que dos ítems por factor son insuficientes, además de que la consistencia interna de las subescalas no era la adecuada en todos los casos: la subescala aceptación fue eliminada debida a la baja correlación existente entre los dos ítems que la conformaban. Ante esta situación consideran que estadísticamente la mejor estructura del instrumento sería la resultante de su análisis factorial de segundo orden formado por cuatro tipos de afrontamientos generales:

1. Afrontamiento cognitivo: Formado por las subescalas afrontamiento activo, planificación, reinterpretación positiva y desconexión.
2. Afrontamiento social: Formado por las subescalas apoyo emocional, apoyo social y desahogo.
3. Bloqueo del afrontamiento o afrontamiento evitativo: Formado por las subescalas negación, humor, autodistracción, autoinculpación, y uso de sustancias
4. Afrontamiento espiritual: Formado por la subescala religión.

Debido a las similitudes con la muestra de Morán, Landero y González (2010) los resultados del presente estudio se agruparon atendiendo a la propuesta anterior. También, se eliminó el factor afrontamiento espiritual y las subescalas que lo conformaban debido a que solo dos ítems saturaban en este factor y al poco interés este que suscitaba para la investigación. Estas decisiones son respaldadas por Carver (1997), quien indica que los investigadores pueden seleccionar aquellas escalas que tengan más interés de acuerdo con las muestras que se vayan a analizar o los objetivos concretos del estudio. De modo que finalmente se tuvieron en cuenta únicamente tres tipos de afrontamientos generales: afrontamiento cognitivo, afrontamiento social y afrontamiento evitativo. En cuanto a la consistencia interna obtenida en el estudio de Moran, Landero y González (2010) para las tres dimensiones fueron de un alfa de Cronbach de .74 para el afrontamiento cognitivo; .74 para el afrontamiento social y .71 para el afrontamiento evitativo.

La consistencia obtenida en el presente estudio fue de un alfa de Cronbach de .52 para el afrontamiento cognitivo; .78 para el afrontamiento social y .70 para el afrontamiento evitativo.

MULTICAGE-TIC (Pedrero et al., 2018) Este cuestionario evalúa el abuso y los problemas relacionados con el uso de Internet, Móvil, Videojuegos, Mensajería Instantánea y Redes Sociales. Está basado el MULTIGAGE CAD-4, que evalúa conductas adictivas con o sin sustancia. Está formado por 20 ítems (“¿Se han quejado sus familiares de las horas que dedica a Internet?”) con respuesta dicotómica “Si” / “No”. Por cada escala o conducta problema se formulan cuatro preguntas interrogando: 1) estimación del exceso de la dedicación temporal, 2) estimación de otros significativos, 3) dificultad para no realizar la conducta, 4) dificultad en interrumpir voluntariamente la conducta. Aunque es un cuestionario de reciente creación ha mostrado evidencias de validez y consistencia interna; todas las escalas mostraron un alfa de Cronbach superior a 0.70 en todas las dimensiones. La consistencia interna obtenida en la presente investigación fue superior a 0.66 en todas las dimensiones.

Análisis estadístico

Para llevar a cabo el análisis de datos se empleó el paquete estadístico IBM SPSS 23. Para la primera, segunda y quinta hipótesis se realizaron análisis de correlaciones de Pearson de las variables implicadas. Para la tercera hipótesis, se llevaron a cabo cinco análisis de regresión lineal por pasos, uno por cada TIC como variables dependientes (internet, móvil, videojuegos, MI y RSO) y como variables predictoras el tipo de afrontamiento y la autoestima. Para la cuarta hipótesis, se compararon las medias en el uso abusivo de las diferentes TIC en función del sexo empleando la prueba t de Student para muestras independientes, comprobando el supuesto de normalidad previamente.

Resultados

En primer lugar, se han obtenido las puntuaciones medias del MULTICAGE-TIC (Ver Tabla 1). Cada una de las escalas tenían puntuaciones comprendidas entre 0 y 4, siendo 0 la puntuación mínima y 4 la puntuación máxima para cada una de las TIC. Las puntuaciones medias indican que internet y el móvil son las dos TIC que los participantes utilizan de forma más abusiva mientras que los videojuegos es la TIC que presenta un uso más mesurado.

