

10 

Estudio de Uso Problemático
de las tecnologías de la información,
la comunicación y el juego entre
los adolescentes y jóvenes
de la ciudad de Madrid



iMADRID!

10

Estudio de Uso Problemático
de las tecnologías de la información,
la comunicación y el juego entre
los adolescentes y jóvenes
de la ciudad de Madrid



iMADRID!

La publicación del “Estudio de Uso Problemático de las Tecnologías de la Información, la Comunicación y el Juego entre los Adolescentes y Jóvenes de la Ciudad de Madrid” ha sido desarrollada en el marco de la colaboración entre el Instituto de Adicciones de Madrid Salud y Append Investigación de Mercados. En la dirección técnica y coordinación de este proyecto han colaborado las siguientes personas:

INSTITUTO DE ADICCIONES DE MADRID SALUD

Dirección:

José Manuel Torrecilla Jiménez

Coordinación:

Aitor Ugarte Iturrizaga

Coordinación Técnica:

Francisco de Asís Babín Vich

Ana Isabel Romero Hidalgo

Nieves Herrero Yuste

Ana Paloma Ordóñez Franco

APPEND INVESTIGACIÓN DE MERCADOS

Análisis y redacción:

Zuriñe Zuazo, *Dirección Técnica del Proyecto*

Oscar Escaño, *Responsable de Campo*

Aurelio Alonso, *Responsable del Centro de Cálculo*

José Francisco Alija, *Socio Dirección de Desarrollo Estratégico*

Jesús García Camacho, *Dirección Comercial*

Diseño gráfico:

Doblehache Comunicación

Madrid, julio de 2008

PRESENTACIÓN	5
INTRODUCCIÓN	7
OBJETIVOS	9
METODOLOGÍA	11
INFORME DE RESULTADOS	27
ANÁLISIS DOCUMENTAL	28
Aproximación diagnóstica	29
Factores Adictivos de Internet	38
Estudios realizados en torno al uso problemático de Internet	41
Estudios realizados en España	53
Estudios centrados en niños y adolescentes	56
Estudios Realizados	57
<i>Seguridad infantil y costumbres de los menores en Internet</i>	57
<i>Ceaccu</i>	59
<i>Estudio videojuegos, menores y responsabilidad de los padres (Ong Protégeles)</i>	60
<i>Estudio sobre telefonía móvil (Ong Protégeles)</i>	62
<i>Aluesa, entidad de atención a la ludopatía y a la exclusión social</i>	63
<i>Avacu, Asociación Valenciana de Consumidores y Usuarios</i>	64
<i>Universidad de Granada</i>	66
Conclusiones del análisis documental	67
ESTUDIO CUALITATIVO MADRID SALUD	69
Entrevistas en profundidad	69
Grupos de discusión	84
Conclusiones del estudio cualitativo	92
ESTUDIO CUANTITATIVO MADRID SALUD	95
Encuesta a Hijos	95
<i>Perfil de los jóvenes encuestados</i>	95
<i>Tecnologías de la comunicación</i>	106
<i>Tecnologías del juego</i>	115
<i>Internet</i>	121
<i>Síntomas físicos padecidos del uso de las nuevas tecnologías</i>	132
<i>Prevalencia del uso problemático de las nuevas tecnologías entre los jóvenes madrileños</i>	133
<i>Perfil de jóvenes con problemas en el uso de las nuevas tecnologías</i>	134

Encuesta a Padres	140
<i>Uso de TIC por parte de padres, madres, tutores</i>	141
<i>Uso de TIC y tecnologías del juego en sus hijos</i>	144
<i>Tipo de uso que hacen sus hijos de las TIC y tecnologías del juego</i>	145
<i>Control de los padres en el uso de las TIC y tecnologías del juego por parte de sus hijos</i>	146
<i>Percepción del fenómeno</i>	150
<i>Uso problemático de las TIC y tecnologías del juego en los hijos</i>	153
<i>Perfil académico de los hijos</i>	156
<i>Notoriedad de los mecanismos institucionales</i>	158
ESCALAS DE AUTOEVALUACIÓN DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS	160
CONCLUSIONES	167
FUENTES CONSULTADAS	173

Presentación

La evolución de la accesibilidad a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, está produciendo un intenso cambio cultural para el conjunto de la humanidad.

La posibilidad de acceso a la información, prácticamente en tiempo real, independientemente del lugar donde se produce el hecho, supone sin duda una base fundamental de la llamada “globalización” y produce un cambio de dimensiones tanto en lo cultural como en lo social. Podríamos decir que, de alguna manera, se produce a través de las nuevas tecnologías una cierta “democratización” referida a la capacidad de acceder a información y conocimientos de los que antaño sólo una minoría podían disfrutar.

En este sentido, es indudable que el uso adecuado de estas herramientas, ha de provocar, y de hecho ya está provocando, sobre todo en las generaciones más jóvenes, un modo distinto de acceder a un conocimiento más amplio del que muchos pudieron soñar. Además, estas nuevas tecnologías, junto con las del juego, suponen también un distinto modo de comunicarnos, de interactuar con nuestros iguales y de ocupar el tiempo de ocio, en muchos casos desde fases aun iniciales de la maduración.

Y sin embargo, las principales virtudes de las nuevas tecnologías, albergan en su misma concepción factores sobre los que es necesario reflexionar. El primero de ellos quizá pueda ser la calidad de la información a la que se accede a través de esa enorme ventana que supone Internet, el “world wide web” es un espacio tan sumamente “democrático” que resulta prácticamente imposible moderarlo, dimensionarlo o evaluarlo en términos de validez intrínseca de sus contenidos, de calidad, ética y oportunidad de la información a la que se accede, a través de la ingente cantidad de fuentes que contribuyen a su conformación.

En segundo lugar, existe un criterio relativamente generalizado entre profesionales de la salud, sobre el potencial que dichas tecnologías albergan de generar, siquiera ocasionalmente, usos inadecuados entre población especialmente susceptible y en casos puntuales una auténtica adicción. Su indudable atractivo, unido a factores de recompensa emocional, anonimato y otras características con menor grado de consenso, estarían en la base de este potencial.

Por otra parte, la relativa novedad que para generaciones más adultas suponen muchas de estas herramientas, hace más difícil el establecimiento de criterios sobre los elementos que se deben considerar para evaluar en cada caso, entre los menores a nuestro cargo, una inadecuada utilización. Así se ha acuñado el término de “cibernetos/as”, para referirse a aquellos individuos que muestran un alto grado de desconocimiento del uso, manejo y potencial de las nuevas tecnologías de la comunicación, la información y el juego.

Todo ello genera una realidad social, hasta ahora poco dimensionada, en la que cada vez es más frecuente el acceso a servicios relacionados con la salud y las adicciones, de padres preocupados por el modo y manera en que sus hijos utilizan las herramientas que permiten el acceso a una realidad “virtual”, distinta de aquella que conformó nuestra infancia y nuestra juventud, necesaria cada vez más para considerarse “parte de la comunidad”, pero que, en algunas ocasiones, se percibe como una amenaza al alterar el modo de relacionarse que en nuestra cultura considerábamos “natural”.

De estas observaciones nace la necesidad de posicionarse, empezando por conocer y dimensionar la realidad para poder dar una respuesta eficaz, ante la problemática que puedan llevar aparejada y más o menos oculta, la utilización, por otra parte hoy imprescindible, de estas tecnologías.

Para ello, Madrid Salud, como organismo municipal encargado del desarrollo de estrategias y la prestación de servicios en materia de adicciones en la ciudad de Madrid, ha considerado necesario la realización de una investigación de carácter cuali-cuantitativo, que constituye el cuerpo del presente documento y con el cual pretendemos, no sólo obtener conclusiones de cara a ayudar a los padres que consultan o a los adolescentes y jóvenes en riesgo, sino contribuir a sedimentar criterios científicos, allá donde ni las propias clasificaciones internacionales de enfermedades, ni la investigación aplicada, han sido aún capaces de llegar.

Las bases obtenidas a través del análisis del discurso social y la encuesta epidemiológica realizada, representativa de la población de 12 a 25 años de la ciudad de Madrid y de sus padres o tutores, ha permitido obtener relevantes conclusiones, así como poner a disposición de la propia comunidad virtual, en su propio medio y por primera vez, herramientas validadas para la autoevaluación del riesgo individual derivado del modo de utilización de estas tecnologías. Estas escalas “Madrid Salud” de evaluación del Uso Inadecuado de las Tecnologías de la Información, la Comunicación y el Juego, se incorporan así a nuestro campo de actuación, como una herramienta más, en el afán de ayudar a la población en el cuidado de la salud de los que más lo necesitan durante su propia etapa de maduración, cumpliendo con el reto social que tenemos atribuido en beneficio del conjunto de ciudadanos y acorde con la evolución de la sociedad de la información.

Es por todo ello, que el ponerlas a disposición de todos, a través de esta publicación, constituye un motivo de especial satisfacción, al tiempo que agradecemos a todos los que han hecho posible esta investigación, su esfuerzo y su capacidad para adecuar “el paso” a las demandas de nuestra sociedad.

*Instituto de Adicciones
Madrid Salud*

Introducción

El desarrollo de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación ha supuesto una clara oportunidad para el desarrollo de nuestra sociedad, en múltiples dimensiones: desde la productividad empresarial, a la mejora del disfrute del ocio, pasando por abrir ventanas que permiten el acercamiento de culturas y lugares lejanos, y cómo no, facilitan múltiples canales de comunicación entre personas físicamente distantes.

Sin embargo, en ocasiones este desarrollo de nuevos medios, dotados de alta interactividad, y sobre los que también se generan representaciones sociales, ha dado pie a comportamientos problemáticos. Esto ha tenido reflejo en el mundo de la investigación con la generación de categorías como “los niños videoconsolados”, en referencia a niños cuya videoconsola se ha convertido en su compañera exclusiva de juegos; o términos como “tecnoestrés” o “tecnoadicción”.

Todo ello provoca frecuentes debates públicos, especialmente a nivel de medios de comunicación, pero también dentro de los círculos familiares, sobre cuál debe ser el límite razonable en el uso y disfrute de estas tecnologías, y cómo lograr que los niños, adolescentes y jóvenes hagan un uso razonable de las mismas.

Este tipo de usos problemáticos, que pueden alcanzar niveles patológicos, se han descrito a diversos niveles:

1. **Físicos:** Como es la sensibilidad visual ante determinados destellos en pantallas, o los dolores y molestias que se derivan de malas posturas, del uso del ratón, o de teclados no ergonómicos.
2. **Emocionales:** Por el nivel de dependencia que se puede desarrollar hacia estas tecnologías en diferentes niveles:
 - a. Necesidad de adquirir los últimos productos aunque eso suponga derivar recursos de otros gastos necesarios, situación esta afín a las ludopatías.
 - b. Frustración en caso de no poder acceder a dichas tecnologías.
3. **Sociales:** Entendido como una reducción de las redes sociales del individuo, debido a un uso abusivo y aislante de las nuevas tecnologías. Así mismo se puede experimentar un distanciamiento con el entorno social por evitar el contacto directo, y preponderar el contacto a través de estos canales.

Son escasos los estudios que permiten ofrecer datos realistas sobre el tema, por lo que Madrid Salud ha puesto en marcha un estudio en el que se pretende conocer cuál es la realidad de este fenómeno entre los jóvenes de la ciudad de Madrid, con el objetivo de poder diseñar acciones correctoras y preventivas.

Objetivos

El estudio se concreta en establecer una investigación para Madrid Salud con el objetivo de analizar el uso problemático de las tecnologías de la información, la comunicación y el juego entre adolescentes y jóvenes (12 a 25 años) de la ciudad de Madrid.

OBJETIVOS GENERALES

- Conocer en profundidad los aspectos cualitativos del uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el tipo de tecnología utilizada (TV; PC: Chat, Navegación en Internet, Juegos; Móvil; Videoconsola; etc.), finalidad de su uso, importancia para la vida cotidiana de adolescentes y jóvenes de entre 12 y 25 años, así como el riesgo de un uso problemático de estos medios.
- Aproximarse a la cuantificación de las prácticas que desde el discurso aparezcan como más problemáticas.
- Elaborar un programa de actuaciones a tal efecto.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer la percepción que la población tiene sobre la utilización de estas tecnologías.
- Conocer esta percepción en todos los grupos de edad, creando un espacio muestral suficiente como para poder diferenciar este tipo de percepciones entre los grupos de mayor y menor consumo, y poder realizar diagnósticos comparativos.
- Conocer la valoración que sobre estos consumos tienen educadores y padres, como grupos más cercanos a las actividades del colectivo, valorando también la formación, conocimiento, uso y manejo de estas tecnologías.
- Conocer e investigar sobre la magnitud y severidad de aquellas tecnologías, especialmente significadas en el estudio cualitativo, por grupos de edad, género, extracción social y cualquier otra variable que, a la vista del discurso pueda ofrecer interés para la planificación.
- Determinar la prevalencia de conductas problemáticas y factores relacionados con dichas conductas (factores protectores y factores de riesgo) a fin de estimar poblaciones de riesgo.
- Seleccionar en cuáles de estas situaciones se podría definir una estrategia de abordaje preventivo y el diagnóstico precoz de conductas de consumo problemático.
- Establecer una propuesta estratégica, mediante la priorización de problemas y definición de alternativas de intervención.

Metodología

El estudio se ha realizado a partir de una metodología mixta: cuantitativa y cualitativa, en la que se han empleado diferentes herramientas en dos fases:

FASE 1

- Análisis documental o metaanálisis.
- Entrevistas en profundidad.
- Dinámicas de grupo.

FASE 2

- Encuestas a población: padres e hijos.
- Entrevistas en profundidad.

FASE 1

ANÁLISIS DOCUMENTAL O METAANÁLISIS

El análisis documental ha consistido en:

- Extracción de conocimientos generales del problema y recogida de otras experiencias exitosas que han orientado la investigación.
- Generación de hipótesis de trabajo para contrastar en la fase dos.
- Elaboración de indicadores e índices que han guiado en la extracción posterior de información (a través de los cuestionarios dirigidos a encuestar a jóvenes y padres).
- Generación de un marco interpretativo que ha servido para orientar la extracción final de conclusiones.
- Localización de informantes de interés ya sea por su experiencia profesional, sus conocimientos científicos, su relación con el problema objeto de estudio, o cualquier otro criterio.



ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD CON EXPERTOS E INSTITUCIONES VINCULADAS A LA JUVENTUD

A partir del análisis documental se han extraído datos de contacto de expertos para la realización de entrevistas en profundidad.

Entre los consultados, se encuentran expertos listados, a priori por Madrid Salud, o expertos que tras el análisis documental se ha considerado que podían aportar información de interés.

En todo caso, en la elección de expertos se ha tenido en cuenta que se cumplan los siguientes criterios:

- Que sean profesionales en contacto con temas de salud infanto-juvenil.
- Asociaciones o entidades que traten el tema, ya de manera directa atendiendo a este tipo de casos como de manera indirecta, a través de estudios.
- Expertos que hayan trabajado en el análisis de las patologías asociadas a las nuevas tecnologías a partir de cuestionarios de medición.
- Profesionales que en la actualidad trabajen de manera activa en el estudio de las nuevas adicciones sin sustancias.

Teniendo en cuenta estas premisas, se han realizado las siguientes entrevistas acudiendo a diferentes colectivos, tanto prescritos por Madrid Salud, como detectados en el análisis documental:

CONTACTOS DESDE MADRID SALUD:

- **Área de Reinserción de Madrid Salud:**
Nieves Herrero - psicóloga
- **Área de Prevención de Madrid Salud:**
Ana Ordóñez - médico
Juan Rodríguez - psicólogo
Santiago Hernández - educador
- **Equipo de Orientación Educativa, Fuencarral:**
M^a Sol Fontecha - psicóloga
María Montalbán - psicóloga
- **Antonio Carrillo - psiquiatra**

CONTACTOS A PARTIR DEL ANÁLISIS DOCUMENTAL:

- **Manuel de Gracia**
Licenciado en Filosofía y Letras y Doctor en Psicología por la Universidad Autónoma de Barcelona. En la actualidad es profesor de la Facultad de Ciencias de la Educación en la Universitat de Girona. Formó parte de un estudio en el 2001 sobre adicción a Internet y continúa vinculado a este tema en el mundo académico.
- **Hospital Doce de Octubre:**
Lourdes Estévez, psiquiatra del Hospital y ejecutora de un estudio sobre adicción a Internet basado en un cuestionario de Young colgado en la red. En la actualidad sigue vinculada al análisis de esta patología y se encuentra realizando una tesis en la que se parte de estudios clínicos que sirven como base para la creación y validación de un cuestionario de medición de la patología.
- **Hospital Bellvitge:**
Susana Jiménez - Coordinadora de la Unidad de Juego Patológico. Se trata de una experta centrada en el estudio de la adicción a Internet, en base al análisis que lleva a cabo a los pacientes del Hospital que acuden con esta problemática.
- **ONG Protégeles:**
Guillermo Cánovas - Presidente de la ONG
La ONG Protégeles surge como organización de denuncia contra la pornografía infantil. Sin embargo, su campo de acción se ha ampliado, a líneas de ayuda como la anorexia / bulimia, acoso escolar, ciberfamilias y adicciones.
Además de la experiencia recogida a través de este trabajo, Protégeles ha analizado la situación de estas temáticas en estudios tales como: "Menores en Internet", "Menores y telefonía móvil", "Videojuegos, menores y responsabilidad de los padres". Mientras que los dos primeros estudios se encuentran más enfocados hacia la seguridad de los jóvenes, el referido a los videojuegos se centra en mayor medida en la problemática que nos ocupa.

- **Carmelo Garitaonandia**

Profesor e investigador de la Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación de la Universidad del País Vasco (UPV), participa en el proyecto EUkids Online, la primera investigación comparada sobre las experiencias de niños y jóvenes europeos en Internet. A través de este proyecto y de otros, dentro del programa Safer Internet Plus Programme de la Comisión Europea, se trata de promover la seguridad de los niños y los jóvenes en general en la utilización de Internet y las tecnologías on-line.

- **Centro de Salud Mental del Retiro, Madrid:**

Gabriel Rubio - psiquiatra. Es Profesor Titular de Psiquiatría y Director del Centro de Salud Mental del Retiro. Es coordinador de diversos programas de alcoholismo y drogadicción dirigidos a jóvenes y su estudio se ha centrado también en el fenómeno de la adicción de niños y adolescentes a las nuevas tecnologías.

- **Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid:**

Javier García Morodo - Asesor del gabinete técnico (abogado).

El Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid vela por la defensa de los derechos e intereses de la infancia y la adolescencia y en relación al tema que nos ocupa, el Defensor del Menor junto con la ONG Protégeles analizó la utilización del teléfono móvil por parte de los jóvenes en el estudio "Seguridad Infantil y Costumbres de los Menores en el empleo de la telefonía móvil".

- **Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra, Madrid:**

Teo Uría - psiquiatra.

El Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra está dividido en dos unidades dedicadas a la atención de niños y adolescentes remitidos a tratamiento por distintas instancias psiquiátricas de la Comunidad de Madrid y entre la patologías tratadas se encuentra el uso problemático que los jóvenes y adolescentes hacen de las nuevas tecnologías.

- **Clínica Capistrano:**

José M^a Vázquez - psiquiatra fundador y director de la Clínica.