Tabla 1.
Puntuaciones medias MULTICAGE-TIC

	Mín.	Max.	M	DT
Abuso Internet	0	4	2,01	1,26
Abuso Móvil	0	4	2,01	1,14
Abuso Videojuegos	0	4	,61	1,08
Abuso MI	0	4	1,68	1,39
Abuso RSO	0	4	1,35	1,40

Notas: *Min* = Mínimo; *Max* = Máximo; *M* = Media; *DT* = Desviación típica; *MI*: Mensajería instantánea; *RSO*: Redes sociales online

Para explorar las relaciones entre los estilos de afrontamiento, la autoestima y el uso abusivo de los distintos tipos de TIC se calcularon los coeficientes de correlación de Pearson cuyos resultados se pueden observar en la Tabla 2. Empezando por las variables independientes, encontramos relaciones significativas de la autoestima con los distintos tipos de afrontamiento analizados, siendo una relación directa y baja con el afrontamiento cognitivo ($r = ,43$ $p < ,01$) y con el afrontamiento social ($r = ,16$; $p < ,01$), mientras que una relación baja e inversa con el bloqueo del afrontamiento ($r = -,29$; $p < ,01$). Siguiendo con la autoestima, esta vez en relación con el uso abusivo de las TIC, se encontraron relaciones significativas inversas y bajas entre la autoestima y el abuso a internet ($r = -,26$; $p < ,01$), el abuso a los videojuegos ($r = -,16$; $p < ,01$) y el abuso de las RSO ($r = -,15$; $p < ,01$).

Lo que quiere decir es que, a mayor autoestima, mayor afrontamiento cognitivo y afrontamiento social, mientras que, a menor autoestima, mayor afrontamiento evitativo y mayor uso abusivo de las TIC.

Con respecto a los estilos de afrontamiento y el uso abusivo de las TIC, globalmente se encontraron relaciones inversas y bajas entre el afrontamiento cognitivo y el abuso de las TIC, estas relaciones fueron significativas con el abuso a internet ($r = -,14$; $p < ,01$) y con el abuso a los videojuegos ($r = -,15$; $p < ,01$). También, se encontraron relaciones directas y bajas del afrontamiento social con el abuso de MI ($r = ,20$; $p < ,01$) y con el abuso de RSO ($r = ,18$; $p < ,01$). Por último, se encontraron relaciones directas y bajas del bloqueo del afrontamiento el uso abusivo de todas las TIC, siendo significativas con el abuso a internet ($r = ,17$; $p < ,01$), con el abuso a los videojuegos ($r = ,15$; $p < ,01$) y con el abuso a la MI ($r = ,18$; $p < ,01$)

Tabla 2: Análisis de correlación (coeficientes de correlación de Pearson).

	AFC	AFS	BAF	AU	AI	AM	AV	AMI	ARSO
AFC	-	,13*	,15**	,43**	-,14*	,00	-,15*	-,03	-,05
AFS		-	,14*	,16**	,05	,11	-,05	,20**	,18**
BAF			-	-,29**	,17**	,05	,15**	,18**	,10
AU				-	-,26**	-,05	-,16**	-,08	-,15**
AI					-	,57**	,37**	,41**	,54**
AM						-	,22**	,58**	,58**
AV							-	,05	,08
AMI								-	,47**
ARSO									-

Nota. AFC: Afrontamiento cognitivo; AFS: Afrontamiento social; BAF: Bloqueo del afrontamiento; AU: Autoestima; AI: Abuso de internet; AM: Abuso del móvil; AV: Abuso de videojuegos; AMI: Abuso de mensajería instantánea; ARSO: Abuso de redes sociales online.

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

Para estudiar si el tipo de afrontamiento y la autoestima predicen el uso abusivo de las TIC, se llevaron a cabo cinco análisis de regresión lineal. Las variables abuso a internet, abuso al móvil, abuso a los videojuegos, abuso a MI y abuso a RSO fueron las variables dependientes de cada uno de los análisis de regresión, mientras que la autoestima y los tres estilos de afrontamiento, por separado, fueron las variables independientes. Ninguno de los resultados de las cinco correlaciones lineales obtuvo una puntuación R^2 ajustado superior a 0,01; es decir, la autoestima y los distintos estilos de afrontamiento no explicaban más de un 10% el uso abusivo de ninguna de las TIC estudiadas.