Se trata del primer centro de internamiento que trata las distintas adicciones y los posibles trastornos psiquiátricos asociados. Tanto las clásicas adicciones, como el alcoholismo o la ludopatía, hasta las formas más recientes de patologías (Internet, compras,...), así como trastornos alimentarios se tratan de forma integral y desde una perspectiva de psicoterapia humanista.

- **Instituto para el Estudio de las Adicciones (IEA):**

Jesús Lacoste - Psicólogo, Master en Internet y sus aplicaciones en la empresa y la educación. Director del IEA.

El IEA presta un servicio integral, tanto de prevención como de asistencia, en todo lo relacionado con las conductas adictivas. En su página web, ofrece una guía para los menores sobre seguridad en Internet, además de informar sobre la posible adicción a la Red.

Jesús Lacoste ha participado como ponente en las X Jornadas de Prevención de Drogodependencias, dedicadas a las Nuevas Tecnologías y se encargará de explicar "La Red y el móvil como instrumentos en la transmisión de información entre los jóvenes".

REUNIONES DE GRUPO

Se han realizado un total de 5 reuniones de grupo, de las que se ha extraído la percepción del problema, e incluso de su propia existencia o no, desde el punto de vista de los jóvenes, de los padres, madres y tutores, tanto de grupos afectados como no afectados. En estas reuniones, además, se ha realizado un análisis de las motivaciones profundas que conducen o no a un uso abusivo de las TIC y el Juego.

Las reuniones se han celebrado con los diferentes grupos objetivo:

- a. Profesores y profesoras de jóvenes entre 12 y 18 años, como profesores de un segmento de alto uso.
- b. Padres y madres de jóvenes de 12 a 18 años, que perciben que sus hijos HACEN un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego.
- c. Padres y madres de jóvenes de 19 a 25 años, que perciben que sus hijos HACEN un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego.
- d. Jóvenes de 19 a 25 años que en base a un cuestionario previo, se ha determinado que hacen un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego.
- e. Jóvenes de 19 a 25 años que en base a un cuestionario previo, se ha determinado que NO hacen un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego, PERO QUE UTILIZAN DICHAS TECNOLOGÍAS DE FORMA HABITUAL.

UTILIDAD DEL ANÁLISIS DOCUMENTAL Y DEL TRABAJO CUALITATIVO (ENTREVISTAS CON EXPERTOS Y DINÁMICAS DE GRUPO).

Además de la información y de las conclusiones que se han extraído de estas metodologías, han resultado un instrumento indispensable para la fase 2:

- Se ha extraído información genérica sobre los usos y problemática en Internet y más concreta como indicadores e índices que han servido para guiar el diseño del cuestionario.
- Se han generado una serie de hipótesis que se van a contrastar a partir de los resultados obtenidos en la fase 2.
- Ha servido de base para la construcción de la escala de prevalencia de usos problemáticos de las TIC y los juegos, basado en otras experiencias similares y en la información aportada del análisis documental y de entrevista a expertos.

Así, se han diseñado dos cuestionarios, uno dirigido a padres y otro a hijos. En el cuestionario para estos últimos, se han construido cuatro escalas de medición de un uso problemático, atendiendo a los siguientes criterios, que se aproximan a los criterios diagnósticos de juego patológico:

- Aumento de la tolerancia: necesidad de aumentar para conseguir la recompensa deseada.
- Efectos negativos sobre la conducta, las relaciones sociales y familiares: se arriesgan o pierden relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales.
- Reducción de actividades debidas al uso de las tecnologías.
- Pérdida de control: fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener.
- Se utiliza como estrategia para escapar de los problemas.
- Deseo intenso de estar conectado, abstinencia, irritabilidad o inquietud cuando intenta detener.
- Se engaña para ocultar el grado de implicación.

El resultado ha sido una escala para cada una de las herramientas a analizar: móvil, navegación por Internet, Chat y juegos tecnológicos. Estas escalas constaban de una serie de afirmaciones que describen los criterios diagnósticos.

En una escala de Lickert de cinco posiciones de acuerdo y desacuerdo ("1. Totalmente en desacuerdo", "2. Bastante en desacuerdo", "3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo", "4. Bastante de acuerdo", "5. Totalmente de acuerdo"), los jóvenes encuestados debían posicionarse según su mayor o menor identificación con las afirmaciones que se mencionaban en cada ítem.

Se partió de unas escalas de medición amplias con el objetivo de depurarlas en un primer pretest, eliminando aquellas no válidas. Las escalas fueron las siguientes:

ESCALA DE MEDICIÓN INICIAL DEL USO PROBLEMÁTICO DEL CHAT:

1. Has intentado alguna vez conectarte menos veces al chat y no lo has logrado.
2. Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad te conectas durante unas cuantas horas.
3. Tienes problemas para controlar el impulso de conectarte al chat.
4. Crees que la gente que conoces a través del chat es más interesante que la que conoces personalmente.
5. Te importa que, finalmente, no conozcas personalmente a la gente del chat.
6. La mayor parte de las relaciones que tienes son con amigos del chat.
7. Prefieres no asistir a un importante evento familiar por estar conectado al chat.
8. Con frecuencia pierdes horas de sueño pasándolas conectado al chat.
9. Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para conectarte al chat.
10. Has dejado de lado amistades de toda la vida por estar conectado al chat.
11. Desatiendes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo en el chat.
12. Has perdido citas, una clase o has fingido estar enfermo para poder seguir conectado al chat.
13. Pasas más tiempo en el chat que con tus amigos en la vida real.
14. Ocultas a las personas de tu entorno que te conectas al chat.
15. Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente en el chat.
16. Tienes necesidad de conectarte al chat, pero evitas reconocerlo a tus padres, amigos, etc.
17. En una relación, te sientes más seguro de ti mismo cuando se da por medio del chat.
18. Prefieres conocer gente a través del chat porque puedes ser aquella persona que quieres ser.
19. Mientras estás en el chat, te evades de los problemas que puedas tener.
20. Temes que tu vida sin el chat se vuelva aburrida y vacía.
21. El estar conectado al chat te proporciona bienestar.
22. Piensas que te sentirías mal si se redujera el tiempo que pasas en el chat.
23. Cuando te conectas demasiado tiempo, tienes un extraño sentimiento de culpa.
24. A lo largo del día, te encuentras varias veces pensando y planificando la próxima conexión al chat.
25. Puedes esperar a tener un ordenador cerca para poder conectarte al chat.
26. Es normal que te encuentres pensando y/o soñando en tus conexiones al chat.
27. Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás conectado al chat.
28. Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas conectarte al chat.
29. La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas en el chat.

ESCALA DE MEDICIÓN INICIAL DEL USO PROBLEMÁTICO DE LAS TECNOLOGÍAS DEL JUEGO:

1. Has intentado alguna vez pasar menos tiempo jugando y no lo has logrado.
2. Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad juegas durante unas cuantas horas.
3. Tienes problemas para controlar el impulso de ponerte a jugar.
4. Prefieres jugar en solitario que en grupo.
5. Lo que pasa a tu alrededor, cada vez te parece menos importante frente al juego.
6. Desatiendes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo jugando.
7. Has perdido citas, una clase o has fingido estar enfermo para poder seguir jugando.
8. Prefieres no asistir a un importante evento familiar por estar jugando.
9. Con frecuencia pierdes horas de sueño para pasarlas jugando.
10. Prefieres estar jugando que pasar tiempo con tus amigos.
11. Cada vez pasas más tiempo jugando que con tus amigos.
12. Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para jugar.
13. Sueles ocultar a tus padres el tiempo que pasas jugando.
14. Sueles ocultarte cuando juegas y disimulas cuando te ven tus padres.
15. Tienes necesidad de jugar, pero evitas reconocerlo a tus padres, amigos, etc.
16. Te gusta la sensación de control y de poder que te proporciona el juego.
17. Mediante el juego puedes acceder a una vida que te gustaría.
18. Mientras estás jugando, te evades de los problemas que puedas tener.
19. Cuando juegas en exceso tienes un cierto sentimiento de culpa.
20. Temes que tu vida sin estos juegos se vuelva aburrida y vacía.
21. El estar jugando, te proporciona bienestar.
22. Piensas que te sentirías mal si se redujera el tiempo que pasas jugando.
23. Sueles revivir partidas pasadas, repasando los pasos que diste.
24. A lo largo del día te encuentras planificando la siguiente partida.
25. Es normal que te encuentres pensando y/o soñando que te encuentras jugando.
26. Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás en plena partida.
27. Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas jugar.
28. Sientes necesidad de avanzar en niveles y de ponerte cada vez más al límite en el juego.
29. La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas jugando.
30. Cuando pierdes en el juego, tienes continuamente en mente el volverte a conectar para ganar.

ESCALA DE MEDICIÓN INICIAL DEL USO PROBLEMÁTICO DE LA NAVEGACIÓN POR INTERNET:

1. Has intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo has logrado.
2. Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad navegas durante unas cuantas horas.
3. Existen contenidos o servicios de la red a los que encuentras difícil resistirte.
4. Tienes problemas para controlar el impulso de conectarte a la Red.
5. Desatienes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo navegando por la Red.
6. Has perdido citas, una clase o has fingido estar enfermo para poder seguir conectado.
7. Prefieres no asistir a un importante evento familiar por estar conectado a las páginas de Internet.
8. Con frecuencia pierdes horas de sueño pasándolas conectado a Internet.
9. Pasas más tiempo online que con tus amigos.
10. Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para conectarte a Internet.
11. Te vuelves precavido o reservado cuando alguien te pregunta en qué dedicas el tiempo que pasas navegando.
12. Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente navegando.
13. Tienes necesidad de navegar por Internet, pero evitas reconocerlo a tus padres, amigos, etc.
14. Temes que tu vida sin Internet se vuelva aburrida y vacía.
15. El estar conectado a la Red te proporciona bienestar.
16. Piensas que te sentirías mal si se redujera el tiempo que pasas en Internet.
17. Mientras estás navegando, te evades de los problemas que puedas tener.
18. Cuando navegas por Internet durante demasiado tiempo, tienes un extraño sentimiento de culpa.
19. A lo largo del día te encuentras varias veces pensando y planificando en lo que vas a hacer la próxima vez que te conectes a Internet.
20. Te encuentras a menudo pensando en páginas y contenidos de Internet cuando no estás conectado.
21. Es normal que te encuentres pensando y/o soñando que estás navegando por Internet.
22. Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás navegando.
23. Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no estás conectado a Internet.
24. La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas en el chat.

ESCALA DE MEDICIÓN INICIAL DEL USO PROBLEMÁTICO DEL MÓVIL:

1. Te comunicas más a través del correo electrónico, sms, etc. que a través del teléfono tradicional.
 2. Te irritas cuando ves que a lo largo del día no recibes ningún mensaje, de móvil o de e-mail.
 3. Chequeas el correo electrónico y el móvil incluso sabiendo que ha habido poco tiempo para que hayan llegado nuevos mensajes.
 4. Prefieres comunicarte con tus amigos por sms o por correo electrónico que en persona.
 5. El recibir un sms o un e-mail supone una alegría para ti.
 6. Chequeas el correo electrónico antes de desayunar.
 7. Aunque quisieras, no podrías prescindir del móvil (para tu uso personal).
 8. Estás atento a todas las novedades que surgen en cuanto a móviles.
 9. Te inscribes a todas las ofertas de correo electrónico o servicios de móvil que aparecen en el mercado.
 10. Tu gasto en el móvil es excesivo.
 11. Sueles cambiar de operador de teléfono a menudo.
-

FASE 2

PRETEST DE LAS ENCUESTAS Y ANÁLISIS DE VALIDEZ Y FIABILIDAD DE LA ESCALA

Una vez realizado el cuestionario y validado por el área de Madrid Salud, se puso en marcha el pretest de los cuestionarios, cuyo objetivo fundamental fue determinar el nivel de fiabilidad de la encuesta mediante un análisis estadístico basado en el coeficiente alfa de Crombach y un análisis ítem a ítem.

Se realizaron un total de 50 encuestas a hogares (50 encuestas a padres y 50 encuestas a hijos). Se analizaron los resultados obtenidos para asegurar que las respuestas eran coherentes y que el cuestionario no presentaba problemas a la hora de responderlos.

En el caso de las escalas, se examinó cada una de las afirmaciones y se eliminaron aquellos ítems que no aportaban información. El criterio utilizado para ello fueron los índices de no respuesta, que plantean dudas sobre la pertinencia de las mismas.

De hecho, una vez realizada la encuestación final, se ha obtenido una respuesta casi total en los ítems de las escalas, lo que aporta información sobre la consistencia y congruencia de las mismas.

Posteriormente a la eliminación de los ítems, se ha comprobado la validez de la escala a partir del coeficiente alfa de Crombach, que es un índice que comprueba la consistencia interna de la escala y nos va a decir si los ítems son homogéneos y recogen de manera coherente las respuestas de los sujetos respecto a los problemas relacionados con el uso de las nuevas tecnologías.

Las escalas de medición de la problemática se han reducido, ajustándolas aún más a la medición del fenómeno:

- Escala de medición final del uso problemático del chat: se ha pasado de 29 ítems a 15, de los que se obtiene un coeficiente de alfa de Crombach óptimo (0,8732).
- Escala de medición final del uso problemático de las tecnologías del juego: se ha pasado de 30 ítems a 16, de los que se obtiene un coeficiente de alfa de Crombach óptimo (0,9086).
- Escala de medición final del uso problemático de la navegación por Internet: se ha pasado de 24 ítems a 14, de los que se obtiene un coeficiente de alfa de Crombach óptimo (0,8550).
- Escala de medición final del uso problemático del móvil: se ha pasado de 11 ítems a 9, de los que se obtiene coeficiente de alfa de Crombach óptimo (0,8752).

ESCALA DE MEDICIÓN FINAL DEL USO PROBLEMÁTICO DEL CHAT:

1. Has intentado alguna vez conectarte menos veces al chat y no lo has logrado.
 2. Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad te conectas durante unas cuantas horas.
 3. Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para conectarte al chat.
 4. Desatiendes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo en el chat.
 5. Cada vez pasas más tiempo en el chat que con tus amigos en la vida real.
 6. Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente en el chat.
 7. Tienes necesidad de conectarte al chat, pero evitas reconocerlo a tus padres, amigos, etc.
 8. Prefieres conocer gente a través del chat porque puedes ser aquella persona que quieres ser.
 9. Mientras estás en el chat, te evades de los problemas que puedas tener.
 10. Piensas que te sentirías mal si se redujera el tiempo que pasas en el chat.
 11. A lo largo del día, te encuentras varias veces pensando y planificando la próxima conexión al chat.
 12. Es normal que te encuentres pensando y/o soñando en tus conexiones al chat.
 13. Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás conectado al chat.
 14. Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas conectarte al chat.
 15. La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas en el chat.
-

ESCALA DE MEDICIÓN FINAL DEL USO PROBLEMÁTICO DE LAS TECNOLOGÍAS DEL JUEGO:

1. Has intentado alguna vez pasar menos tiempo jugando y no lo has logrado.
2. Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad juegas durante unas cuantas horas.
3. Desatiendes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo jugando.
4. Cada vez pasas más tiempo jugando que con tus amigos.
5. Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para jugar.
6. Sueles ocultar a tus padres el tiempo que pasas jugando.
7. Sueles ocultarte cuando juegas y disimulas cuando te ven tus padres.
8. Mientras estás jugando, te evades de los problemas que puedas tener.
9. El estar jugando, te proporciona bienestar.
10. Sueles revivir partidas pasadas, repasando los pasos que diste.
11. Es normal que te encuentres pensando y/o soñando que te encuentras jugando.
12. Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás en plena partida.
13. Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas jugar.
14. Sientes necesidad de avanzar en niveles y de ponerte cada vez más al límite en el juego.
15. La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas jugando.
16. Cuando pierdes en el juego, tienes continuamente en mente el volverte a conectar para ganar.

ESCALA DE MEDICIÓN FINAL DEL USO PROBLEMÁTICO DE LA NAVEGACIÓN POR INTERNET:

1. Has intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo has logrado.
2. Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad navegas durante unas cuantas horas.
3. Desatienes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo navegando por la Red.
4. Cada vez pasas más tiempo navegando por Internet que con tus amigos.
5. Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para conectarte a Internet.
6. Te vuelves precavido o reservado cuando alguien te pregunta en qué dedicas el tiempo que pasas navegando.
7. Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente navegando.
8. El estar conectado a la Red te proporciona bienestar.
9. Mientras estás navegando, te evades de los problemas que puedas tener.
10. A lo largo del día te encuentras varias veces pensando y planificando en lo que vas a hacer la próxima vez que te conectes a Internet.
11. Es normal que te encuentres pensando y/o soñando que estás navegando por Internet.
12. Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás navegando.
13. Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no estás conectado a Internet.
14. La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas en el chat.

ESCALA DE MEDICIÓN FINAL DEL USO PROBLEMÁTICO DEL MÓVIL:

1. Te irritas cuando ves que a lo largo del día no recibes ningún mensaje, de móvil o de e-mail.
2. Chequeas el correo electrónico y el móvil incluso sabiendo que ha habido poco tiempo para que hayan llegado nuevos mensajes.
3. Cada vez te comunicas más con tus amigos por sms o por correo electrónico aunque puedas hacerlo en persona.
4. El recibir un sms o un e-mail supone una alegría para ti.
5. Aunque quisieras, no podrías prescindir del móvil (para tu uso personal).
6. Estás atento a todas las novedades que surgen en cuanto a móviles
7. Te inscribes a todas las ofertas de correo electrónico o servicios de móvil que aparecen en el mercado.
8. Tu gasto en el móvil es excesivo.
9. Sueles cambiar de operador de teléfono a menudo.

Una vez realizado el pretest de los cuestionarios y comprobado estadísticamente la validez de los mismos, se ha extendido la encuestación a la totalidad de la muestra de jóvenes madrileños y sus padres/madres o tutores.

Se han realizado un total de 556 encuestas a hogares (sobre las 550 previstas), obteniendo resultados de 1.112 cuestionarios: 556 a hijos y 556 a padres.

Los cuestionarios han sido rellenados por padres e hijos con la ayuda de entrevistadores formados en el tema. En el caso de los menores de edad, se ha pedido el permiso firmado de los padres o tutores, para garantizar la máxima confianza a los padres.

Así mismo, en todo momento, padres e hijos respondieron al cuestionario de manera separada, con el fin de garantizar la intimidad de ambos y obtener sinceridad en las respuestas.

ENCUESTA A JÓVENES

La encuesta a jóvenes tiene como principales objetivos:

- Cuantificación de usos para determinar niveles de uso y tipologías de uso.
- Análisis del posible riesgo, percibido o no por los jóvenes, en el uso abusivo de las TIC y el juego.
- Tasas de prevalencia de conductas problemáticas.
- Canales y personajes de referencia en el colectivo.
- Tamaño de las redes sociales.
- Análisis de otras dimensiones de la vida personal, social y escolar, para determinar su relación con el tipo de uso que realiza de las TIC y el juego.

En cuanto a las escalas de medición de la problemática, se han realizado análisis factoriales, con el objetivo de conocer cuál es la realidad en el uso de las TIC por parte de los jóvenes y qué patrón presenta cada una de las tecnologías analizadas.

Los análisis factoriales de componentes principales realizado con cada una de las escalas, se ha realizado por el procedimiento de rotación VARIMAX, y se ha realizado una extracción pidiendo todos los factores cuyo Valor Propio Inicial (Initial Eigenvalue) supere la unidad. En cada uno de los análisis, se ha tenido en cuenta que el determinante de la matriz tienda a 0 y que la Medida de Adecuación Muestral de Kaiser-Meyer-Olkin sea adecuada, lo que refleja la posibilidad de seguir adelante con el análisis de la escala.

Así, se ha llegado a diferentes soluciones, pero en todas ellas, los ítems de los que se partía se han reducido a una serie de factores que resumen los patrones de conducta de los jóvenes respecto a las NNTT.

De los análisis factoriales se han eliminado algunos ítems que no eran explicativos del fenómeno.

Por último, con cada una de las escalas resultantes, se ha analizado el coeficiente alfa de Crombach para verificar su adecuación.

Por último, de los anteriores análisis factoriales, se ha determinado un criterio para describir el uso problemático. Dado que no existe un criterio consensuado sobre lo que se considera un uso problemático de las TIC y el juego, ni hay un punto de corte establecido que permita identificar a un subgrupo de usuarios, se ha optado por realizar una agrupación de medias, que permite determinar la existencia de grupos homogéneos respecto a las puntuaciones obtenidas en cada uno de los factores.

Así, se clasifica la problemática en diferentes niveles, según las medias obtenidas en cada uno de los factores (en base a escala 1-5):

- Usuarios sin problemática: puntuaciones de 1 a 2,6.
- Usuarios con problemática media: puntuaciones de 2,7 a 3,6.
- Usuarios con problemática alta: puntuaciones de 3,7 a 5.

ENCUESTA A PADRES/MADRES O TUTORES

La encuesta a padres/madres o tutores tiene como objetivos principales:

- Percepción del fenómeno por parte del colectivo.
- Percepción de riesgos por parte del colectivo.
- Actitud del colectivo a la hora de educar, orientar y limitar a sus hijos/as en el uso de las TIC y el juego.
- Valoración de padres y madres sobre el tipo de uso que sus hijos/as realizan de las TIC y el juego.
- Solicitud de datos académicos del hijo/a para analizar posibles relaciones entre el tipo de uso de las TIC y los resultados escolares.

Se han llevado análisis de los resultados en función, por un lado de los grupos de edad de los hijos y, por otro, de la existencia de problemáticas o no mostradas por sus hijos.

Informe de resultados

En el presente apartado de resultados se aporta toda la información recabada a partir de las diferentes herramientas utilizadas en el análisis, estructurándose así en tres grandes apartados:

- Análisis documental.
- Estudio cualitativo Madrid Salud.
- Estudio cuantitativo Madrid Salud.

ANÁLISIS DOCUMENTAL

En el presente apartado, se ofrece información documental acerca del estudio de la adicción a las nuevas tecnologías. Cabe decir que, a lo largo de toda la búsqueda de información, la mayor parte de los estudios y teorías encontradas, se centraban en Internet en genérico, haciendo escasa alusión al uso problemático de la telefonía móvil.

Si bien esta situación resulta comprensible por el hecho de que fue el boom de Internet el que desató la alarma y generó el desarrollo de estudios. La introducción de la telefonía móvil y el fenómeno del chat fueron mucho más tardíos.

El análisis documental se ha basado en diferentes fuentes de información, desde análisis teóricos hasta estudios de corte sociológico y psicológico basados en cuestionarios a la población general.

Se ha recurrido, además, a diferentes bases de datos médicas tales como biblioteca Cochrane Plus, Medline, Google Health, ICYT e ISOC.

Sin embargo, apenas se han encontrado estudios clínicos que se basen en casos clínicos de adicción.

Otras bases de datos consultadas han sido: observatorio para la CiberSociedad, EUKids OnLine, Fundación CTIC, Observatorio de la Tecnología-Unesco.

La información contenida en este apartado se compone de:

- Aproximación diagnóstica.
- Factores adictivos de Internet.
- Estudios realizados en torno al uso problemático de Internet.
- Estudios realizados en España.

APROXIMACIÓN DIAGNÓSTICA

A lo largo de la **teorización** sobre las problemáticas que conlleva el uso de Internet, se desata la polémica de si Internet resulta adictivo en sí, o de si, por el contrario, es tan sólo un vehículo de canalización de patologías adictivas que, de no existir Internet, se manifestarían de todas maneras (juego, sexo, compras...). Por tanto, la persona que es adicta a los juegos interactivos, ¿lo es a la tecnología o lo es al juego?

Enrique Echeburua, catedrático de Psicología Clínica en la Universidad del País Vasco, asegura que es imprescindible diferenciar los adictos en la Red de los adictos a Internet. "Hay compradores compulsivos, ludópatas y enganchados al sexo que han hallado en la Red un camino para calmar sus ansias, pero no son parte de los adictos a Internet".

Pero, frente a este interrogante, cabe pensar que no es posible desligar lo uno de lo otro, por lo que el análisis debe ser conjunto, considerándose como una problemática que se refuerza o que solo es posible en el uso de las nuevas tecnologías (chat, navegación, etc.).

De hecho, existen utilidades o funciones de Internet, que parecen más susceptibles de provocar adicción. Este es el caso de los chat, del correo electrónico o de los juegos, más que el de la navegación en sí misma.

Las razones de esta diferenciación residen en que estos servicios entrañan una serie de refuerzos que son los que precisamente hacen de Internet una herramienta potencialmente adictiva (que se verán más adelante):

- El chat proporciona a las personas solitarias la sensación de estar integrado en un mundo virtual en el que socializa con los demás, sin problema. Pero, de manera general, permite repensarse a uno mismo, proyectar una imagen y una vida de sí mismos que es la ideal, ya que el anonimato lo permite.
- En el caso de los juegos, la cosa parece más clara. Los videojuegos ofrecen acción, recompensa, reto, sensación de control y de poder, etc. y están diseñados para que cada día el sujeto quiera superarse. Las nuevas tendencias, más realistas ofrecen un escenario virtual que logra atrapar al jugador, por lo que la ficción se convierte cada vez más en una realidad.
- El uso del correo electrónico comporta, para los expertos una nueva potencial herramienta adictiva. Desde un uso normalizado, se puede llegar con el tiempo a una obsesión por chequear continuamente el correo y una irritación cuando no se recibe mensaje alguno.

Por tanto, a la hora de considerar Internet, no valdrá con considerarlo de manera global, sino que habrá que ahondar en qué instrumentos son los que se van haciendo más esenciales para la persona en su vida diaria, hasta convertirse en una necesidad e incluso obsesión.

Sin embargo, lo anterior no supone mayor problema que la concreción de un fenómeno general en parcelas más concretas.

El principal obstáculo con el que nos encontramos a la hora de calificar el problema que entraña Internet con la adicción, es la ausencia de una conceptualización de sus síntomas, de manera que en los manuales diagnósticos tanto de psicología como de psiquiatría, todavía no está considerada como una adicción, como por ejemplo sí está recogida la ludopatía.

Muchos de los estudios que existen hasta el momento (la mayor parte de ellos extranjeros), además, tienen una connotación cualitativa y más descriptiva que causal, por lo que no contamos con una base fuerte sobre la que sostener comparativas.

Sin embargo, pese al escaso bagaje clínico del fenómeno, son muchos los expertos que proponen la inclusión de este supuesto trastorno en los **manuales** de clasificación (DSM-IV, ICD-10), aventurando borradores de criterios diagnósticos.

Es en este punto donde se establece una **mayor polémica**, ya que diversos autores niegan este paralelismo. Si bien, cabe pensar que la problemática en el uso de Internet es relativamente reciente, con mucho, más reciente que el diseño del DSM. Además de esto, hay una carencia de estudios suficientes que permitan catalogarlo científicamente como patología adictiva. Sin embargo, cabe plantearse el interrogante de si, en un futuro llegará a incluirse como tal.

De momento, la mayor parte de los teóricos y estudiosos del tema utilizan los criterios del DSM-IV (**Criterios para el diagnóstico de F63.0 Juego patológico**) como descriptivos de esta realidad y como base para su estudio:

A. Comportamiento de juego desadaptativo, persistente y recurrente, como indican por lo menos cinco (o más) de los siguientes ítems:

- (1) preocupación por el juego (p. ej., preocupación por revivir experiencias pasadas de juego, compensar ventajas entre competidores o planificar la próxima aventura, o pensar formas de conseguir dinero con el que jugar).
- (2) necesidad de jugar con cantidades crecientes de dinero para conseguir el grado de excitación deseado.
- (3) fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el juego.
- (4) inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego.
- (5) el juego se utiliza como estrategia para escapar de los problemas o para aliviar la disforia (p. ej., sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad, depresión).
- (6) después de perder dinero en el juego, se vuelve otro día para intentar recuperarlo (tratando de "cazar" las propias pérdidas).
- (7) se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el juego.
- (8) se cometen actos ilegales, como falsificación, fraude, robo, o abuso de confianza, para financiar el juego.
- (9) se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales debido al juego.
- (10) se confía en que los demás proporcionen dinero que alivie la desesperada situación financiera causada por el juego.

B. El comportamiento de juego no se explica mejor por la presencia de un episodio maniaco.

Uno de los primeros autores en establecer criterios diagnósticos para la adicción a Internet fue Ivan Goldberg. Sin embargo, parece que Goldberg utilizó el DSM-IV y su similitud con la dependencia a Internet como parte de una broma entre colegas a partir de un foro de discusión que se formó sobre Internet en 1996 ("La psicología de Internet").

Ivan Goldberg sustituyó el término de adicción a Internet por el de Uso patológico de Ordenadores, estableciendo los siguientes criterios de diagnóstico:

A. Tolerancia (definida por los siguientes criterios):

- Necesidad de incrementar las cantidades de tiempo conectado a Internet para lograr la satisfacción.
- Disminución del efecto con el uso continuado de similares tiempos de conexión.

B. Abstinencia, manifestada por las siguientes características:

- Síndrome de abstinencia.
 - Cesación o reducción del tiempo de conexión (cuando se han dado períodos de tiempo prolongados de uso intenso).
 - Dos o más de los siguientes síntomas aparecen después de unos días y hasta un mes de haberse producido el punto anterior.
 - Agitación psicomotriz.
 - Ansiedad
 - Pensamientos recurrentes (obsesivoides) acerca de lo que estará ocurriendo en Internet.
 - Fantasías o sueños acerca de Internet.
 - Movimientos voluntarios o involuntarios similares a los que se efectúan sobre un **teclado**.
 - Los anteriores síntomas producen malestar o deterioran las áreas social, ocupacional o cualquier otra área vital.
- El uso de Internet o de otro servicio on-line es preciso para aliviar o suprimir los síntomas abstinenciales.

C. Se accede a Internet más a menudo o durante períodos de tiempo más prolongados de los que se había planeado.

D. Existen propósitos persistentes e infructuosos de suprimir o controlar el acceso a la Red.

E. Se invierte una cantidad de tiempo notable en actividades relacionadas con Internet (adquisición de libros, pruebas de nuevos browsers, organización del material descargado, etc.)

F. Las actividades sociales, profesionales o de recreo disminuyen o desaparecen a causa del uso de Internet.

G. Se permanece conectado a pesar de saber que ello supone un problema persistente y recurrente de tipo físico, social, laboral o psicológico (privación de sueño, conflictos matrimoniales, negligencia laboral, sentimientos de abandonar a los seres queridos...).

La **Dra. Kimberly S. Young** (1996) (Universidad de Pittsburgh -Bradford), sin embargo, se atrevió a aplicar los criterios de juego patológico de manera más seria, adaptándolo a Internet.

"La aparición de un nuevo trastorno mental" (Young, 1996). Con este título publica los resultados de un estudio cuya conclusión es la existencia de un trastorno por dependencia de Internet similar al juego patológico.

La autora admite la existencia de la dependencia a los ordenadores y la dependencia a los videojuegos, y los equipara al mismo nivel de todo tipo de dependencias.

A pesar de que haya que separar la adicción a Internet de cualquier adicción química por el hecho de que en las últimas se dan claras consecuencias físicas, la doctora Young apunta una serie de consecuencias de la adicción a Internet, se derivan de la privación de sueño por parte del adicto para dedicar más tiempo a la conexión.

Young adapta los criterios del juego patológico a términos relacionados con Internet, sin introducir ninguna otra modificación, de modo que si se cumplían los criterios positivos en cuanto a su número se aceptaba un diagnóstico de dependencia a Internet:

1. ¿Con qué frecuencia se encuentra con que lleva más tiempo navegando del que pretendía estar?
2. ¿Desatiende las labores de su hogar por pasar más tiempo frente a la computadora navegando?
3. ¿Prefiere excitarse con fotos o videos a través de Internet en lugar de intimar con su pareja?
4. ¿Con qué frecuencia establece relaciones amistosas con gente que sólo conoce a través de Internet?
5. ¿Con qué frecuencia personas de su entorno le recriminan que pasa demasiado tiempo conectado a Internet?
6. ¿Su actividad académica (escuela, universidad) se ve perjudicada porque dedica demasiado tiempo a navegar?
7. ¿Con qué frecuencia chequea el correo electrónico antes de realizar otras tareas prioritarias?
8. ¿Su productividad en el trabajo se ve perjudicada por el uso de Internet?
9. ¿Se vuelve precavido o reservado cuando alguien le pregunta en qué dedica el tiempo que pasa navegando?
10. ¿Se evade de sus problemas de la vida real pasando un rato conectado a Internet?
11. ¿Se encuentra alguna vez pensando en lo que va a hacer la próxima vez que se conecte a Internet?
12. ¿Teme que su vida sin Internet sea aburrida y vacía?
13. ¿Se siente molesto cuando alguien lo/a interrumpe mientras está navegando?
14. ¿Con qué frecuencia pierde horas de sueño pasándolas conectado a Internet?
15. ¿Se encuentra a menudo pensando en cosas relacionadas a Internet cuando no está conectado?
16. ¿Le ha pasado alguna vez eso de decir "sólo unos minutitos más" antes de apagar la computadora?

17. ¿Ha intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo ha logrado?
18. ¿Trata de ocultar cuánto tiempo pasa realmente navegando?
19. ¿Prefiere pasar más tiempo online que con sus amigos en la vida real?
20. ¿Se siente ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no está conectado a Internet?

La polémica surge por el hecho de trasladar directamente los criterios diagnósticos de juego patológico y dependencia de sustancias al campo de Internet. Uno de los críticos hacia esta práctica es **Alberto Estallo** (psicólogo del Instituto Psiquiátrico de Barcelona) (2001), quien reprobaba esta traslación, ya que detrás de los criterios de juego patológico ha habido una formulación teórica que justifica su desarrollo, cosa que no se daba en el caso del uso de Internet.

"Hablar de hipotéticas enfermedades constituye un acto claro de sensacionalismo y alarma innecesaria" En opinión de Estallo, para poder hablar con autonomía de ciberadicción debe existir un abuso del recurso en cuestión y unas condiciones de **tolerancia y dependencia** (en los mismos términos apunta Echeburúa). Cada vez es necesario un uso mayor, y si no es así, el sujeto experimenta síntomas similares a la abstinencia. Estallo insiste en que tampoco es posible hablar de adictos a Internet en general, ya que la red ofrece múltiples recursos y servicios. "Se han descrito pocos casos y casi en su totalidad tienen problemas con los chats u otros recursos que cumplen con la condición de interactividad a tiempo real", añade.

Ante esto, **Manuel de Gracia y col.** sostienen la ausencia de modelos conductuales como justificación de esta crítica, ya que el asumir el DSM IV como criterios en el uso de la red no ha sido estudiado ni consensuado. Sin embargo, manifiestan "las características conductuales que permiten identificar algunos de los trastornos en el control de los impulsos, permiten orientar la investigación exploratoria sobre los usos problemáticos de la red".

Lynne Roberts describió algunos de los correlatos fisiológicos relacionados con el uso intensivo de Internet, aunque no iguala necesariamente estas reacciones con la adicción en su sentido patológico.

- Respuesta condicionada (aceleración del pulso, incremento de la TA) a la conexión del módem.
- Estado de conciencia alterado durante largos períodos de tiempo, con una total concentración en la pantalla, similar al de la meditación o del trance (hipoprosexia).
- Sueños que aparecen en forma de "Scroll".
- Irritabilidad importante cuando se es interrumpido por personas o circunstancias de la vida real mientras se está sumergido en el ciberespacio.

Echeburúa indica también un paralelismo de la problemática en el uso de Internet con otras patologías de adicción, que se resumen en:

- **Tolerancia:** el adicto necesita cada vez más tiempo en la red para experimentar el mismo grado de satisfacción.
- **Síndrome de abstinencia,** que se manifiesta en una pérdida de control que provoca la aparición de 'tics' motores en los dedos en relación con el teclado del ordenador cuando no se está conectado.

Para este experto, la adicción a la red se manifiesta en una dependencia del ordenador, que termina en un aislamiento de los internautas de su entorno, llegando a ignorar aspectos de su vida que hasta el momento eran cotidianos y normales.

Las consecuencias de la dependencia afectan, por tanto, a la persona, pero también a su ámbito relacional, de manera que el adicto se aísla del entorno y no presta atención a otros aspectos de las obligaciones sociales. En este aspecto, Young (1999) concreta en los aspectos familiares, académicos y profesionales, como ámbitos en los que la dependencia tiene sus efectos.

Para entender el uso de Internet como adicción, Echeburúa sostiene que la utilidad de Internet se transforma para los adictos, convirtiéndose en una necesidad que trasciende la mera utilidad de búsqueda de información. Pasa a convertirse así en una dependencia, en una necesidad de conectarse con el objetivo de obtener un refuerzo, esto es, de huir de problemas, de encontrarse bien. Por tanto, las declaraciones de Echeburúa dejan claro que el uso problemático de Internet se asemeja a otro tipo de adicciones.

Este autor señala que los síntomas más frecuentes de los afectados por esta adicción son: la privación de sueño para "engancharse" a la red, el descuido de otras actividades importantes (como el tiempo para la familia o las relaciones sociales) y el hecho de pensar constantemente en la red cuando no se está conectado a ella.

La adicción acarrea también una serie de cambios psicológicos negativos, consistentes en alteraciones del humor, ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones o por no encontrar lo que se busca o a quién se busca, estado de conciencia alterado, irritabilidad en caso de interrupción, incapacidad para salirse de la pantalla, etc. (Echeburúa, 1999).

En el mismo sentido apuntaba el doctor **Jesús A. Lacoste, Director del Instituto para el Estudio de las Adicciones (IEA) (2000)**. "En sentido estricto es lo que nosotros llamamos dependencia sin sustancia porque no hay una sustancia química como en los otros casos. Sí que se produce una adicción en el sentido que la persona pierde el control sobre su propia vida y empieza a supeditar ese tipo de comportamientos. Sería más que nada una pérdida de control de los impulsos en cuanto a la capacidad de controlar el tiempo que uno pasa jugando al tragaperras o el tiempo que pasa conectado a Internet o leyendo el correo electrónico, por ejemplo".

Desde estos términos, por tanto, podría definirse la adicción a Internet como la pérdida del control frente al uso racional de Internet. Para esto habría que valorar una serie de parámetros como puede ser el nivel de interferencia y de distorsión en la vida personal, familiar y profesional del individuo.

Si, además, esa persona no sólo pasa muchas horas, sino que el resto de actividades de su vida gira en torno a su conexión a Internet, es otro síntoma de que puede estar generándose un problema adictivo. En el caso de que una persona piense constantemente en Internet y toda su vida gire en torno a la red, debe aparecer la señal de alarma porque puede aparecer un problema de adicción.