La Tabla 3, nos muestra los resultados de la prueba t de Student para muestras independientes en el uso abusivo de las TIC en función del sexo. Los datos evidencian diferencias significativas en el abuso del teléfono móvil entre hombres ($M = 1,75 \pm DT = 1,05$) y mujeres ($M = 2,19 \pm DT = 1,16$), $t = -3,31$; $p < ,05$. Siendo en este caso las mujeres las que mayor media obtienen en el uso abusivo del teléfono móvil que los hombres.

También, existen diferencias significativas en el abuso de MI entre hombres ($M = 1,32 \pm DT = 1,25$) y mujeres ($M = 1,94 \pm DT = 1,42$), $t = -3,91$; $p < ,001$. Siendo las mujeres las que mayor media obtienen en el uso abusivo de MI que los hombres.

Por último, encontramos diferencias en el abuso de RSO entre hombres ($M = 0,84 \pm DT = 1,24$) y mujeres ($M = 1,71 \pm DT = 1,39$), $t = -6,41$; $p < ,001$. Las mujeres presentan un uso abusivo de las RSO significativamente superior con respecto a los hombres.

Tabla 3.

Diferencias de medias en el uso abusivo de las TIC en función del sexo.

	Sexo	Media	DT	Prueba de Levene		Prueba t.	
				F	Sig.	t	Sig.
AI	Hombre	1,90	1,22	,68	,41	-1,27	,20
	Mujer	2,08	1,23				
AM	Hombre	1,75	1,06	1,46	,23	-3,31	,001
	Mujer	2,19	1,16				
AV	Hombre	,67	1,08	1,04	,31	,89	,37
	Mujer	,56	1,09				
AMI	Hombre	1,32	1,26	3,71	,055	-3,93	,000
	Mujer	1,94	1,42				
ARSO	Hombre	,84	1,24	6,42	,012	-5,61	,000
	Mujer	1,7	1,40				

Nota. AI: Abuso de internet; AM: Abuso del móvil; AV: Abuso de videojuegos; AMI: Abuso de mensajería instantánea; ARSO: Abuso de redes sociales online.

La Tabla 4, muestra la relación entre la edad y el uso abusivo de las TIC. Existe una relación inversa y baja entre la edad y el uso abusivo de todas TIC estudiadas; uso abusivo a internet ($r = -.17, p < ,01$), en el uso abusivo del móvil ($r = -.13, p < ,05$), en el uso abusivo de la MI ($r = -.19, p < ,01$) y en el uso abusivo de las RSO ($r = -.12, p < ,05$). Lo que quiere decir, a menor edad mayor es el uso abusivo que se hace de ellas.

Tabla 4.

Análisis de correlación (coeficientes de correlación de Pearson). Abuso de las TIC y edad

	Abuso internet	Abuso Móvil	Abuso videojuegos	Abuso MI	Abuso RSO
Edad	-,17**	-,13*	-,071	-,19**	-,12*

Nota: * $p < ,05$; ** $p < ,01$.

DISCUSIÓN

El objetivo general de este estudio fue determinar la relación existente entre el uso abusivo de las TIC y distintas variables históricamente relacionadas con la adicción a sustancias. Para ello, se plantearon una serie de objetivos específicos: 1) estudiar la relación entre el abuso de las TIC y los distintos tipos de afrontamiento; 2) comprobar la relación entre el abuso de las TIC y la autoestima; 3) determinar la capacidad predictiva del afrontamiento y la autoestima en el uso abusivo de las TIC; 4) comparar las diferencias entre los hombres y las mujeres en el uso abusivo de las TIC y 5) estudiar la relación entre la edad y el abuso de las TIC.

Los resultados muestran la preferencia de los sujetos que abusan de las TIC por el afrontamiento evitativo, mientras que el uso moderado estaría relacionado con el afrontamiento cognitivo. Estos resultados son análogos a los encontrados en personas que abusan de sustancias (El-Shikh, Fahmy et al. 2004), donde el consumo se ha relacionado con un estilo de afrontamiento disfuncional. De esta manera se confirma la primera hipótesis: *el uso abusivo de las TIC se relaciona de forma directa con el afrontamiento evitativo y de forma indirecta con el afrontamiento cognitivo.*

La relación encontrada entre la autoestima y el tipo de afrontamiento también está en sintonía con lo aportado por investigaciones anteriores (Parsons et al. 1996). El afrontamiento adaptativo se relaciona con una alta autoestima mientras que un afrontamiento desadaptativo se relaciona con una baja autoestima. Por otro lado, el afrontamiento social, también se relacionó directamente con la autoestima. Las personas capaces de recurrir o apoyarse en su entorno social para afrontar situaciones difíciles evidencian actitudes más positivas acerca de sí mismos en comparación que aquellas personas con dificultades en lo social. Esta relación entre conductas sociales adecuadas y autoestima ha sido ampliamente documentada por diversos autores (Garaigordobil y Durá, 2005; Rigby y Slee, 1993).

A pesar de la supuesta naturaleza social de las TIC, como así demuestra su relación directa con el afrontamiento social, el uso abusivo de las mismas no se relacionó con una alta autoestima sino todo lo contrario. Aunque estos resultados confirman nuestra segunda hipótesis: *existe una relación inversa entre la autoestima y el abuso de las TIC* y son congruentes con investigaciones anteriores (Pinazo et al. 2002, Niemz et al. 2005 y Ehrenberg et al 2008) resultan especialmente llamativos.

Sorprende como las TIC, a pesar de haber sido concebidas principalmente para satisfacer una necesidad básica como la socialización, se relacionan con algo tan contrario a lo que podríamos considerar saludable como la baja autoestima. Esto nos lleva a preguntarnos hasta qué punto resulta acertado el progresivo reemplazo de la interacción convencional por la interacción que las TIC que se viene dando en los últimos años. Hasta qué punto es recomendable limitar nuestros intercambios sociales a unos canales incapaces de satisfacer los requisitos mínimos de una vida social plena. Al margen de las evidentes carencias con respecto al tono de voz, el contacto visual, los gestos, la postura corporal etc., los resultados de esta investigación sugieren como indica Kutjath (2011) la gran dificultad de las TIC a la hora de cumplir los estándares para lo que se denomina una socialización saludable.

Hasta aquí las relaciones encontradas entre el uso abusivo de las TIC, el afrontamiento y la autoestima, aunque bajas, fueron muy similares a las encontradas en materia de adicciones a sustancias. Sin embargo, con respecto a nuestra tercera hipótesis: *los estilos de afrontamiento*

disfuncional y la autoestima predicen el uso abusivo de las TIC, no pudo confirmarse ya que ninguna de las variables de nuestro modelo resultó ser estadísticamente significativa para predecir el uso abusivo de las TIC.

Desde los modelos de adicción basados en el afrontamiento el consumo de sustancias se explica a través de 1) los cambios en los estados afectivos que la sustancia es capaz de producir, 2) la distracción que ofrece ante el displacer y 3) mejora la actuación a través de los efectos fisiológicos en el arousal. (Chau, 1999). Si tenemos en cuenta que de los tres efectos anteriormente mencionados el uso de las TIC solo podría generar distracción al displacer no es de extrañar que las relaciones entre el afrontamiento evitativo y el abuso de las TIC hayan sido bajas y que el tipo de afrontamiento haya sido incapaz de predecir el uso abusivo de las TIC.

Esto nos lleva a preguntarnos hasta qué punto podemos considerar la adicción a las TIC como si de un fenómeno de adicción a sustancias se tratara. Los resultados dejan entrever que existen otras variables que podrían explicar con mayor detalle el desarrollo y mantenimiento del uso patológico de las TIC.

En cuanto a las diferencias en el uso de las TIC en función del género encontramos que, a excepción de los videojuegos, las mujeres mostraron un uso abusivo de las TIC mayor que los hombres. Estas diferencias fueron significativas en el caso del móvil, la MI y las RSO por lo que se pudo confirmar la cuarta hipótesis para las TIC mencionadas: *existen diferencias entre los hombres y las mujeres en el uso abusivo de las TIC*. Estos resultados son muy similares a los encontrados por otros autores (Villadangos y Labrador, 2009; Jiménez-Albiar et al., 2012), en los que únicamente cabría destacar que los videojuegos, comúnmente asociados a un público masculino, no presentaron diferencias significativas en función del sexo.