El uso de Internet puede generar trastornos en el comportamiento. En este sentido, sí podría considerarse Internet como una nueva adicción, ya que el control de los impulsos está muy implicado en todo tipo de adicciones y a veces, cuando se usa Internet de forma desproporcionada, se pierde el control sobre el propio impulso y puede llegarse a desarrollar una auténtica adicción.

Nathan Shapira (psiquiatra del Colegio de Medicina de Cincinatti) es uno de los expertos que no ve con claridad si la problemática que surge de Internet sea un desorden psicológico o que sea tan solo un síntoma de algo más grave. Para él, no queda clara la definición de adicción a Internet, ya que estar 'afiebrado' a Internet no es reconocido como un desorden, pero según el doctor Shapira, "el uso excesivo de Internet por parte de los estudiados puede clasificarse como un desorden de control de impulsos, en la misma categoría del cleptómano o el comprador compulsivo". De hecho, el doctor se refirió a este desorden como "Internetmanía" o "redmanía" más que considerarla una adicción.

Para llegar a estas conclusiones, el doctor Shapira y sus colegas llevaron a cabo un estudio cualitativo, indagando en la sintomatología y estado de 14 personas que habían pasado tanto tiempo navegando en Internet, que estaban enfrentando problemas tales como la ruptura de sus relaciones de pareja, pérdida del empleo y expulsión de la institución educativa entre otros.

Según este estudio, las personas que navegan demasiado tiempo en Internet tienen la tendencia a sufrir desórdenes psicológicos, tales como la maniaco-depresión. Además, parte de las personas estudiadas presentaron un cuadro más complicado, ya que presentaban maniaco-depresión, otras desórdenes de ansiedad tales como "fobia social", bulimia o problemas de hábitos de alimentación, estallidos incontrolables de ira o ganas de comprar, abuso del alcohol u otras sustancias en algún momento de sus vidas.

Se trata, sin embargo, de análisis cualitativos, sin ánimo de cuantificar el problema y en el que claramente se asocia la problemática con Internet a otra serie de trastornos psicológicos y de adicción.

A similares conclusiones ha llegado la doctora **Ángeles González**, de la unidad de psiquiatría del hospital de Bellvitge, en Barcelona, y que desde 1986 trata los casos de ludopatía, desde los casos que ha tratado. La doctora considera que la diferencia esencial entre el juego -que está mal visto en la sociedad-, y la Red, es que ésta "cuenta con un enorme prestigio" por el supuesto nivel económico, educacional y de conocimiento en las nuevas tecnologías de sus usuarios.

De los 350 casos tratados en el año 2001 en Bellvitge, tres o cuatro han sido por adicción a la Red. "Existe una muestra escasa como para sacar conclusiones médicas", añade.

La doctora González también destaca el hecho de que los adictos a la Red tienen además otras dependencias, y ciertos trastornos en el comportamiento, aunque existen excepciones. El caso se produce cuando esa conducta es el reflejo de un desequilibrio; lo que hay que tratar es la causa, no sólo el efecto. Este es el mismo comportamiento que ocurrió con el juego y la doctora González mantiene que se dará la misma pauta con Internet en el futuro.

De manera similar, los especialistas **José María Prieto**, profesor titular de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid y **Pedro Rodríguez**, (psicólogo clínico) coinciden en afirmar que una de las cuestiones principales es conocer qué es lo que ha llevado a la persona a esta adicción.

Otros autores, han establecido una relación entre un alto uso de Internet y el incremento en los niveles de depresión (**Kraut y cols., 1998; Petrie y Gunn, 1998; Young y Rodgers, 1998b**). Sin embargo, existe aún mucha controversia sobre si la depresión es la causa o el efecto de la adicción a Internet. Según **Pratarelli y cols. (1999)**, se produce un ciclo en el que la soledad y la depresión alimentan el uso del ordenador/Internet, y esto lleva a una mayor soledad y depresión. Esto se explicaría por una conducta compensatoria según la cual la actividad de los usuarios se incrementa a medida que aumentan sus sentimientos de incomunicación. (Mencionado por Nacho Madrid López).

Para el experto **Manuel de Gracia** (investigador del departamento de Psicología de la Universidad de Gerona) (2001), datos indicativos de los cambios de Internet en la vida cotidiana es la disminución dedicada a otras actividades hasta ahora cotidianas como ver la TV, leer, salir con amigos o dedicación a los estudios.

El cambio, viene dado tanto desde Internet como desde la telefonía móvil, que ha entrado con fuerza, no sólo como herramienta de comunicación, sino de consumo y que es, especialmente incidente en el caso de los jóvenes: "Su rápida difusión y la inmediatez del medio, ha hecho que en algunos casos su uso se convirtiera en compulsivo. Aunque es indudable que ha revolucionado la comunicación, no está tan claro si ha ido acompañado de forma paralela de una mayor calidad en las relaciones personales, ni en lo comunicado".

Para **De Gracia**, sin embargo, Internet no es, en sí misma, adictiva, ya que no hay evidencias en ese sentido. Si bien, sí se ponen en evidencia consecuencias de un uso compulsivo de la red y sus posibles relaciones con otros trastornos de base.

Para este experto, el sobreuso de la red se explica suficientemente bien desde los modelos de condicionamiento operante. Conseguir una satisfacción personal inmediata a través de los juegos de ordenador y de la interacción con otras personas, funcionan en este sentido como recompensas.

A partir de un estudio realizado, Manuel de Gracia y sus colaboradores ponen de manifiesto que "aquellas personas que reconocen que el uso de Internet ha afectado negativamente a algunos aspectos de su vida o de sus relaciones familiares o laborales, dicen acceder también más frecuentemente a Chats y a páginas de contenidos para adultos".

Son precisamente estos dos servicios de Internet los que ofrecen unos requisitos de anonimato, sensaciones inmediatas y gratificantes, etc.

También en España, la **ONG Protégeles** adelanta la descripción de lo que denominan como "Desorden de adicción a Internet", cuyo primer indicador señala la necesidad de conectarse con frecuencia, varias veces al día.

Sin embargo, añaden otra serie de características que confirmarían un problema de adicción:

1º. Dispersión de la atención

El usuario se conecta para realizar una tarea y no es capaz de centrarse sólo en aquello que iba a hacer y las tareas se triplican en cuanto a la duración.

2º. Búsqueda de satisfacción

La búsqueda de información pasa a un segundo plano y la herramienta pasa a utilizarse fundamentalmente para buscar satisfacción y estimulación.

3º. Desarrollo de tolerancia

Al igual que sucede con otras adicciones, el individuo se familiariza con un determinado nivel de estimulación. Con el uso y el paso del tiempo termina acostumbrándose a dicho nivel, y lo que al principio le resultaba estimulante pasa a serlo cada vez menos. Como consecuencia el usuario busca contenidos o situaciones cada vez más estimulantes, para alcanzar el nivel al que estaba acostumbrado.

4º. Creación de nuevas identidades

Para buscar nuevas sensaciones el usuario termina creando diversas identidades con las que experimenta.

5º. Protagonismo de lo emocional

La información y las sensaciones terminan dando paso al terreno emocional. El usuario va sustituyendo el mundo real por el virtual, pero necesita del mismo tipo de contactos y relaciones, por lo que buscará en Internet un nuevo núcleo de amigos, pareja y demás relaciones a las que esté acostumbrado.

Las anteriores características son definidas por Protégeles como "características de alerta", aquellas que aportan indicios de que algo está pasando, pero que no comportan una adicción, si no es acompañada de varias de las 5 características de un segundo nivel:

6º. Pérdida de control sobre el tiempo de conexión

El usuario se conecta con la intención de hacer una tarea determinada, con un tiempo aproximado de duración, y termina dedicándole al menos el doble o el triple del tiempo planteado. Todo ello sin ser consciente del tiempo transcurrido desde que inició la tarea.

7º. Conexión compulsiva

El usuario siente la necesidad de conectarse cuantas veces puede, aunque sea por un periodo de tiempo muy breve (5-10 minutos).

8º. Síndrome de abstinencia

Si el usuario no puede conectarse, o bien como consecuencia de un "castigo" o a causa de una avería: sufre. Se vuelve más irascible, busca a quien culpar de la situación, se pone nervioso, se impacienta...

9º. Preferencia por las ciber-relaciones

Las personas que desarrollan un desorden de adicción a Internet, terminan dedicando más tiempo a sus amigos virtuales que a sus amigos de la realidad.

10º. Supresión de horas de sueño y/o comida

La última característica consiste en suprimir horas de sueño o incluso comidas para prolongar la conexión a Internet, todo ello con relativa frecuencia.

En lo que autores que utilizan los criterios diagnósticos del juego patológico y quienes lo reprueban sí coinciden, es en eliminar el tiempo dedicado a Internet como variable independiente y causal de una adicción a Internet. Se basan en lo que las conexiones y dicha utilización suponen y no en lo que duran.

De forma directa, **Sarah Lawrence**, editora de la revista educativa "Taken Children Seriously" afirma que navegar en la Red no se caracteriza por la repetición irracional de una conducta destructiva, como es el caso de las verdaderas adicciones.

Señala, además, cómo la valoración del tiempo de conexión puede ser una variable engañosa (estudiada desde un punto de vista únicamente cuantitativo).

Alzaga y García presuponen, así mismo, la calidad de la conexión como el verdadero problema de Internet, no la conexión en sí "la cuestión está en su utilización, no en la Red: el 98% de los hogares españoles disponen de al menos una televisión; la media de estancia ante la pantalla, por español y día, es de cuatro horas. Si multiplicamos por siete salen 28 horas, dos menos de lo que se considera un exceso en la Red".

Lo cierto es que la medición de la adicción a Internet y a las nuevas tecnologías es complicado, por cuanto no podemos aseverar cuál sería un uso normal.

Así, no existe unanimidad respecto a qué tiempo de conexión semanal puede considerarse normal:

- Viktor Brenner (1997) establece la cifra de 19 horas semanales.
- Kathleen Scherer (1997) encontró que los sujetos clasificados como dependientes conectaban una media de 11 hrs/semana.
- Morahan-Martin y Schumaker (1997) establecieron la cifra de 8,5 hrs/semana como promedio del grupo de usuarios patológicos.
- Keith Anderson estableció el uso medio de Internet en 9,5 hrs/semana.
- El catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco (Madrid), Enrique Echeburúa, advierte que el uso anormal de Internet puede crear adicción y recomienda que la conexión a la red no se prolongue más de dos horas diarias.

FACTORES ADICTIVOS DE INTERNET

Según **José Gutiérrez Maldonado**, (Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de la Universidad de Barcelona, la relación con Internet pasa por diferentes fases, que explican su potencial adicción:

- Fase de encanto: es el momento en el que se descubre Internet. Esta fase se caracteriza por elevados tiempos de consumo y cierta "obsesión".
- Fase en la que se objetiva la relación de Internet, se da una caída en su uso, que el autor denomina "fase de desencanto".
- Fase de estabilidad: el uso de Internet en sí mismo halla su espacio natural en las actividades del sujeto.

Esta teoría supone una percepción del proceso de uso de Internet de carácter fásico, que Gutiérrez asemeja a las conclusiones que presentan los trabajos sobre el uso del videojuego (este fenómeno fue constatado por primera vez por Creasey y Myers en 1986).

Young, por su parte, concibe que Internet contiene diferentes características que ejercen una influencia en los sujetos, hasta llevarles a la adicción: anonimato, conveniencia y escape.

Según Young (1997) son varios los refuerzos y mecanismos psicológicos que llevan a la formación del hábito:

a) Aplicaciones adictivas: Se encuentra que las aplicaciones que más poder adictivo tienen son las que permiten al usuario interactuar con otros (como los chats). Al parecer, si hay algo que diferencia a los usuarios dependientes de los que no lo son es el tipo de aplicaciones que utilizan.

Los usuarios no dependientes usan Internet para encontrar información y mantener relaciones preexistentes, mientras que los dependientes la usan para socializarse y conocer nueva gente, para implicarse en un grupo. De acuerdo con esto se determinan tres principales áreas de reforzamiento: apoyo social, realización sexual y creación de un personaje.

b) Apoyo social: Los grupos se forman rápido en el ciberespacio. Las visitas continuadas a un determinado chat o MUD hacen que se establezca una intimidad con los demás miembros, alentada por la desinhibición que se muestra en la red.

Esta desinhibición es consecuencia directa del anonimato que proporciona la comunicación mediada por ordenador. Estos grupos llenan la necesidad de apoyo que tenga la persona en situaciones estresantes de enfermedad, jubilación o divorcio.

c) Satisfacción sexual: Hay multitud de chats que han sido diseñados para la interacción erótica, desde los más clásicos basados en texto a los más novedosos que incorporan video en tiempo real. Estas aplicaciones permiten al usuario elegir la fantasía sexual que le apetezca en el momento con solo pulsar un botón (desde la homosexualidad hasta las diversas parafilias). En estos lugares se sienten libres de ataduras por el anonimato y el sentimiento de practicar "sexo seguro". Por otro lado las personas que se sienten poco atractivas físicamente se ven liberadas de este problema.

d) Creación de personalidad ficticia: Internet permite crear una personalidad virtual modificando las propias características físicas que en el mundo real son inamovibles.

Es una forma de reinventarse a sí mismo, de cubrir necesidades psicológicas previamente no afrontadas enmascarando la inseguridad interpersonal. Dos de estas necesidades psicológicas son la expresión de un rasgo de personalidad reprimido y los sentimientos de reconocimiento y poder.

- e) **Personalidades reveladas:** Internet puede ayudar a sacar a la luz aspectos de la personalidad que estaban ocultos o reprimidos, como puede ser la agresividad. Una vez sacados a la luz, se debe de aprender a incorporarlos a la propia personalidad y no limitar esos roles al ciberespacio.
- f) **Reconocimiento y poder:** Este es un elemento que se deriva de los juegos, en los que se crea un personaje que va aumentando su poder a medida que consigue puntos, pudiendo llegar al liderato de otros jugadores subordinados.

El concepto de anonimato ha sido subrayado por numerosos autores en relación a las situaciones de abuso (O'Reilly, 1996).

Para **Greenfield** (1999), las cualidades de Internet que parecen contribuir al potencial de la adicción están relacionadas con la velocidad, accesibilidad e intensidad de la información a la que se tiene acceso, del mismo modo que la rapidez de absorción de una droga es directamente proporcional al potencial adictivo de la droga. Los adictos a Internet son objeto de una serie de sentimientos que crean y potencian esta adicción:

- Los adictos informan de una intensa intimidad cuando están conectados.
- Existe un sentimiento de desinhibición.
- Muchos adictos informan también de una pérdida de ataduras.
- Sentimientos de que el tiempo se detiene o que pasa muy rápido.
- Sentirse fuera de control cuando se está conectado.

Por su parte, **Guerricaecheverría y Echeburúa**, 1997, señalan varias características relativas al funcionamiento de las líneas eróticas y de party line, que comparten rasgos similares a los que ofrece Internet: disponibilidad ambiental, refuerzo inmediato, percepción de control y gran excitación emocional o sexual.

Pero, al igual que numerosos autores atribuyen a Internet el "mérito" de ser causa de la adicción, otros tantos atribuyen a la personalidad y características del internauta el hecho de que esta adicción aparezca o no.

Según **Echeburúa y cols.** (1998), la red permite cubrir dos tipos de necesidades básicas: la estimulación solitaria (búsqueda de información, imágenes, sonido, juegos, etc.) y la búsqueda de interacción social.

Para este experto, hay ciertas características de personalidad o estados emocionales que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones, que se concretan en:

- Déficits de personalidad: introversión acusada, baja autoestima y nivel alto de búsqueda de sensaciones.
- Déficits en las relaciones interpersonales: timidez y fobia social.
- Déficits cognitivos: fantasía descontrolada, atención dispersa y tendencia a la distraibilidad.
- Alteraciones psicopatológicas: Adicciones químicas o psicológicas presentes o pasadas. Depresión.

Young y Rodgers (1998) administraron el cuestionario 16 PF a un grupo de personas auto – seleccionadas, encontrando puntuaciones altas en términos de confianza en sí mismos, pensamiento abstracto, disconformidad con las convenciones sociales, reactividad emocional hacia los otros y preferencia por las actividades solitarias. Las personas dependientes de Internet suelen ser susceptibles, vigilantes y privadas. Esta tendencia hacia la introversión también fue encontrada por Petrie y Gunn (1998).

Según el **Center for On-line addiction**, indica que las tendencias apuntan a que las personas (hombres y mujeres) que padecen depresión, son más vulnerables a caer en la adicción a Internet, al igual que aquellas que padecen desorden bipolar, ansiedad, autoestima baja, o las personas que tratan de recuperarse de una adicción anterior.

De la misma opinión es el psiquiatra **Luis Rojas Marcos**, ex presidente de la Corporación de Sanidad y Hospitales Públicos de Nueva York (Estados Unidos), que afirma que "No hay tecnologías adictivas, sino personalidades adictivas", (2004 declaraciones a Europa Press).

Rojas Marcos señala, que independientemente de que existan o no las tecnologías, las personas adictas a estas herramientas canalizarían sus problemas en otros temas.

La tendencia previa a padecer adicción a Internet por padecer algún otro trastorno de la personalidad ha sido también analizado y concluido por otros expertos españoles a partir de estudios ad hoc realizados y que se presentan en un apartado posterior del presente informe.

ESTUDIOS REALIZADOS EN TORNO AL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET

En el siguiente apartado, se incluyen datos sobre estudios relacionados con la medición de la adicción a Internet, realizados en el extranjero. Sin embargo, tiene que quedar claro que las metodologías no incluyen una segmentación de la muestra por edades, por lo que los datos no pueden ser tomados como comparativa de cara al estudio de Madrid Salud.

Los estudios son de diferente naturaleza, si bien priman los de corte sociológico o psicológico sobre los clínicos.

El fenómeno de la adicción a Internet es reciente, y la preocupación no ha llegado al punto de que se realicen estudios clínicos para determinar con claridad los síntomas que definen esta patología.

INSTITUTO FEDERAL SUIZO DE TECNOLOGÍA (1996)

Egger y Rauterberg (1996) realizaron uno de los primeros estudios europeos sobre adicción a Internet. A partir de un cuestionario colocado en una página web que fue distribuido a través de la propia red, estudiaron la supuesta adicción y la conducta de aquellas personas que se autodescribían como adictos a Internet. Se recogieron 450 cuestionarios considerados válidos, con origen -la mayor parte- en Suiza.

Estos autores utilizaron criterios DSM-IV adaptados para definir a los presuntos adictos a la red. Los resultados hallados no mostraron diferencias significativas entre las respuestas de las personas identificadas como adictos y no adictos a partir de los criterios adaptados del DSM-IV.

El grupo estuvo compuesto por un 84% de varones, con una media de edad de 30 años y con una formación de nivel secundario en un 55% de los casos.

Los autores reconocen el sesgo que supone esta forma de recoger la información puesto que los sujetos interesados en las actividades de mayor potencial adictivo (Chats y juegos en red) no necesariamente invierten cantidades de tiempo importantes en la navegación por la red.

Este trabajo cuenta con la particularidad de que se realizaron comparaciones entre un grupo experimental compuesto por "adictos a Internet" y un grupo de control formado por sujetos cuya conducta en la Red se consideraba normal. Cabe destacar que la asignación a uno u otro grupo se realizó basándose en la respuesta dada por los participantes a la pregunta "¿Se considera usted un adicto a Internet?"

Este procedimiento supone que no existe un concepto de dependencia objetivo que sirva de guía, puesto que cada sujeto interpreta el término "adicto" desde su propia perspectiva.

Está claro que en este grupo se concentraba un elevado número de usuarios de alta frecuencia, si bien ello no debe necesariamente igualarse con la situación de dependencia. Además se creó un tercer grupo integrado por aquellos sujetos que optaron por la opción "no sé" a esta pregunta.

Las comparaciones se realizaron basándose en tres grupos:

- IA (grupo de adictos).
- DK (grupo que no contesta a esta pregunta).
- NA (grupo de no adictos).

Se obtuvieron diferencias significativas en los siguientes aspectos:

Respecto a los temas de naturaleza social los sujetos del grupo IA demostraron conocer a más gente en la Red y sentirse más perjudicados en su trabajo, finanzas o vida social que los del grupo de NA.

En cuanto al uso de Internet cabe destacar como los sujetos del grupo IA presentaron los mayores incrementos en el tiempo de conexión en el último año, invirtieron más horas por semana en el IRC y en la web. También participaron en mayor medida en grupos de autoayuda y solicitaron con más frecuencia consejo médico, psicológico o religioso.

En cuanto a los sentimientos acerca de la red, cabe destacar cómo los sujetos del grupo IA sintieron la necesidad de utilizar Internet cuando no se hallaban conectados, tendieron a anticipar con más frecuencia su próxima conexión, se sintieron más nerviosos cuando se bloqueaba o restringía su acceso. También experimentaron mayores sentimientos de culpa o de tristeza después de permanecer conectados durante largos períodos de tiempo. También los temas relacionados con Internet aparecieron con mayor frecuencia en sus sueños a la vez que tendieron más a preguntarse que ocurría en la Red cuando no estaban conectados.

En cuanto al manejo del tiempo, por lo general, los sujetos del grupo de IA invirtieron más tiempo conectados del que inicialmente habían planeado, mintiendo con mayor frecuencia a sus amigos acerca del tiempo que habían estado conectados, aunque estos también les formularon quejas más frecuentes acerca de este tema. También intentaron con más frecuencia restringir sus períodos de conexión, perdiendo más a menudo la noción del tiempo durante sus conexiones.

Los ítems del apartado de datos personales revelaron que los sujetos del grupo IA dedicaban más tiempo a sus ordenadores que a su ocio, también adquirirían mayor número de libros o revistas relacionados con estos temas y conocían a más adictos que el resto de sujetos.

No se registraron diferencias significativas en las siguientes variables:

- Aspectos sociales: no existieron diferencias respecto al número de personas con las que habitualmente se comunicaron los sujetos de la muestra, ni con el número de personas que habían conocido personalmente después de haberlo hecho en el ciberespacio.
- Uso de Internet: no se constataron diferencias en la antigüedad en la Red.
- Datos personales: sexo, edad, forma de convivencia, horas por semana.

A la vista de estos resultados los autores se inclinan a considerar la existencia de una conducta de características adictivas derivada del uso intenso de Internet, sin embargo también recalcan cómo las diferencias entre los ítems que hacen referencia a los criterios de diagnóstico de un trastorno de estas características no presentan las diferencias tan intensas que se encontrarían en las respuestas a esos mismos ítems en sujetos afectados de cualquier otra adicción.

Las **críticas** al anterior trabajo provienen del hecho de utilizar un cuestionario on-line como método de recogida de datos. Esto, por un lado, predispone a que quienes contestan tengan una mayor predisposición al problema y por otro lado, se excluye a aquellos que utilizan herramientas como el chat o el juego, por lo que no necesariamente navegan por páginas de Internet como la del cuestionario.

Además, los autores de dicho estudio utilizan variables de autodefinición, como adictos o no, como variables de contraste. Esto conlleva un doble riesgo, por un lado el sesgo que introduce la subjetividad y, por otro, el hecho de que una de las características de toda adicción es la negación, por lo que esta autodefinición se pone en entredicho.

DRA. KIMBERLY S. YOUNG (1996)

La autora reclutó los sujetos de su muestra poniendo anuncios en los grupos de noticias de Usenet y en los campus de universidades y otros centros de enseñanza.

El grupo experimental (adictos a Internet) estuvo formado por 157 varones y 239 mujeres.

La edad media para los varones fue de 29 años y 43 para las mujeres con un nivel académico de 15, 5 años de escolarización.

El 42% de la muestra estaba formado por desempleados (amas de casa, discapacitados, jubilados o estudiantes).

El grupo de control estaba formado por 64 varones y 36 mujeres con una edad media de 25 años para los varones y 28 para las mujeres y su nivel educacional de 14 años.

El tiempo invertido en Internet por los sujetos del grupo experimental fue 38,5 horas/semana. Para obtener estas cifras se restó el tiempo de conexión que tenía una justificación laboral o académica.

Los recursos más utilizados por los sujetos de este grupo fueron los chats y juegos en línea, en tanto que el grupo de control utilizó mayoritariamente la Web y el e-mail.

Este trabajo se estructura en las siguientes partes:

1. Patrones conductuales de uso de Internet.
2. Perfil de personalidad.
3. Razonamiento.
4. Escala de depresión.
5. Escala de búsqueda de sensaciones.
6. Datos demográficos.

Los principales resultados obtenidos fueron los siguientes:

En función de dichos criterios, Young identificó a un grupo de internautas que denominó 'dependientes', formado por 396 sujetos. Un 42% de ese grupo estaba constituido por mujeres, que se declaraban amas de casa, por estudiantes y por desempleados. Sólo un 8% de los internautas dependientes se identificaban como profesionales de las nuevas tecnologías (p.e. programadores, analistas de sistemas o ingenieros).

De los 396 individuos clasificados como dependientes, sólo un 10% de ellos declaraba que 'navegar por la red' era el principal uso que hacía de la red. Por el contrario, los no dependientes usaban más servicios de búsqueda de información, así como aquellas utilidades para mantener relaciones, incluyendo las páginas web y los correos electrónicos. La conclusión que extrae Young, es que los accesos a portales o servidores de información no serían los causantes de la dependencia a Internet.

Por otra parte, un 35% de los sujetos 'dependientes' se manifestaba usuario de servicios conversacionales como Chats o dominios multi-usuario (diversos usuarios se conectan para interactuar como personajes de una misma historia), y un 28% de los juegos en red.

La autora desglosa tres subgrupos de usuarios dependientes de la red:

- (a) Internautas que se conectan con la finalidad de establecer relaciones sociales. Serían personas aisladas geográficamente, pero también socialmente. Los servicios conversacionales pueden ser atractivos, señala Young, para aquellos individuos a los que el entorno social no ofrece interacciones sociales suficientemente enriquecedoras. Además, los usuarios establecen relaciones inmediatas y aparentemente sólidas, basadas en el anonimato y en la ausencia de consecuencias directas, que facilitan la desinhibición.
- (b) Las personas que buscan contactos sexuales virtuales. La autora destaca el hecho de que los internautas hayan declarado en el estudio, que perciben el 'cibersexo' como el único medio de obtener una satisfacción de naturaleza sexual sin correr ningún riesgo, gracias al anonimato y a la imposibilidad de localizar a los otros usuarios.
- (c) La posibilidad de inventar un personaje. Las características del ciberespacio permiten a los usuarios probar sin riesgo aspectos de su personalidad que no pueden revelarse en el mundo real. Un individuo sexualmente inhibido y poco sociable puede revelarse como sexualmente extravertido y sociable en la red.

La conclusión final del estudio de Young fue que la adicción a Internet efectivamente existe, y que, aunque Internet por sí misma no es adictiva, la naturaleza interactiva de determinados servicios sí puede ser adictiva o encauzar otras adicciones psicológicas (p.e. juego patológico en los Cibercasinos, adicción al sexo en el caso de las páginas de pornografía). Por ello, fundó el Centro para el "Tratamiento de la Adicción On Line" (Center for Online Addiction) en la web.

La principal **crítica** hacia el trabajo de Young es el hecho de que la herramienta de recogida de datos se limite a un cuestionario on-line, lo que introduce sesgos como los comentados en el estudio Suizo.

BRENNER

Un poco más tarde, Brenner (1997) desarrolló una medida exploratoria de la adicción a Internet, la Internet-Related Addictive Behavior Inventory (IRABI), que también fue distribuida a través de una página web.

Brenner elaboró un cuestionario de 32 preguntas basadas en criterios adaptados del DSM-IV para abuso de sustancias, otras hacían referencia a los hábitos de uso y a las consecuencias negativas que podía haber tenido el uso excesivo de Internet en su vida Internet. El formulario obtuvo 408 accesos desde 25 países que supusieron 185 cuestionarios válidos.

Además, la escala de Brenner incluía preguntas sobre las relaciones interpersonales establecidas a través de Internet, la incapacidad de organizar el tiempo adecuadamente, preguntas que trataban aspectos como las actitudes hacia Internet, los contenidos para adultos, e incluso cuestiones sobre el control legal y administrativo de la red.

Los principales resultados se resumen en:

- El individuo medio del estudio de Brenner era un varón de 34 años con un alto nivel educativo.
- El tiempo habitual de conexión por semana se sitúa alrededor de las 20 horas y eventualmente algo más. Prácticamente el 50% de la muestra reconoce alguna incidencia en su trabajo, pero menos del 10% han tenido problemas de relevancia con sus jefes o tutores académicos.
- Brenner identificó a partir de las puntuaciones en el IRABI un subgrupo de personas cuyo uso de Internet provocaba más consecuencias negativas que en el resto de la muestra.
- También halló que casi todos los encuestados presentaban conductas de tipo adictivo a Internet en algún momento, con un 80% de la muestra puntuando 5 en el IRABI. Esta circunstancia podría afectar a los sujetos que disponen por primera vez de conexión a Internet o que utilizan servicios como Chats y IRC que tienen un uso marcadamente fásico.
- Respecto a las conductas de riesgo cabe destacar que casi el 40% de los sujetos han dado algún paso encaminado a conocer en el mundo real a alguien que solo conocían en la red, sin embargo muy pocas de estas acciones han cristalizado en conductas de riesgo, resultando la mayoría de relaciones establecidas de carácter laboral o escolar.
- Considera que hay un subgrupo de usuarios a quienes la Red les ha producido una serie de problemas no objetivables en la mayor parte de la muestra.

Los resultados obtenidos permitieron al autor concluir que era posible sostener la existencia del constructo adicción a Internet, aunque también señalaba **dificultades conceptuales y metodológicas** que hacían necesaria una mayor investigación.

Así, considera que antes de aceptar el concepto de Adicción a Internet debe investigarse exhaustivamente su realidad y deben solventarse problemas metodológicos importantes derivados del hecho de obtener la información de voluntarios de la Red que representan solo a subgrupos muy específicos, iniciados en estos temas y con un elevado consumo secundario a sus intereses generales.

EL ESTUDIO DE MALTA

En este trabajo se intentó ofrecer una descripción acerca de las características del usuario maltés, con especial énfasis en las necesidades que se satisfacen en la conexión. Se trataba de responder a las siguientes preguntas:

- ¿Qué necesidades se satisfacen conectando a Internet?
- ¿Se diferencian los sexos en el uso de Internet?
- ¿Influye Internet en las relaciones interpersonales?

Este trabajo partió de una muestra de 388 sujetos, recogiendo los cuestionarios entre Noviembre de 1966 y Marzo de 1997.

- El 80,7% fueron varones y el 19,3% mujeres. El 34,8% tenía una edad comprendida entre los 19 y 25 años y el 21,1% entre 13 y 18.
- El 65,7% fueron solteros y el 32,2% casados.
- El 44,1% estaba constituido por sujetos activos laboralmente y el 38,7% lo constituían estudiantes y sujetos en otras situaciones.
- El 33% poseía estudios universitarios, el 28,4% estudios secundarios y el 27,1% estudios primarios.

En general estos resultados coinciden a grandes rasgos con los de otros estudios similares; usuario varón, soltero, con un nivel de instrucción elevado.

Cabe destacar que el 93% de los sujetos tenía una antigüedad en la Red de un año o inferior.

Los recursos más utilizados fueron la web y el correo electrónico.

La frecuencia de conexión era diaria para el 27% de los sujetos y el 78% se conectaba por lo menos 4 veces por semana.

El tiempo de conexión semanal oscilaba entre las 3-15 horas (62,6%) apareciendo un grupo constituido por el 6,2% de los sujetos que se conectaba durante más de 40 horas semanales.

La mayor parte de sujetos se conectaron desde sus propios domicilios (92%), el 29,4% lo hizo desde su trabajo, el 8,8% desde centros académicos y el 1,8% desde cybercafés.

Las principales conclusiones que se obtuvieron del estudio, destacan las motivaciones para usar Internet:

- Escape: Incluye huir de los sentimientos de soledad, evitar sensación de tedio de la vida cotidiana y mantenerse en contacto con más gente evitando el aburrimiento.
- Búsqueda de información.
- Interacción social: Incluye relacionarse con amigos, conocer nueva gente e intercambiar información.

El estudio de Malta aporta información sobre los factores adictivos de Internet. Sin embargo, **no llega a la medición** de la existencia o no de un trastorno derivado del uso de Internet.

GREENFIELD

Greenfield, un psicólogo de West Hartford, llevó a cabo un estudio bajo una muestra de 17.251 cuestionarios cumplimentados sobre el uso de Internet, (a través de la página web ABCNEWS.com)

El cuestionario contenía preguntas parecidas a las que se usan en cuestionarios para ludópatas. Un tercio de los encuestados respondieron que usaban Internet para escapar de sus problemas.

Dicho cuestionario, el VAS (Virtual Addiction Survey), examinaba el uso general y abuso de Internet. Como resultado de este estudio, Greenfield señala un conjunto preliminar de siete criterios para la identificación y predicción de la adicción a Internet:

- N° Total de horas que pasas conectado.
- Otras personas piensan que tienes un problema con Internet.
- Experimentar serias consecuencias relacionadas con el uso de Internet.
- Experimentar una intensa intimidad en la red.
- Mantener la cantidad de tiempo que se pasa conectado como un secreto.
- Edad (más joven incrementa el riesgo de adicción).
- No poder esperar para llegar al ordenador y conectarse.

ARMSTRONG Y COLS

Más recientemente, Armstrong y cols. (2000) en un estudio realizado con una muestra seleccionada de 52 sujetos, elaboraron un cuestionario complementario al de Brenner que evaluaba los problemas relacionados con el uso Internet.

La Internet Related Problem Scale (IRPS; Armstrong, Phillips y Saling, 2000) era un cuestionario que constaba de 20 ítems que valoraban tolerancia, consecuencias negativas para la persona, pérdida de control, reducción de otras actividades, dependencia y escapar de los problemas.

La escala era tipo Likert, con un rango de respuesta entre 1 (totalmente falso) a 10 (totalmente cierto). Además, el estudio incluía tres escalas de personalidad.

Lo más destacable de sus conclusiones fueron que la autoestima y el número de horas por semana utilizando la red, fueron las variables que mejor predecían los problemas relacionados con Internet.

Es decir, los sujetos con una autoestima más baja y que empleaban más horas semanales de conexión, presentaban más problemas debidos al uso de la red. Sin embargo, la impulsividad no se mostró relacionada con las puntuaciones del IRPS, lo que hace concluir a los autores que, a diferencia de otro tipo de adicciones, la adicción a Internet no se caracterizaría por este rasgo.

En este sentido, argumentan que las personas impulsivas o que buscan sensaciones intensas no se sentirían atraídas por el tipo de sensaciones que puede proporcionar Internet, y se dedicarían a actividades mucho más excitantes como el submarinismo, esquí o cualquier otro tipo de actividad que implique riesgo o emociones intensas.

Por el contrario, personas menos impulsivas o que buscan sensaciones menos fuertes, encontrarían en la red una gran variedad de servicios estimulantes y de una intensidad más adecuada a su perfil.

Si esto es así, continúan estos autores, se podría concluir que el grupo de más riesgo sería aquel con un nivel moderado de activación, y no aquellos que se sitúan en niveles extremos de poca o mucha activación. A pesar de las buenas propiedades psicométricas del IRABI y de las conclusiones señaladas, **los resultados finales, como indican los propios autores, se ven comprometidos por una muestra reducida.**

TREUER Y COLS

Un trabajo europeo publicado en 2001 por Treuer y cols, (2001) propuso incluir la adicción a Internet como un nuevo subtipo de trastorno en el control de los impulsos. Los autores realizaron el estudio a partir de un cuestionario colocado durante un mes en una página web.

A partir de los datos obtenidos de los 86 cuestionarios cumplimentados, Treuer y cols sostienen la existencia de una alta prevalencia de trastornos en el control de los impulsos entre los usuarios de Internet.

- El 86% de los sujetos responden que sienten un gran impulso por estar 'online' cuando llevan cierto tiempo sin acceder a la red.
- El 92% dice que el mundo sería aburrido y vacío sin Internet.
- El 77% de los internautas manifiesta que tienen fantasías diurnas sobre el uso de Internet.
- El 81% de los usuarios dice ponerse extremadamente nervioso si la conexión a la red es lenta.
- El 43% reconoce que tienen un estado de ánimo depresivo y sentimientos de culpa después de un uso prolongado de Internet.
- El 71% de los sujetos informa que tiene conductas agresivas cuando se ven obligados a interrumpir el uso de la red por causa de otras personas.

Los resultados de esta investigación también ponen en evidencia que la mayoría de las personas encuestadas eran estudiantes jóvenes (el 51% de la muestra tenía menos de 20 años) que presentaban una combinación de características obsesivas y problemas en el control de los impulsos relacionados específicamente con el uso de Internet.

Los autores insisten en los riesgos que puede suponer para los adolescentes que Internet sustituya o condicione las relaciones personales, en un periodo vital en que son especialmente críticas.

Las debilidades del estudio se concretan básicamente en una muestra reducida y en el hecho de que la recogida de información fuese vía on-line, con las limitaciones que ello conlleva.

ESTUDIO UNIVERSIDAD STANDFORD

El profesor Norman Nie realizó un estudio sobre 4.113 usuarios y 2.689 hogares y distinguieron entre aquellos que anteriormente tenían conexión a Internet y los que no.

Una de las principales conclusiones a la que llegaron, fue que cuanto más tiempo pasaban las personas en Internet, menos tiempo pasaban relacionándose con otras personas.

Además de ésta, llegaron a la conclusión de que:

- Las personas con mayor antigüedad en Internet pasaban más horas conectadas.
- Una cuarta parte de los internautas regulares (más de 5 horas a la semana), sentían que esto había reducido su tiempo con los amigos o su tiempo para acudir a eventos fuera del hogar.
- Una cuarta parte de los internautas con empleo manifestaron que Internet había incrementado el tiempo de trabajo a su hogar, aparte del de la oficina.
- Seis de cada diez de los internautas más asiduos, reconocieron que Internet había reducido su tiempo de ver la TV y un tercio empleaban menos tiempo en leer el periódico.
- Los estadounidenses de mayor edad y con menor perfil educativo eran los usuarios de Internet menos probables pero, cuando accedían a esta herramienta, su uso era similar al de los demás.
- Aproximadamente dos tercios de los encuestados que tenían acceso a Internet, dijeron que pasaban menos de cinco horas semanales conectados y la mayor parte no mostraban cambios en su comportamiento del día a día. Pero el otro 36% que empleaba 5 o más horas en Internet manifestaron cambios significativos en sus vidas. Los mayores cambios los reportaban aquellos que pasaban más de 10 horas a la semana conectados a la red. Suponían solo el 15% del total de internautas, pero los investigadores aventuraban que esta cifra incrementaría considerablemente en el futuro.