Finalmente, la última hipótesis: *a menor edad mayor uso abusivo de las TIC* fue confirmada para todas las TIC a excepción de los videojuegos. Los participantes más jóvenes fueron los que mostraron un uso abusivo mayor de las TIC. Como mencionábamos anteriormente la tecnología ha cambiado la manera en la que nos relacionamos con nuestro entorno, así como las pautas de interacción entre los individuos que componen la sociedad digital. Los jóvenes han llegado a supeditar gran parte de sus encuentros sociales a los medios digitales (Jiménez-Albiar et al., 2012) y no solo utilizan las TIC con más frecuencia sino, además, de forma más abusiva.

Llama especialmente la atención la gran sintonía entre las distintas TIC; a excepción de los videojuegos, todas se relacionan de una manera muy similar con el resto de las variables estudiadas: afrontamiento, autoestima, sexo y edad. Los resultados discrepantes del uso abusivo de los videojuegos pueden explicarse atendiendo a las diferencias de esta TIC con respecto a las demás. Aunque en los últimos años han aparecido multitud de videojuegos multijugador online en los que las barreras del juego cooperativo, antiguamente restringidas al mismo espacio y

consola, han sido derribadas. Sigue existiendo una amplia oferta de títulos individuales para usuarios que deseen jugar en solitario. A diferencia del resto de TIC estudiadas, probablemente los videojuegos sean aquella que tienen un componente social menos evidente.

De la misma forma que le ocurrió a Pedrero et al. (2018), resultan muy llamativas las puntuaciones medias obtenidas en el cuestionario MULTICAGE-TIC. A excepción de los videojuegos, las puntuaciones en el abuso de las TIC fueron demasiado elevadas para lo que cabría esperar en población no clínica. Si tenemos en cuenta que el MULTICAGE-TIC está basado en el MULTICAGE CAD-4 y atendemos a los criterios diagnósticos de este último cuestionario, obtendríamos que la puntuación media de los participantes supera el diagnóstico “*posible existencia del problema*” en el uso abusivo a internet y del teléfono móvil, seguidos muy de cerca del uso abusivo de las RSO y la MI.

Incluso en población adicta, resulta complicado encontrar una conciencia de abuso tan evidente como la que manifestaron los participantes de la investigación, lo que nos hace replantearnos hasta qué punto utilizar los baremos anteriores nos aboca a un sobrediagnóstico o si, por el contrario, existe una normalización con respecto al uso abusivo de las TIC difícilmente encontrable en conductas adictivas de otra índole.

A pesar de haber encontrado relación entre el abuso a las TIC, el afrontamiento y la autoestima, la incapacidad de estas dos últimas de predecir el uso abusivo de las TIC, el sobrediagnóstico y la normalización del fenómeno nos hace preguntarnos si realmente podemos establecer una analogía entre el abuso de sustancias y el abuso de las TIC. Los resultados de esta investigación parecen indicar que existen otros tipos de variables mediadoras que podrían explicar con más precisión por qué la sociedad actual usa de manera abusiva las TIC más allá de aquellas variables que históricamente se han relacionado con la adicción a sustancias. Debido a su evidente carácter social consideramos que estas incógnitas podrían despejarse con mayor facilidad atendiendo a una explicación más contextual, no tanto centrada en las variables personales de los individuos.

Por otro lado, ante las grandes similitudes encontradas entre las distintas TIC a lo largo del trabajo, consideramos que las futuras investigaciones deberían estar dirigidas a estudiar los elementos comunes de las mismas en lugar de analizarlas por separado. Esto ayudaría a clarificar el carácter adictivo común, así como al desarrollo de un modelo teórico específico para la adicción a las TIC.