Uno de los **principales hándicaps** de este estudio es el hecho de que se limita a analizar los efectos de Internet sobre las vidas de las familias en cuanto que se introduce como sustitutivo de actividades tradicionales.

Sin embargo no profundiza en otros efectos que pueden definir un uso patológico de Internet.

INSTITUTO CANTONAL DE ZÚRICH PARA LA LUCHA CONTRA LAS DEPENDENCIAS

Uno de los estudios más recientes ha sido el efectuado por el Instituto Cantonal de Zúrich para la lucha contra las dependencias (2006). Realizaron una encuesta entre más de 20.000 personas.

Los resultados mostraron que el 6% de los menores de edad se revelaron dependientes, tendencia considerada inquietante para los expertos del Instituto.

Los datos facilitados a la agencia EFE, señalan además que en Suiza un 6 por ciento de los cibernautas se adecúa a la definición de adicto o de persona propensa a caer en esa adicción, que interfiere en el desarrollo normal de su vida, actividades y obligaciones.

No obstante, los responsables del estudio afirman que la mayor parte de los encuestados navegan en la red "de manera constructiva y controlada", por lo que las conclusiones "no tienen pretensión científica" a pesar de aportar "indicaciones interesantes" sobre un fenómeno todavía poco estudiado.

Un resultado interesante, sin embargo, es el hecho de que los más propensos a sufrir esa patología son los varones menores de dieciocho años.

OTROS ESTUDIOS

Existen otros estudios, nombrados por **Juan Alberto Estalló Martí (2001)**, que sirven como referencia para cuantificar la prevalencia de la problemática en el uso de Internet y el tiempo de navegación considerado “anormal”, si bien hay que tener en cuenta que se estudiaba a la población general, internauta, sin acotar por segmentos de edad:

Gold y Heffner calculan que son en torno al 6 – 10% de los usuarios de Internet los que pueden presentar problemas de adicción.

Por otro lado, **Whang** (2003) y colaboradores, estudiando 13.588 usuarios de Internet en Corea, estimaron en un 3,5% el porcentaje de usuarios diagnosticados como compulsivos y en un 18,4% en riesgo de adicción.

Otros estudios ofrecen datos de rangos horarios como determinantes de una mayor o menor problemática en el uso de Internet:

Kathleen Scherer (1997) encontró que los sujetos clasificados como dependientes conectaban una media de 11 hrs/semana. En este estudio se aceptaron como dependientes a aquellos sujetos que puntuaron en 3 o más de los 10 ítems de la escala de dependencia, por lo que se puede esperar un elevado número de falsos positivos en relación al trabajo de Brenner.

Morahan-Martin y Schumaker (1997) establecieron la cifra de 8,5 hrs/semana como promedio del grupo de usuarios patológicos. Estos sujetos eran usuarios especialmente importantes de FTP y de los juegos interactivos. Curiosamente estos sujetos no usaban de un modo especialmente importante los chats.

Keith Anderson (1997) en un estudio en base a 1.000 estudiantes de múltiples universidades en todo el mundo estableció el uso medio de Internet en 9,5 hrs/semana. Este estudio constató que la FTP, juegos interactivos y chat se hallaban incrementados respecto a los sujetos no abusadores.

ESTUDIOS REALIZADOS EN ESPAÑA

En el ámbito nacional no se han encontrado muchos estudios que cuantifiquen el problema de Internet o de las nuevas tecnologías, si bien los que existen presentan conclusiones interesantes a considerar de cara al estudio.

Existen, además, estudios específicos llevados a cabo entre niños y adolescentes, que se presentan en el apartado siguiente.

ALBERTO FERNÁNDEZ LIRIA Y LOURDES ESTÉVEZ

Cuatro profesionales españoles: Lourdes Estévez, del Hospital 12 de Octubre de Madrid; Carmen Bayón, del Hospital La Paz (Madrid); Alberto Fernández Liria, del Hospital Alcalá de Henares; y José María Otín Grasa, del Hospital de Día Llúria (Barcelona), están estudiando el uso abusivo de la Red y quién la padece (2002).

Su investigación se ha basado en las respuestas online a tres cuestionarios que aparecen en la página web que han habilitado para el estudio: <http://www.adictosainternet.com/>.

Complementaron el estudio con tres cuestionarios, referidos a:

- Test de adicción a Internet,
- Test que indaga en los servicios utilizados en la Red, la modalidad de uso, el consumo de todo tipo de drogas y las conductas problemáticas con respecto al trabajo, comida, etc.
- Test que evalúa rasgos de personalidad.

Lograron un número de respuestas desiguales para cada uno de los cuestionarios, de 4.565 en el primero, 3.116 en el segundo y 1.266 en el tercero.

Los investigadores, segmentaron a los internautas en tres perfiles, según las respuestas que daban a los cuestionarios: **usuarios sin problemas, usuarios de riesgo, y usuarios con problemas de adicción.**

Así, un 39% resultaron ser usuarios de riesgo y un 10,5%, internautas con problemas de adicción.

A pesar de las limitaciones que supone una metodología de cuestionario on-line colgado en la red (es una muestra autoseleccionada, que no representa a la totalidad de internautas), el estudio permitió establecer conclusiones interesantes:

- El perfil de adicto a Internet se compone de sujetos muy jóvenes y con un alto nivel de formación. Afecta a personas que con frecuencia consumen otro tipo de tóxicos, tanto legales como ilegales.
- Los adictos a Internet, presentan además otras patologías como relaciones compulsivas con otras conductas como el trabajo, ejercicio, conducción peligrosa, sexo, comida, etc. y/o sujetos que desde el punto de vista psiquiátrico tienen un trastorno de la personalidad y dificultades en las relaciones interpersonales.

De lo anterior, concluyen que no se puede plantear que Internet, como tal cree adicción, sino que son estas personas con problemas los que terminan realizando un uso problemático de la red.

Contando con la premisa de que en el adicto a Internet subyacen otros problemas, Internet presenta ciertos aspectos que facilitan esta adicción: anonimato, distanciamiento físico, posibilidad de usarlo cuando uno quiere y como quiere, ausencia de comunicación verbal, velocidad que cada vez imprime más el medio, etc. Muchas de estas condiciones las facilitan los servicios de Internet como los juegos y el chat.

- Un grupo importante de la muestra estudiada, además, se mueven en Internet motivados por una búsqueda de la novedad, de emociones nuevas, de nuevas relaciones.
- Los autores del estudio asimilaban la adicción a Internet con la adicción a otro tipo de sustancias, que presentan una pérdida de control, **tolerancia** (necesita tomar más cantidad para sentirse a gusto) y **abstinencia** (cuando deja de tomarlo, se pone muy nervioso).
- Los adictos, además, terminan abandonando actividades cotidianas y normales en su vida.
- Encuentran en los adictos a la red un perfil de persona aislada de su entorno.
- Además, confluyen en ellas factores de riesgo como la timidez, la soledad, las dificultades en las habilidades sociales y la autoestima.
- Establecen tres tipos de adicción (que no son aislados, ni tan homogéneos como en un principio puede parecer):
 - Sujetos que fundamentalmente navegan. Individuos que realizan una búsqueda exhaustiva y desesperada de páginas, bien sean de noticias, imágenes o bajarse programas.
 - Internautas que usan la Red para la búsqueda de relaciones personales. Utilizan los chats, juegos de Rol... Hacen la búsqueda pero luego no se quedan, ni su fin es conocer al otro y establecer una relación que vaya a más, simplemente les llena la búsqueda desesperada de relaciones con los demás.
 - Sujetos que o bien previamente tenían una adicción o este medio es el que les ha canalizado el problema.
- El perfil del netadicto en España es gente muy joven con un predominio en las edades comprendidas entre los de 14 a 24 años, con un alto nivel de estudios y prácticamente por igual entre hombres y mujeres (no se dieron diferencias significativas). En cuanto al estado civil del netadicto, tanto en hombres como en mujeres el 75 por ciento son solteros.

Sin embargo, las cifras de prevalencia resultan excesivas, ante todo por la aplicación del cuestionario en Internet, que predispone a que haya una mayor respuesta de los usuarios con un problema potencial.

Contactos posteriores con estos expertos ha dejado claras las limitaciones de este estudio. En la actualidad se encuentran realizando un estudio clínico-epidemiológico con el fin de obtener una escala definida que sea capaz de obtener datos más cercanos a la realidad. Para ello, se encuentran en la creación y validación de un cuestionario a partir de las respuestas dadas por pacientes que acuden a consultas psiquiátricas.

MANUEL DE GRACIA

Manuel de Gracia, realizó un estudio en la Universidad Politécnica de Cataluña en el 2001, donde analizaron a 1.332 internautas.

Los principales datos del estudio revelaban que:

- El 16% de los usuarios de Internet, realizaban un uso abusivo de la red.
- Un 4,9% realizaban un uso más problemático de la red. Estos sujetos reconocían que dejaban de hacer cosas por estar conectados:
 - El 76% han perdido relaciones, tiempo de estudio o trabajo.
 - Nueve de cada diez reducen las salidas con amigos, reciben críticas por permanecer conectados, pierden la noción del tiempo mientras acceden a la red, reconocen que se ha visto afectado su rendimiento laboral o académico y también presentan mayores índices de ansiedad y disfunción social.
- Entre los servicios más usados se encuentran los chats (52%) y las páginas pornográficas (26,2%).
- El número de horas diarias de conexión no se ha mostrado relacionado con el uso problemático de la red.
- Uno de cada cuatro afectados cree que su vida sin la red sería "aburrida, vacía y triste".
- Un 59% se considera "incapaz" de restringir su uso en la red.
- Un 62% confiesa sentirse "culpable" por conectarse demasiado tiempo.
- En cuanto al perfil de usuario patológico, se destacan otras problemáticas como mayores niveles de ansiedad y de disfunción social que el resto.

Sin embargo los datos provienen, al igual que en estudios anteriores, de cuestionarios on-line, por lo que los datos de prevalencia quedan sesgados.

El propio De Gracia lo considera como un "estudio exploratorio", por lo que los datos no resultan concluyentes.

ESTUDIOS CENTRADOS EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Como se ha podido comprobar, los estudios que hasta ahora han venido dándose, se han centrado en Internet y han sido realizados a partir de muestras de internautas, independientemente de la edad.

Sin embargo, el estudio de la problemática con otras tecnologías como son los teléfonos móviles no han tenido tanta incidencia.

Así mismo, el segmento poblacional de jóvenes y adolescentes no ha sido objeto de análisis específico en el análisis de un uso problemático con las nuevas tecnologías.

El fenómeno de la adicción a Internet comenzó a preocupar en los EEUU mucho antes de lo que lo hiciera en España, debido al recorrido que esta tecnología había tenido ya en el país. Cabe pensar que es lógico que la preocupación se centre en primer lugar en los adultos, ya que Internet se democratiza a todos los segmentos de población con posterioridad. Los nuevos usos como los juegos, el chat, etc. elementos atrayentes para los jóvenes provocan, además con posterioridad, un mayor acercamiento por parte de población cada vez más joven.

A esto le acompañan las nuevas tarifas, cada vez más económicas y una tradicional aceptación social hacia las nuevas tecnologías, que hace que se multiplique el uso entre los jóvenes en los últimos años y que comiencen a alzarse voces de alarma o de prevención hacia un uso incontrolado y de consecuencias aún desconocidas y poco estudiadas.

Aunque expertos como el sociólogo Barbeito o el psicólogo Juan Alberto Estallo manifiestan que probablemente el uso preocupante que se está dando entre niños y adolescentes corresponde a una etapa de novedad que poco a poco debería normalizarse.

Sin embargo, en España, a la vez que se analizan los potenciales efectos perniciosos de Internet entre la juventud, se manifiesta otra preocupación por el uso incontrolado y fuerte interés de niños y jóvenes por el teléfono móvil.

Encontramos así, instituciones y organismos a nivel nacional que se preocupan por analizar el fenómeno y que establecen intenciones de desarrollar programas de ayuda y de prevención frente a este fenómeno.

ESTUDIOS REALIZADOS

La ONG Protégeles, nació como organismo sin ánimo de lucro, que trabajaba para velar por la seguridad de los niños en Internet, luchando contra la pornografía infantil. Su abanico de acciones, sin embargo, se ha ampliado, abarcando también el tema de prevención de usos problemáticos de nuevas tecnologías.

En sus estudios y campañas, han abordado tanto Internet, como los videojuegos o la telefonía móvil en colaboración con el Defensor del Menor.

SEGURIDAD INFANTIL Y COSTUMBRES DE LOS MENORES EN INTERNET

El estudio realizado por la ONG, el Defensor del Menor y la A.C.P.I. (2002), tiene como objetivo fundamental conocer los hábitos de los menores en Internet, ya que su uso es cada vez mayor y la edad de inicio cada vez más temprana.

El estudio se centra, ante todo, en conocer una conducta que puede poner en riesgo su seguridad, frecuencia de víctimas de acoso sexual, consumo de pornografía y violencia, conocimiento sobre un uso responsable y consciente de la red, etc. Pero centra también un capítulo en el análisis de conductas propias de adicción a Internet y adicción al juego.

Para el presente estudio se han realizado 4.000 encuestas entre menores de 10 a 17 años, de ambos sexos a través de diferentes fórmulas de recogida de datos.

Los principales resultados obtenidos del estudio arrojan resultados que pretenden aproximarse a una potencial problemática en el uso de los menores con Internet:

- Uno de cada tres de los menores que utilizan habitualmente Internet, tiene como objetivo principal la búsqueda de información (34%), siendo más frecuente entre los jóvenes que entre las jóvenes.
- Internet es concebido por la mayor parte de los menores como herramienta de ocio (66%): un 36% un 17% para jugar y un 13% para escuchar música.
- El juego como motivación de uso principal, es más evidente entre los menores (ellos se conectan a la Red para jugar con 3 veces más frecuencia que ellas).
- Las diferencias por sexo se hacen evidentes también, siendo en este caso una utilidad más frecuente entre las menores (50% frente al 22% de los varones).
- En cuanto a la frecuencia de conexión, resulta destacable el hecho de que se lleva a cabo diariamente por casi la mitad (48%) de los menores, siendo la frecuencia de conexión semanal prácticamente la misma en ambos sexos.
- Si bien la frecuencia de conexión es alta, los tiempos, cada vez que se conectan son cortos, ya que la mayor parte de los menores, se conecta menos de 5 horas semanales (65,5%). Si bien el estudio menciona también un porcentaje de menores que se conectan durante más de 10 horas semanales del 15%. Este porcentaje se amplía al 20% en el caso de los varones y desciende al 10% en el caso de las menores.
- En cuanto a los chats, el estudio muestra cómo es uno de los servicios más utilizados de Internet y la información se amplía en cuanto a los tiempos de utilización. Así, se ve que un 45% de los menores utiliza los chats varias veces a la semana, siendo el 27% una utilización diaria. La frecuencia de utilización, frente a lo que ocurriera con la prevalencia de uso, es similar entre ellos y ellas.

Además de la cuantificación de frecuencia, tiempos de uso y utilidades de Internet, Protégeles se aproxima a la determinación de adicción a Internet entre los menores, centrándose en lo que consideran como “una de las más significativas señales de advertencia: la conexión compulsiva, la necesidad de conectarse con frecuencia”.

- Así, se encuentran con que un 37% de los menores que se conecta habitualmente a Internet reconoce sentir la necesidad de conectarse a Internet. En esta cuestión no existen diferencias por sexo, por lo que el género no sería determinante en la adicción o no a Internet por parte de los menores.
- Otro de los temas relacionados con las nuevas tecnologías que preocupa a Protégeles es el juego, por cuanto un 23% de los menores, regularmente internautas, juega en casi todas las conexiones que realiza (dándose un porcentaje considerablemente mayor entre los varones), a lo que se suma el 17,5%, que juega en la mitad de sus conexiones.

Los ejecutores de este estudio hablan, por tanto, abiertamente de la adicción a Internet (llamándola Desorden de Adicción a Internet) y de la prevalencia de esta patología entre los menores. Los menores que pueden catalogarse como adictos a Internet cumplen una serie de requisitos:

1. Conexión compulsiva o la necesidad de conectarse con frecuencia, varias veces al día, dado en un 37% de los menores que habitualmente navega por la Red. Se observa, además, que la mayor parte de los que se conectan en periodos de tiempo superiores a 10 horas semanales, reconocen esta dependencia, por lo que el estudio establece una correlación clara entre el tiempo de conexión y el reconocimiento de cierta dependencia.
2. En segundo lugar, se mide la correlación entre esta necesidad de conectarse con la frecuencia en la visita de páginas pornográficas y/o violentas. Así, establecen que un 33% de los que afirman sentir la necesidad de conectarse con frecuencia entran en páginas de pornografía y un 40% en páginas de violencia.
3. El estudio añade el hecho de que la dependencia de Internet, supone, en mayor grado la posibilidad de que se falsee la identidad y el sexo en las sesiones de chat: un 47% de los menores que reconoce sentir la necesidad de conectarse entra con frecuencia en los chats haciéndose pasar por una persona del sexo opuesto.

El estudio concluye estableciendo un perfil de internautas en los que confluyen estas tres características que dibujan un posible Desorden de Adicción a Internet, que se cuantifican en un 11% de los menores que habitualmente navega por Internet:

- Reconocen la necesidad de conectarse con frecuencia.
- Se conectan a diario o casi a diario.
- Navegan más de 10 horas semanales.
- Buscan sensaciones y visitan tanto páginas de pornografía como de violencia.
- Entran en los chats creando personalidades distintas y de sexo opuesto, con mucha frecuencia.

Sin embargo, este estudio reduce el trastorno al cumplimiento de 5 ítems, pero no basan la recogida de datos en ninguna escala de validez demostrada.

CEACCU

Llevó a cabo en el 2004 un estudio de ámbito nacional entre los asociados y asociadas de las organizaciones integradas en CEACCU, sobre una muestra de 872 cuestionarios.

El segmento de población de estudio fueron familias con niños de diferentes edades.

El estudio pretendía ser un complemento a los estudios de audiencia, que cuantifican el uso de niños y niñas de la televisión, si bien no analizan cómo ven este grupo de edad la TV.

El sondeo pretendía, también ofrecer datos sobre el uso de Internet en los hogares y la existencia o no de normas sobre su uso en la familia.

El primer dato relevante es que, a partir de los 7 años, los videojuegos y los ordenadores ocupan el tiempo libre de los niños una vez que salen del colegio y han realizado sus deberes. Se asimila así a otras actividades como ver la TV y estar con los amigos.

A partir de los 12 años, sin embargo, estas tecnologías desbancan al resto de actividades.

Antes de los 6 años, la utilización de Internet es del 51%, que alcanza a un 87% cuando la edad supera los doce años.

A medida que aumenta la edad, la autonomía o mayor intimidad de los niños es más posible, ya que el ordenador se ubica principalmente en sus habitaciones o en despachos.

Sin embargo, a partir de los 12 años, una gran parte de las familias estudiadas por CEACCU (78%), dicen establecer reglas en su casa para el uso de Internet.

Más de la mitad de las familias consultadas, además, consideran el riesgo de adicción a Internet, ya que establecen las anteriores reglas con el objetivo de evitar que se enganchen, descuidando otras actividades.

- Evitar visitas a páginas o chats poco recomendables (22%)
- Limitar tiempo uso por coste teléfono (13%)
- Evitar que se enganche y descuide otras cosas (52%)
- Evitar que se dediquen demasiado a jugar (13%)

El estudio de CEACCU, de corte sociológico, ofrece datos sobre la preocupación de las familias sobre un posible desorden, además de las costumbres familiares ante el uso de las NNTT por parte de sus hijos.

Sin embargo, no llega a profundizar en lo que significaría un posible desorden en el uso de Internet.

ESTUDIO VIDEOJUEGOS, MENORES Y RESPONSABILIDAD DE LOS PADRES (ONG PROTÉGELES)

Otro de los estudios enfocados en menores se refiere al uso de los videojuegos por parte de los menores y a la actitud de los padres sobre los hábitos de sus hijos (2005).

Su objetivo era definir y cuantificar el tipo de consumo que están realizando menores en relación a la utilización de videojuegos, así como determinar el nivel de conocimiento, implicación y responsabilidad de los padres en el acceso de los menores a los videojuegos.

Para ello, se realizaron 4.000 encuestas entre menores de 10 a 17 años, de ambos sexos, utilizando diferentes fórmulas de recogida de información.

Los principales resultados se resumen en:

- Un 69% de los menores encuestados juega habitualmente con juegos de consola o videojuegos, resultando, las diferencias por sexo, muy significativas (85% de los varones menores de edad, frente al 52% de las niñas y adolescentes).
- En cuanto a las temáticas preferentes, destacan los videojuegos de aventura, deportes o lucha, frente a los juegos de simulación, rol o plataforma.
- Los tiempos de juego se reducen a una hora diaria entre el 43% de los menores entre semana, siendo este tiempo mayor entre el 16%. Las diferencias por sexo resultan evidentes.

Los tiempos empleados en los videojuegos aumentan de manera considerable durante el fin de semana, por lo que se puede pensar que se sacrifican otras actividades por los juegos tecnológicos (un 19% dedica entre 1 y 2 horas y un 23%, más de 2 horas diarias). Sólo un 9% afirma no jugar nada durante los fines de semana.

- De hecho, el estudio de Protégeles, pone de manifiesto que muchos menores reconocen que la utilización de videojuegos les resta tiempo de otras actividades, siendo ante todo los estudios la materia que sale más perjudicada:
 - Un 28% reconoce que los videojuegos le quitan tiempo de estudio.
 - Un 21% reconoce que los videojuegos le quitan tiempo de estar con su familia.
 - Un 15% reconoce que los videojuegos le quitan tiempo de estar con sus amigos.
- Un 52% de los menores juega solo, mientras que otro 48% juega con sus amigos o incluso con sus padres y/o hermanos.
- Es importante destacar que los videojuegos son fuente de conflicto familiar, ya que es un 27% el porcentaje de menores que manifiesta no discutir por los videojuegos, mientras que el resto destaca discusiones referidas ante todo por causa de los tiempos que se juega (27% del total), seguido de disputas por el momento en el que se juega (10%), y por el tipo de videojuego (6%).
- Por último, el estudio de Protégeles, pone sobre la mesa el potencial adictivo que tienen los videojuegos, aunque advierte que los datos ofrecen indicios de la consciencia de los menores de una posible adicción a estos juegos. Concretamente, el 14% afirma "estar enganchado a algún videojuego".

Los niños reconocen esta sensación en mayor proporción que las menores (1 niña por cada 3 niños).

Por tanto, si bien no puede considerarse como una manifestación de adicción al videojuego, propiamente dicha, sí lo es del reconocimiento de los menores de que algo ocurre en su relación con los video-juegos. Ya no es una utilización normal, sino que existe la necesidad y cierta dependencia hacia su juego.

Sin embargo, cabe plantearse si los datos ofrecen una foto real de lo que puede ser un uso problemático o describe unos efectos temporales por la novedad de las tecnologías del juego.

Este estudio no mide la prevalencia a partir de ninguna escala diagnóstica.

Además de esto, el ítem que mide el reconocimiento de una problemática por parte de los menores resulta discutible como indicador de un problema, ya que, según los expertos, la ocultación y negación de la existencia de un problema es uno de los rasgos característicos de toda adicción.

ESTUDIO SOBRE TELEFONÍA MÓVIL (ONG PROTÉGELES)

La ONG Protégeles, llevó a cabo en 2005 un estudio a partir de una muestra de 2.000 encuestas realizadas en colegios y zonas recreativas de menores a nivel de calle, sobre niños y adolescentes de entre 11 y 17 años de ambos sexos.

Los resultados más relevantes para el análisis de la problemática con el uso de las tecnologías en los jóvenes, son las siguientes:

- Al igual que sucede con otras nuevas tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), el teléfono móvil ha superado con creces la funcionalidad básica con la que fue concebido y se ha convertido, especialmente para los jóvenes, en un instrumento de ocio. Las posibilidades de este instrumento son además cada día mayores y se asemejan ya a las posibilidades que ofrece Internet. De esta forma, empieza a utilizarse el móvil como instrumento para jugar, realizar y enviar fotografías, chatear, etc.
- La opción más empleada por los jóvenes son los mensajes cortos (SMS), llegando incluso a crear sus propios códigos para comunicarse modificando el lenguaje escrito. Al menos la mitad de los menores que disponen de móvil, envían SMS a través del mismo todos los días, y con más intensidad los fines de semana. Cabe destacar que uno de cada cuatro menores con móvil envía entre 10 y 20 SMS cada fin de semana.
- En cuanto a las pautas de consumo, los menores se están convirtiendo también en grandes consumidores de productos asociados al móvil: desde el terminal mismo hasta la adquisición de fondos, melodías, etc. Además, el 78% de los menores con móvil ya ha tenido más de un aparato. De estos últimos el 24% ya tiene su tercer móvil y otro 24% el cuarto. Las principales razones que motivan el cambio de terminal por parte de los menores son: deterioro o avería del aparato anterior (33%), y consecuencia de haber recibido otro como regalo (20%).
- Aunque el gasto asociado en el que incurren la mayoría de los menores no es exagerado, uno de cada cuatro menores con móvil gasta cantidades que pueden suponer la mayor parte de su paga: un 18% gasta entre 20 y 40 euros al mes, y otro 7% más de 40 euros mensuales, y a pesar de que se trate de un porcentaje minoritario el dato es preocupante y supone un gasto absolutamente desproporcionado.
- La mayoría de los menores gasta también parte de su dinero en la compra de productos asociados como melodías, logos o fondos, juegos, etc. Así, el 77% ya ha adquirido melodías y sonidos para su móvil y el 68% fondos o logos.
- El dato más relevante resulta el hecho de que los resultados del estudio ponen de manifiesto que existe un posible uso abusivo del teléfono móvil relativo al desarrollo de reacciones relacionadas con la dependencia y determinadas acciones dirigidas a obtener saldo. Así:
 - Al menos uno de cada tres menores (38%) con teléfono móvil afirma desarrollar intranquilidad e incluso ansiedad cuando se ve obligado a prescindir de su móvil.
 - Un pequeño porcentaje de los menores con móvil (11%) afirma haber llegado a engañar o mentir a sus padres, e incluso en alguna ocasión a sustraer dinero, para poder recargar su saldo.

El estudio sobre el uso de móviles presenta datos sobre una preocupación excesiva de los menores por el móvil. La faceta más atractiva de esta herramienta es, por tanto, un elemento por el que se introduce entre los jóvenes con tanta fuerza e intensidad.

Introduce, además, datos interesantes acerca de lo que supone el uso o no uso del mismo para los jóvenes.

Sin embargo, su metodología no parte de la creación ni validación de escala alguna que permita hablar directamente de uso problemático o adicción.

ALUESA, ENTIDAD DE ATENCIÓN A LA LUDOPATÍA Y A LA EXCLUSIÓN SOCIAL

El equipo de trabajo de la entidad canaria ALUESA, desde su experiencia en el trabajo con personas con ludopatía y jóvenes, aborda con preocupación el incremento de las Adicciones a las Nuevas Tecnologías en los jóvenes, desde el trato directo con estos colectivos.

Durante el año 2004, realizaron un estudio desde los talleres que se dieron en los diferentes institutos en el año 2003, cuyos datos justifican la importancia de un abordaje desde el ámbito Preventivo, replicándose los resultados en los años 2004 y 2005.

Para el estudio llevado a cabo con los datos obtenidos en los talleres impartidos en los diferentes institutos en el año 2003, se obtuvo una muestra de 1.000 estudiantes de 12 a 19 años de 18 centros escolares de la capital grancanaria.

Los principales resultados a los que llegaron fue que el 10% de los jóvenes encuestados entre los 12 y 19 años es adicto a las nuevas tecnologías y por este orden al móvil, a Internet, a los videojuegos y a los cibercafés.

Este porcentaje sitúa al Archipiélago por encima de la media nacional, 7%, en cuanto a nivel de dependencia. Además, la cifra de los jóvenes canarios afectados por esta adicción se ha duplicado en los últimos cinco años.

De la investigación se extrae que el 91,91% de los chicos y chicas de las Islas ha navegado alguna vez en Internet, el 85% posee teléfono móvil, el 26% acude al cibercafé, y el 92% ha jugado en alguna ocasión a los videojuegos.

Son precisamente las mujeres las que más utilizan las nuevas tecnologías para relacionarse con otras personas, sobre todo a través del chat en Internet y del móvil, mientras que los varones tienden más a estar solos por lo que usan más los videojuegos, los cibercafés y juego on-line.

Como datos más concretos, señalan que el 32% de los jóvenes canarios admite que se siente excesiva dependencia del teléfono móvil y, otro 30% asegura sentirse mal, poco querido o marginado si no recibe mensajes o llamadas perdidas de sus amigos. Esta sensación aumenta con la edad y en especial la sufren las chicas.

El obstáculo que presenta dicho estudio es la utilización de la autodefinición de los jóvenes como sujetos de adicción a las NNTT.

AVACU, ASOCIACIÓN VALENCIANA DE CONSUMIDORES Y USUARIOS

Esta asociación valenciana realizó en 2002 un estudio sobre el uso de los videojuegos entre la población escolar. La muestra constaba de 1.562 menores, entre 7 y 16 años, de diez colegios de la Comunidad Valenciana.

El estudio estaba centrado en los hábitos de uso de los videojuegos, si bien introduce unas variables interesantes que dan a conocer cierta problemática en el uso.

Los resultados más relevantes para el análisis de la problemática con el uso de las tecnologías en los jóvenes, son las siguientes:

- Un 81,6% de los escolares juega con videojuegos, resultando las diferencias por sexo muy significativas:
 - Entre los escolares de 13 y 14 años, el 95,97% de los varones juega habitualmente, frente al 58,57% de las chicas.
 - Las diferencias son algo más notables entre los escolares de 15 y 16 años (90,97% de los chicos, frente al 49,4% de las chicas).
- Aunque el mayor porcentaje de escolares que juega diariamente con videojuegos declara dedicar una hora o menos al día, llama la atención el hecho de que un 6,22% juega más de tres horas diarias, disparándose este porcentaje los fines de semana hasta un 18,66%.
- Atendiendo a la frecuencia semanal, un 17,62% de los escolares juega todos o casi todos los días.
- La gran mayoría suelen jugar tanto solos como acompañados y cuando eligen esta segunda opción, suelen ser los hermanos y amigos los compañeros más habituales.
- Las plataformas más utilizadas por los escolares para jugar son la consola (36,88%) seguido de Internet (20,75%).
- Los videojuegos preferidos son: los de aventuras (47,38%), deportes (38,29%) y acción (37,77%). Asimismo, los aspectos que más gustan de un videojuego son que sea divertido (47,7%), que se pueda jugar con más gente (36,8%) y que tenga un cierto realismo (35,73%).
- A la hora de comprar, alquilar o jugar, más del 34% nunca se fija en la edad recomendada, frente a un 28,82% que afirma comprobar la calificación por edades del videojuego. Por edades, entre los 15 y 16 años, son más de un 78% los que nunca o casi nunca se fija en la edad.
- Un 41,68% de los escolares reconoce tener videojuegos pirateados, siendo los de edades comprendidas entre los 13 y 16 años los que más tienen: un 60,99% entre los 13-14 y un 65% entre 15-16. Los juegos piratas escapan a cualquier tipo de control en cuanto a contenidos y calificación por edades (además de la problemática económico-social que implican).
- El 37,43% de los escolares que utilizan videojuegos (que supone el 81,6% de la muestra total), dice haber tenido algún problema por jugar con los videojuegos: el 33,55% ha discutido por ello con sus padres; el 22,31% ha dejado de hacer los deberes o estudios por jugar; el 35,7% ha sufrido malestar físico (sequedad de ojos, dolores de espalda), por jugar a videojuegos.
- Además, más del 58% reconoce que le cuesta dejar de jugar a los videojuegos (el 13,73% afirma que siempre le cuesta dejar de jugar).
- El 52,14% confiesa que sus padres no les dejan jugar todo el tiempo que quieren, mientras que un 11,52% reconoce que sí.

- Los escolares destacan multitud de características de los videojuegos, tanto positivas como negativas:
 - Entre las positivas señalan: diversión, entretenimiento y distracción, enseñan cosas, pasa rápido el tiempo, hacen pensar, realismo, desconectas, hacen lo que no pueden en la vida real, agilidad en los dedos, ganar,...
 - Dentro de las negativas destacan: molestias físicas, violencia, adicción, no estudian, nerviosismo, pierden mucho el tiempo, aislamiento, hacen lo que ven, obsesión, pierden, dejan cosas de lado...
- Casi un 40% de los escolares encuestados, consideran que los videojuegos que habitualmente utilizan tienen violencia y un 40,10% suele jugar con videojuegos para mayores de 18 años. Entre la violencia en los videojuegos vista por los niños destaca: drogas, peleas, corte de cabezas, golpes brutales, muertes, prostitución...

Este estudio, de corte sociológico, introduce datos interesantes que pueden acercarnos al fenómeno de un uso problemático. Sin embargo, no basa su estudio en el análisis de sintomatologías a partir de ninguna escala validada.

UNIVERSIDAD DE GRANADA

El Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la Universidad de Granada ha publicado en 2007 los resultados de un estudio realizado entre jóvenes de 18 y 25 años, en el que se indica que un 40% de los jóvenes reconoce que utiliza el móvil más de cuatro horas al día, ya sea hablando o enviando mensajes de móviles.

Algunos de los síntomas de la adicción a los móviles encontrados son el descuido de obligaciones o actividades importantes, la interrupción de relaciones con el círculo familiar y de amigos más próximo, el no reconocimiento de esta patología y el pensar continuamente en el teléfono cuando no se dispone de él.

Francisca López Torrecillas, profesora del departamento que ha elaborado el estudio, señala que la adicción al móvil es fruto de los cambios sociales y tecnológicos registrados en la última década.

Según López Torrecillas, la principal diferencia con respecto a otro tipo de adicciones es que no causa efectos físicos aparentes, sino solo psicológicos, lo que hace que pase inadvertida.

CONCLUSIONES DEL ANÁLISIS DOCUMENTAL

1º

Del análisis documental se constata la escasez de estudios clínicos relacionados con la adicción a Internet, en especial en el territorio nacional que permitan extraer o determinar los síntomas claves que definirían esta patología. La muestra de las personas que acuden a centros de salud mental por esta cuestión es escasa, lo que hace que las conclusiones médicas no sean contundentes.

La mayor parte de los estudios basan su análisis en la aplicación de escalas diseñadas sobre la teoría y, en muchos de los casos, basadas en la adaptación del DSM IV de juego patológico.

Por tanto, la principal conclusión es la inexistencia de escalas o criterios estandarizados para el diagnóstico.

No existen estudios retrospectivos de revisión de casos a partir de historias clínicas de pacientes, por lo que los estudios que se han venido realizando no deberían tener una pretensión científica, a pesar de que aporten indicaciones interesantes.

2º

Entre los autores encontrados que estudian el fenómeno, se encuentran dos corrientes diferenciadas, entre aquellos que hablan directamente de adicción a Internet y aquellos, más cautos que, si bien consideran que Internet es una herramienta susceptible de crear adicción, prefieren esperar a que se defina científicamente como tal.

Lo que sí queda claro es que Internet ofrece a los usuarios una serie de recompensas que la sitúan como una herramienta con potencial adictivo: inmediatez, posibilidad de adoptar nuevas identidades, anonimato, sensación de gratificación, facilidad de acceso, control en el manejo, retos, etc.

Sin embargo, también queda claro, ante todo, entre los más cautos, de que la problemática en el uso de Internet surge cuando confluyen una serie de problemas internos de la persona: baja autoestima, soledad, baja estimulación social, introversión, etc.

Por tanto, se puede pensar que Internet y las nuevas tecnologías provocan un uso abusivo en una primera fase, pero que es la predisposición de cada persona que este abuso se convierta en patología.

Esta, sin embargo, es una cuestión que debería ser también probada clínicamente teniendo en cuenta el historial de las personas que acuden por este problema a los diferentes centros de salud mental.

3º

En cuanto a los estudios encontrados en relación con el uso de las nuevas tecnologías, son de diferente naturaleza, si bien adolecen de ciertas características imprescindibles, lo que hace que merme su capacidad para estudiar el fenómeno con fiabilidad:

- Muchos de los estudios son de marcado carácter sociológico, centrado en los hábitos de uso y consumo de nuevas tecnologías, reduciendo el análisis de uso problemático a unas pocas variables que lo analizan parcialmente. En estos casos, además, no hay un uso de escalas de comprobada fiabilidad a la hora de medir la patología.
- Gran parte de los estudios que utilizan escalas de medición del fenómeno han recabado los datos a través de cuestionarios online, por lo que se dirigen a un público con una mayor predisposición de padecer esta patología, resultando, así, unos datos de prevalencia de excesivos.

- Esta recogida de datos, además, no reflejan la situación del total de internautas ya que olvidan a aquellos que no navegan por páginas pero que, sin embargo, utilizan solamente los servicios de chat o de juegos.
- La mayor parte de los estudios se centran en el uso de Internet en genérico. Una de las teorías lanzadas por los expertos es el hecho de que las diferentes herramientas (juego, chat, navegación) tienen un comportamiento diferente y afectan más o menos a los usuarios según sus características personales. Por tanto, el análisis de un uso problemático de Internet sin abordar las diferencias de cada una de las herramientas deja de lado un análisis interesante.
- Apenas existen estudios acerca de la problemática generada en el uso de los móviles, aunque sí se muestran indicios de que se trata de una herramienta totalmente presente en la vida de los jóvenes. El hecho de que el uso del teléfono móvil sea un fenómeno menos estudiado, hace que la concreción de la sintomatología sea más compleja y menos exacta.

Las cuestiones anteriores conllevan que los porcentajes de uso problemático con las nuevas tecnologías no sean comparables al estudio de Madrid Salud.

4º

En relación con la escala de medición del uso problemático con las nuevas tecnologías, a pesar de que no existe una escala validada, el análisis documental sirve para crear una escala provisional que se utilizará en el pretest con el fin de comprobar su validez estadística y perfeccionarla de cara a la encuestación definitiva.