Las principales limitaciones del estudio han radicado en las características de la muestra y en el acceso a la misma. La muestra estuvo formada por participantes de entre 18 y 34 años, todos ellos nativos digitales. Habría sido muy positivo contar con un rango de edad más amplio, en lo que pudiéramos incluir tanto de candidatos de mayor edad menos familiarizados con el uso de las TIC, como de participantes menores de edad, una población especialmente sensible e inmersa en estas TIC. Por otro lado, entendemos que los medios a través de los que se contactó con los participantes pueden condicionar las características de la muestra recogida. Teniendo en cuenta que los cuestionarios se difundieron a través de internet, RSO, servicios de MI y correo electrónico es probable que los participantes no sean representativos de la franja de edad estudiada. Todos ellos necesitaban estar presentes y saber manejar con destreza estos servicios y aplicaciones digitales para poder cumplimentar los cuestionarios.

La ausencia de consenso e instrumentos capaces de discriminar un uso normal, abusivo o adicción a las TIC ha sido otra de las grandes limitaciones destacables de este trabajo, por lo que sería recomendable de cara a futuras investigaciones el desarrollo de herramientas capaces de evaluar de forma exitosa estos comportamientos.

REFERENCIAS

- ADESE. (2009). *Usos y hábitos de los videojugadores españoles*. Recuperado de <http://www.adese.es/pdf/PPThabititos122009.pdf>
- APA (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)* (Fifth Edition). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Armstrong, L., Phillips, J., y Saling, L. L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies* 53, 537-550.
- Backer-Grøndahl, A. y Sagberg, F. (2011). Driving and telephoning: Relative accident risk when using hand-held and hands-free mobile phones. *Safety Science*, 49, 324-330. doi: 10.1016/j.ssci.2010.09.009
- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. Vigo: Nova Galicia Edicións.
- Bernete, F. (2010). Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de los jóvenes. *Revista de estudios de juventud*, 88, 97-114
- Brugal, M. T., Rodríguez-Martos, A. y Villalbí, J. R. (2006). Nuevas y viejas adicciones: implicaciones para la salud pública. *Gaceta Sanitaria*, 20, 55-62.
- Caldevilla, D., (2010). Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual/The social webs. typology, use and consumption of the webs 2.0 in today's digital society. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68.
- Carbonell, X., Chamarro, A., Griffiths, M., Oberst, U., Cladellas, R., y Talar, A. (2012). Problematic Internet and cell phone use in Spanish teenagers and young students. *Anales de Psicología*, 28, 789-796.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4, 92-100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. y Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Chau, C. (1999). Consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes universitarios: motivaciones y estilos de afrontamiento. *Revista Persona*, 2, 121-161.
- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: a point of issue. *Addiction*, 105, 373-374.
- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76, 210-217.

- Díaz, V. (2011). Mitos y realidades de las redes sociales. Información y comunicación en la Sociedad de la Información. *Prisma social*, 6, 1-26.
- Echeburúa, E. (1995). *Evaluación y tratamiento de la fobia social*. Barcelona: Martínez Roca.
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 4, 435-448.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22, 91-96
- Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K. M. y Walsh, S. P. (2008). Personality and self-esteem as predictors of young people's technology use. *Cyberpsychology & behavior*, 11, 739-741.
- El-Shikh, H., Fahmy, E., Michael, V. S. y Moselhy, H. F. (2004). Acontecimientos vitales y adicción: una revisión de la bibliografía. *European Journal of Psychiatry*, 18, 162-170.
- Eronen, S. y Nurmi, J.E. (1999). Life events, predisposing cognitive strategies and well-being. *European Journal of Personality*, 13, 129- 148.
- Forbes. (2012). WhatsApp: The biggest social network you've never heard of. Retrieved from <http://www.forbes.com/sites/benedictevans/2012/10/19/whatsapp-the-biggest-social-networkyouve-never-heard-of/>
- Fundación Orange. (2014). *eEspaña: Informe Anual sobre el desarrollo de la sociedad de la información en España*. Fundación Orange. Madrid. Recuperado de http://www.proyectosfundacionorange.es/docs/eE2014/Informe_eE2014.pdf
- Fundación Telefónica (2007). *Preguntas más frecuentes sobre la Sociedad de la información: ¿Qué son las TIC y qué beneficios aportan a la sociedad?* [en línea] Fundación Telefónica [<http://info.telefonica.es/sociedaddelainformacion/html/faq^home.shtml>] (junio 2009)1.
- García, J. A. (2013). Adicciones tecnológicas: El auge de las redes sociales. *Health and Addictions*, 13, 5–13.
- Gimenez, M., y Zirpoli, R. (2015). *Trastornos psicológicos vinculados al uso de Whatsapp*. Trabajo presentado en el VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, Buenos Aires. Recuperado de: <https://goo.gl/psazJG>
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14, 363-368.
- González, V., Merino L., Cano, M. (2009). *Las e-adicciones. Dependencias en la era digital. Ciberjuego, cibersexo, comunidades y redes sociales*, Barcelona: Nexux Médica Editores.

- Graner, C., Castellana, M., Sanchez-Carbonell, X., Beranuy, M. y Chamarro, A. (2006). Comparación entre el uso de Internet por parte de los adolescentes y jóvenes. Grupo de trabajo en el *XXI Congreso Internacional de Comunicación*. Pamplona. Recuperado de <http://www.unav.es/fcom/cicom/2006/es/grupostrabajo.htm>.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A. y Gorelick, D. A. (2010). Introduction to Behavioral Addictions. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 233-241.
- Griffiths, M. D. (2008). The biopsychosocial and “complex” systems approach as a unified framework for addiction. *Behavioral and Brain Sciences*, 31, 446-447. doi: 10.1017/S0140525X08004822
- Griffiths, M.D. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191– 197.
- Hong, F., Chiu, S. y Huang, D. (2012). A model of the relationship between psychological characteris TIC, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28, 2152-2159. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2012.06.020>
- IAB Spain. (2016). Estudio Anual de Redes Sociales 2016. Recuperado de: <http://www.iabspain.net/redes-sociales/>
- Jiménez-Albiar, M.I., Piqueras, J.A., Mateu-Martínez, O., Carballo, J.L., Orgilés, M. y Espada, J. P. (2012). Diferencias de sexo, característica de personalidad y afrontamiento en el uso de internet, el móvil y los videojuegos en la adolescencia. *Health and Adiccions/Salud y Drogas*, 12, 61-82
- Jiménez-Albiar, M.I., Piqueras, J.A., Mateu-Martínez, O., Carballo, J.L., Orgilés, M. y Espada, J.P. (2012). Diferencias de sexo, característica de personalidad y afrontamiento en el uso de internet, el móvil y los videojuegos en la adolescencia. *Health and Adiccions/Salud y Drogas*, 12(1), 61-82.
- Kavas A (2009). Self-esteem and health-risk behaviors among Turkish late adolescents. *Adolescence*, 44, 187-198.
- Kujath, C. L. (2011). Facebook and MySpace: Complement or substitute for face-to-face interaction? *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 15, 75–78.
- Lara, F., Fuentes, M., Fuente, R., Pérez, F., Garrote, G. y Rodríguez, M. V. (2009). Uso y abuso de las TIC en la población escolarizada burgalesa 10-18 años: relación con otras variables psicosociales. Burgos: Universidad de Burgos
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: a new synthesis*. Nueva York: Springer.

- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Nueva York: Springer.
- Leung, L. (2007). Unwillingness-to-communicate and College Students' Motives in SMS Mobile Messaging. *Telematics & Informatics*, 24, 115-129.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.tele.2006.01.002>
- Levis, D. (2002). Videojuegos: cambios y permanencias. *Comunicación y pedagogía*, 184, 65-69.
- Martínez, F. (2013). Los nuevos medios y el periodismo de medios sociales (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid. Recuperado de: <https://goo.gl/iG3U0j>
- Monnier, J., Hobfoll, S. E., Dunahoo, C. L., Hulsizer, M. R., y Johnson, R. (1998). There's more than rugged individualism in coping. Part 2: Construct validity and further model testing. *Anxiety, Stress, and Coping*, 11, 247-272.
- Morales, E. (2012). El smartphone como motor de una nueva incertidumbre social: la importancia de las redes sociales en la comunicación móvil de los jóvenes españoles en la sociedad de la inmediatez. *Prisma Social*, 8, 87- 105.
- Morán, C., Landero, R., y González M. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9, 543-552.
- Nafría, I. (2007). *Web 2.0: El usuario, el nuevo rey de Internet*. Madrid: Gestión 2000.
- Niemz, K., Griffiths, M., y Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, 8, 562-570.
- Oblinger, D. G., y Oblinger, J. L. (2005). *Educating the Net Generation*, Washington: Educause. Recuperado de: <https://goo.gl/9mVwhx>
- Orihuela, J. L (2008) Internet: la hora de las redes sociales. *Nueva Revista de Política, Cultura y Arte*, 119, 57-62.
- Parsons, A., Frydenberg, E. y Poole, C. (1996). Overachievement and coping strategies in adolescent males. *British Journal of Educational Psychology*, 66, 109-114.
- Pedrero, E. (2007). Adaptación española de la Escala Multiaxial de Afrontamiento-Disposicional (Strategic Approach to Coping Scale-Dispositional Form; SACS-D) a población general y adictos a sustancias. Madrid: UNED. En Chicharro, J. (2015). *Factores psicosociales relevantes en pacientes en tratamiento por conductas adictivas*. D-UNED-Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Pedrero, E. J., Rojo, G. y Puerta, C. (2008). Estilos de afrontamiento del estrés y adicción. *Revista Española de Drogodependencias*, 33, 256-270.

- Pedrero, E. J., Ruíz, J.M., Rojo, G., Llanero, M., Pedrero, J., Morales, S., Puerta, C. (2018) 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*, 1, 19-32.
- Pedrero, E., Rodríguez, M. T., Monje, R., María, J., Sanchez, R., y León, D. (2012). Mobile phone abuse or addiction. A review of the literature. *Adicciones*, 139-152.
- Pinazo, S., Pons, J. y Carreras, A. (2002). El consumo de inhalables y cánnabis en la preadolescencia: análisis multivariado de factores predisponentes. *Anales de Psicología*, 18, 77-93
- Prensky, M. (2011). *Enseñar a nativos digitales*. Madrid: Ediciones SM.
- Ramón-Cortés, F. (2010). ¿Internet amenaza el contacto real? *El País Semanal*, 1736, 24-25.
- Rigby, K., y Slee, P.T. (1993). Dimensions of interpersonal relation among Australian children and implications for psychological wellbeing. *Journal of Social Psychology*, 133, 33-42.
- Rivero, F. (2016). Informe Mobile en España y en el Mundo 2016. Disponible en: <http://www.ditrendia.es/informe-ditrendia-mobile-en-espana-y-en-el-mundo-2016/>. o (http://www.amic.media/media/files/file_352_1050.pdf)
- Rodríguez Naranjo, C., y Caño González, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12, 89-403.
- Rosenberg, M. (1965). *La autoimagen del adolescente y la sociedad*. Buenos Aires: Paidós (traducción de 1973).
- Rosenberg, M. (1986). Self-concept from middle childhood through adolescence. En J. Suls, y A.G. Greenwald (Eds), *Psychological perspectives on the self*, 107-136. Hillsdale NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Scheier L, Botvin G, Griffin K y Díaz T (2000). Dynamic growth models of self-esteem and adolescent alcohol use. *Journal of Early Adolescence*, 20, 178-209.
- Turan, N., Polat, O., Karapirli, M., Uysal, C. y Turan, S. G. (2011). The new violence type of the era: Cyber bullying among university students: Violence among university students. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, 17, 21-26. doi: 10.1016/j.npbr.2011.02.005
- Vázquez, A., Jiménez. R. y Vázquez-Morejón, R. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22, 247- 255.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 20, 333-354.

- Wills, T. A. y Hirky, A. E. (1996). Coping and substance abuse: A theoretical model and review of the evidence. En T. H. Ollendick y R. J. Prinz (Eds.), *Advances in clinical child psychology*, 91-132. New York: Wiley.
- Young, K. (2015). The Evolution of Internet Addiction Disorder. *En Internet Addiction*, 3-17. Switzerland: Springer International Publishing.
- Zermeno, A., Arellano, A. y Ramirez, V. (2005). Redes semánticas naturales: técnica para representar los significados que los jóvenes tienen sobre la televisión, Internet y expectativas de vida. *Estudio sobre las culturas contemporáneas*, 11, 305-334.