Esta escala tendrá en cuenta la medición de aquellos factores que los diferentes estudios y autores han confirmado como definitorios de un uso problemático de Internet y que se asocian en mayor o menor medida con los criterios diagnósticos de juego patológico:

- La adicción a las nuevas tecnologías refleja síntomas de tolerancia (necesidad de incrementar las cantidades de tiempo conectado a Internet para lograr la satisfacción; disminución del efecto con el uso continuado de similares tiempos de conexión) y de abstinencia (agitación psicomotriz, ansiedad, pensamientos recurrentes (de tipo obsesivo) acerca de lo que estará ocurriendo en Internet, fantasías o sueños acerca de Internet, necesidad de uso de Internet o de otro servicio on-line para aliviar o suprimir los síntomas abstinenciales).
- Los cambios de humor, irritabilidad, ansiedad, etc. son síntomas de un uso perjudicial de nuevas tecnologías.
- Las personas adictas, pierden la noción del tiempo empleado en el uso de las nuevas tecnologías: se accede a Internet más a menudo o durante períodos de tiempo más prolongados de los que se había planeado.
- Y existe una pérdida de control en el uso (propósitos persistentes e infructuosos de suprimir o controlar el acceso a la Red).
- El uso adictivo se traduce en una sustitución del tiempo que anteriormente se empleaba en otras actividades de ocio, recreo, relacionales, por el tiempo de uso de las nuevas tecnologías.

Los síntomas físicos pueden ser una manifestación del exceso de tiempo empleado en el uso de nuevas tecnologías, que se resta a necesidades básicas como comer o dormir.

- Se invierte una cantidad de tiempo notable en actividades relacionadas con Internet (adquisición de libros, pruebas de nuevos browsers, organización del material descargado, etc.).

Los anteriores criterios servirán como base para la creación de una escala de medición compuesta por ítems descriptivos de los mismos, destinados a medir la prevalencia del problema entre los jóvenes madrileños.

ESTUDIO CUALITATIVO MADRID SALUD

ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

Se han realizado una serie de entrevistas con la finalidad de conocer la opinión de expertos en la materia acerca de la potencialidad adictiva de las nuevas tecnologías, situación actual, sintomatología en los casos detectados, etc.

- **Área de Reinserción de Madrid Salud:**
Nieves Herrero - psicóloga
- **Área de Prevención de Madrid Salud:**
Ana Ordóñez - médico
Juan Rodríguez - psicólogo
Santiago Hernández - educador
- **Equipo de Orientación Educativa, Fuencarral**
- **Antonio Carrillo - psiquiatra**
- **Manuel de Gracia**
Licenciado en Filosofía y Letras y Doctor en Psicología por la Universidad Autónoma de Barcelona
- **Hospital Doce de Octubre:**
Lourdes Estévez - psiquiatra
- **Hospital Bellvitge:**
Susana Jiménez - Coordinadora de la Unidad de Juego Patológico
- **ONG Protégeles:**
Guillermo Cánovas - Presidente de la ONG
- **Carmelo Garitaonandia**
- **Centro de Salud Mental del Retiro, Madrid:**
Gabriel Rubio
- **Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid:**
Javier García Morodo - Asesor del gabinete técnico (abogado)
- **Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra, Madrid:**
Teo Uría - psiquiatra
- **Instituto para el Estudio de las Adicciones (IEA):**
Jesús Lacoste - director
- **Clínica Capistrano:**
Jesús Vázquez

SITUACIÓN ACTUAL

Relación con las Nuevas Tecnologías

Según la mayor parte de los expertos consultados, **los jóvenes mantienen** con las nuevas tecnologías **una relación intensa y muy asentada** en su día a día, tanto en el ocio como en las actividades educativas y cotidianas.

Los expertos coinciden en incidir en que no se debe demonizar las NNTT, que pueden ser muy beneficiosas si son utilizadas de manera adecuada.

“Los jóvenes mantienen una relación platónica y pasional con las Nuevas Tecnologías.” Protégeles.

“Es algo tan normalizado...que ya es su manera de relacionarse, comunicarse,...” Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra.

“En este caso, a diferencia por ejemplo de la adicción a los juegos de azar, sobre todo en jóvenes, como es una actividad tan extendida y tan normal entre su grupo de iguales, el reconocimiento también es más difícil por eso.” Hospital Bellvitge.

En la actualidad, **los padres y educadores no están familiarizados de la misma manera con las nuevas tecnologías**, ni mantienen el mismo nivel de uso que los jóvenes. Esto provoca que exista una diferencia difícil de salvar entre ambas generaciones.

“La relación que mantienen los jóvenes con las nuevas tecnologías es más importante que la que nosotros teníamos, porque no disponíamos ni de la opción ni de los medios.” Equipo Orientación Educativa.

“Tienen una relación privilegiada, y es la primera vez que una generación tiene una accesibilidad tan fácil.” Área de Reinserción.

“Los niños se inician con los juegos, para ellos el ordenador es inicialmente un instrumento de juego. Por el contrario, los padres lo tienen como herramienta de trabajo, muchas veces impuesto por la empresa por temas de productividad.” Carmelo Garitaonandia.

El hecho de que los padres y educadores no hayan pasado por la misma experiencia de uso a la edad que los jóvenes de ahora lo están haciendo, dificulta en gran medida el papel de orientación y asesoramiento.

“Ahí si se plantea un problema grave que es digamos de brecha generacional.” Carmelo Garitaonandia.

Los expertos mantienen que el uso que realizan los jóvenes de las nuevas tecnologías es adecuado en la mayoría de los casos. Además se percibe como un instrumento muy positivo y con muchas más ventajas que desventajas. Aún así, se debe realizar un control sobre la utilización que se realiza del mismo, con el objetivo de prevenir el hecho de que se convierta en un sustitutivo de las relaciones humanas.

“En cualquier caso, es un medio que facilita muchísimas cosas, lógicamente, pero no creo que cambie las relaciones sino que simplemente las vincula hacia otro medio distinto.” Manuel de Gracia.

Esta nueva manera de relación entre los jóvenes que llevan a cabo a través de las nuevas tecnologías, no tiene porqué afectar a su desarrollo siempre y cuando se mantengan otros cauces de relación. (Hospital Doce de Octubre). Por tanto, una de los síntomas de que algo falla es la sustitución de formas tradicionales de relación por el uso de estas herramientas.

Para el Área de Prevención de Madrid Salud, la relación que mantienen los adolescentes con las nuevas tecnologías se puede asimilar en parte a la que tienen con el alcohol, el tabaco o las drogas.

“Se puede establecer un símil con el alcohol: si los adultos beben, los jóvenes lo hacen multiplicado por tres.” Área de prevención.

Alarma Social

El desconocimiento y la escasa sensibilidad que existe ante el potencial peligro de las Nuevas Tecnologías son la razón por la que aún no haya saltado ningún tipo de alarma social.

“Incluso que los niños estén entretenidos con las Nuevas Tecnologías da tranquilidad a lo padres.” Protégeles.

“El miedo es desconocimiento..., pero hay que estar muy alerta, sin caer en alarmismo pero sí sabiendo lo que está ocurriendo” Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid.

Este desconocimiento se ve acentuado en parte por la rapidez con la que se están implantando las nuevas tecnologías en la vida de los jóvenes, tanto en el ocio como en la educación.

El hecho de que los jóvenes cumplan con sus actividades escolares o diarias, hace que aún no exista una alarma social como tal, si bien es cierto que entre los padres hay una preocupación.

Para Manuel de Gracia, no hay motivos para un alarmismo, pero el hecho de tratarse de un fenómeno relativamente nuevo quizás vende más la noticia y existe una preocupación excesiva por parte de los medios de comunicación.

“No creo que se tenga que hacer ningún tipo de alarmismo, pero sí creo que está en un momento de implantación lento en el cual básicamente a partir de los 40 años, el uso de Internet cae en picado entre la población, se maneja relativamente poco. Dentro de unos años, será habitual y este tipo de discusiones carecerán de sentido”. Manuel de Gracia.

“No hay que ser alarmistas, pero sí hay un poco, que considerar y tener en cuenta que seguramente más casos van a ir llegando y que habrá un grupo, aunque sea una minoría respecto a todas las personas que entran en contacto con esta actividad, que van a tener problemas con estas nuevas tecnologías.” Hospital Bellvitge.

Prevalencia del uso problemático a las nuevas tecnologías

En este sentido, se apunta a que los pocos estudios que existen a este respecto son de tipo cualitativo, ya que es necesario tener en cuenta otras variables a la hora de detectar y estudiar este tipo de problemática.

La ONG Protégeles subraya también la escasez de los estudios, que se centran más en la seguridad más que en la adicción, sobre esta cuestión sólo se ha profundizado un poco más en Internet.

En el mismo sentido se posiciona Antonio Carrillo, del Centro de Salud del Retiro que afirma que no hay casos registrados en nuestro país de adictos a las nuevas tecnologías aunque sí existen publicaciones acerca de estas adicciones, pero de carácter muy incipiente.

Desde el Defensor de la Comunidad de Madrid, se constata que no han recibido denuncias específicas de adicción aunque creen que el problema existe. Además, hay una proliferación de páginas con contenidos inadecuados y es habitual que se den excesos en el uso de las tecnologías (nº de horas de uso, gasto en móvil,...).

En uno de sus estudios llevado a cabo en colegios entre jóvenes de 14 y 18 años, el Hospital Doce de Octubre deja constancia de que no es tanto el problema, habiendo muy poca gente en el grupo de alto riesgo. Hoy por hoy, lo que podrían especular es que en las edades especialmente entre 14 y 25 años hay un uso desmedido, pero tiene que ver con algo que forma parte de su vida y de su propio desarrollo.

Será, por tanto, a posteriori cuando vean si este uso puede dar lugar a patologías serias.

En la actualidad, el porcentaje de problemáticos serios es muy bajo y se trata de personas con problemas de personalidad.

Susana Jiménez del Hospital Bellvitge es una de las que puede aportar datos de prevalencia en su clínica. Según esta experta, de los 817 casos registrados en la unidad de psiquiatría, tan sólo el 1,7% estaban asociados a usos problemáticos de las nuevas tecnologías. Dentro de estos casos, un 64,5% eran de videojuegos, un 35,7% de Internet (Chat) y un 28,6% de teléfonos móviles. Un 28,6% presentaba varias de estas adicciones a la vez, generalmente videojuegos e Internet (juegos online).

USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Potencial adictivo de la Nuevas Tecnologías

En general, hay una opinión mayoritaria entre los expertos consultados de la potencialidad adictiva de Internet por el hecho de que, al igual que ocurre con otras adicciones, existe un elemento que proporciona unas recompensas positivas.

- El hecho de producir placer convierte a las nuevas tecnologías en potencialmente adictivas, aunque no se establecen diferencias significativas con el resto de sustancias. Los criterios que establecen los profesionales son, al igual que en otras adicciones el CIE10 y DSM IV.

“Todo lo que produce placer puede causar adicción.” Área de Reinserción.

“Los juegos o las nuevas tecnologías generan un estado de activación, eso es lo que te engancha...,” Centro de Salud Mental del Retiro.

- Teo Uría, del Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra afirma que no se puede negar que las nuevas tecnologías son potencialmente adictivas, si bien la cuestión es analizar las carencias subyacentes a este problema. En este sentido, se pregunta si el estado de agitación de un niño al que sus padres le han quitado la videoconsola, puede ser síntoma de la adicción o simplemente tratarse de una revelación ante una prohibición-limitación impuesta.

Sin embargo, la ausencia de casuística suficiente y la escasez de estudios realizados, hace que haya cautela a la hora de hablar claramente de las nuevas tecnologías como objeto de adicción.

- Para el Defensor del Menor y el psiquiatra Antonio Carrillo, es difícil determinar si Internet es el objeto de adicción o es la tecnología la que conduce a otro tipo de adicción. Para estos expertos, para afirmar que se trata de una adicción patológica, es necesario avanzar en el conocimiento de la misma y definirla, y se trata de un problema incipiente que cuenta con una muestra insuficiente.

“No está tan claro si la adicción es al medio (Internet) en sí, o la adicción está en lo que se busca (juegos, conversaciones, cibersexo...)”
Antonio Carrillo.

- En la misma línea apuntan Carmelo Garitaonandia y Lourdes Estévez, que señalan que Internet puede ser una manera de vehiculizar otro tipo de adicciones, como puede ser la adicción al sexo. Por tanto, para ellos Internet no genera una adicción especial, ni origina depresión ni ansiedad, sino que los motivos del sujeto son previos.

“Vehiculizan de alguna manera otro tipo de patologías, otro tipo de adicciones”. Hospital Doce de Octubre.

“Puede ser adictivo pero como lo puede ser cualquier otra cosa”.
Hospital Doce de Octubre.

“Yo no creo que generen especialmente adicción las nuevas tecnologías”.
Carmelo Garitaonandia.

- Manuel de Gracia muestra la misma cautela a la hora de hablar de adicción a Internet, ya que no existe un perfil exclusivo de adicto a Internet. Con todo, sí puede existir una alteración de control de los impulsos si una persona sigue unas determinadas características cuando utiliza todo lo relacionado con Internet, la telefonía móvil, las videoconsolas o los aparatos electrónicos.

- Para Susana Jiménez del Hospital Bellvitge el fenómeno debe también tratarse con seriedad ya que, en general, muchas personas pueden usar las nuevas tecnologías y, para la mayoría, será una actividad sin problemas. Sin embargo, sí cree que va a ver un subgrupo que va a presentar una conducta adictiva y que padecerían consecuencias negativas. Si bien este subgrupo está aún poco representado en los programas de atención especializada.

“Todo lo que sea muy gratificante y las consecuencias negativas vengan al cabo de un cierto tiempo es que tiene un potencial adictivo”.

Hospital Bellvitge

Para esta experta, respecto a este problema, cabe hablar en términos de adicción como patología. Su posible inclusión en el próximo DSM V significaría un gran avance debido a que estos trastornos tienen muchas similitudes con los trastornos por abusos de dependencia sin sustancias y sin embargo, se clasifican de forma distinta.

“Adicciones comportamentales que en estos momentos se clasifican en los manuales diagnósticos como trastornos del control del impulso, pero de cara al próximo DSM V hay un grupo de expertos que han planteado la posibilidad de incluir una nueva categoría en esta línea de las adicciones comportamentales”. Hospital Bellvitge.

- Algunos de los expertos como Antonio Carrillo o la ONG Protégeles, destacan los poderes perniciosos de las NNTT, no como potenciales adictivas, sino por los efectos de daño psicológico que pueden causar a los menores: pornografía, pedofilia, etc.
- En este sentido apunta también el Área de Reinserción de Madrid Salud, que considera Internet como la tecnología con más peligro potencial, destacando: los Chat, juegos, páginas de sexo, etc. Y mencionan asimismo la necesidad de no olvidarse de la TV como un medio con gran impacto y repercusión, y sobre el que se debería realizar un control más exhaustivo a pesar de no pertenecer al elenco de las nuevas tecnologías.

Del uso excesivo a la adicción

La ausencia de estudios clínicos validados y la no inclusión de la adicción a Internet como patología incluida en el DSM V, imposibilita que se establezcan las etapas por las que un usuario de las nuevas tecnologías pasa de un uso excesivo a una adicción.

Los expertos consultados mencionan grupos que sí llegan a esta fase de adicción, si bien son grupos residuales, entre los que la barrera entre el abuso y la adicción aparece cuando este uso afecta a sus actividades de la vida diaria.

“Lo que antes hacían por teléfono ahora lo hacen con el Messenger, y a lo que antes dedicaban dos horas, ahora dedican cuatro. Sería preocupante si llega el fin de semana y no tiene amigos y no queda.”

Hospital Doce de Octubre.

“(…) un niño que usa las nuevas tecnologías yo creo que es un niño que se relaciona más, (...) que juega, que tiene posibilidad de hablar con sus iguales, de nuevos juegos, nuevos programas, es decir que está más en el mundo real, no creo que eso le quite que no salga con sus amigos, el que no tenga una vida social normal, (...), al revés, yo creo que es complementario”. Carmelo Garitaonandia.

“En algunos casos se trata de una vía de escape a los problemas que tienen, canalizan su agresividad-ansiedad aunque finalmente esto se potencia y no es nada beneficioso. También se refuerzan los problemas de socialización, ya que se pierden habilidades sociales y el sujeto se encierra en sí mismo” Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra.

- En este sentido, para Manuel de Gracia, el problema con el uso de las nuevas tecnologías es un trastorno de control de los impulsos y ciertas personas centran este trastorno en Internet con conductas afines, como la acumulación compulsiva de aparatos relacionados con las nuevas tecnologías, conductas impulsivas y compulsivas de tener siempre lo último, etc.

En este punto, habría que distinguir entre los que representen una fase aceptable o normal y ese grupo residual en el que sí representa un problema, en la medida en que afecta a sus actividades de la vida diaria, fundamentalmente trabajo y estudios.

En relación con las fases del trastorno, varios expertos sacan a la luz una conclusión a tener en cuenta, como el hecho de que las nuevas tecnologías pueden acarrear un uso excesivo, por la novedad que suponen. Sin embargo, al igual que ocurre con otro tipo de adicciones, **el uso abusivo de las nuevas tecnologías puede ser pasajero en la vida de una persona**. Es importante, para que el problema no vaya a más, que el propio individuo tome conciencia del problema y no pierda el control.

“No creo que siga una progresión, ni que exista una tolerancia, ni una dependencia cada vez mayor...” Antonio Carrillo.

- En este mismo sentido apunta la ONG Protégeles, que indica que las características de la sociedad actual, basada en el consumismo hace que **el individuo busque el placer rápido e inmediato** que ofrecen las nuevas tecnologías **y que por otra parte se pueda cansar de las mismas en breve espacio de tiempo**.
- La adolescencia es, además, una etapa en la que se tienden a normalizar determinados abusos de conductas problemáticas. Para el Área de Prevención de Madrid Salud, habría que establecer cuáles son aquellas conductas cuyo abuso se puedan normalizar y cuáles no, y determinar así qué papel juegan las nuevas tecnologías.

“Si consideramos que el adolescente tiene que beber como loco, usar el móvil como loco... pues normalizamos todas las conductas desadaptativas y consideramos que es una fase en la que se vive como loco.”
Área de Prevención.

Pero para conocer estas cuestiones y establecer límites entre lo que es uso normal o aceptable y lo que es un uso patológico, se manifiesta el hándicap de ser aún un fenómeno poco acusado y desconocido, desconocimiento que se traslada a las familias en las que no queda claro dónde limitar el uso.

“El problema radica en la limitación del uso, puesto que en muchas ocasiones ni los menores ni sus padres saben o pueden limitar este uso”.
Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra.

“Como en el resto de las conductas adictivas, la conciencia es muy mínima, siempre se tiende a minimizar el problema”.
Hospital Doce de Octubre.

“...Entre los padres la falta de información y formación sobre las nuevas tecnologías supone una desventaja y un riesgo”.
Área de Reinserción.

USO ADICTIVO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Variables que predisponen a la adicción

Todos los expertos coinciden en que el hecho de que, independientemente de la potencialidad adictiva de las sustancias o elementos, en toda adicción hay unos factores que predisponen a que se haga patente:

- **La propia conducta o sustancia**, es decir, el riesgo que tenga dicha conducta como poder adictógeno. El caso específico de las nuevas tecnologías tiene la particularidad de que resulta mucho más accesible que cualquier sustancia como el alcohol o las drogas ya que está presente en el día a día de la sociedad.
- **Variables individuales**, como salud psíquica, equilibrio personal, carácter, etc. Aquellos individuos en los que se manifieste alguno de los siguientes estados pueden ser más vulnerables a experimentar una adicción con las nuevas tecnologías:

“Más parece que la implicación o la vulnerabilidad vengan por rasgos personales y problemas emocionales concretos y situaciones puntuales del momento, pero no tanto en cuanto a relaciones familiares”. Hospital Bellvitge.

“Se trata de un problema emergente que tiene mucho que ver con todos los cambios que hay en nuestra manera de comunicarnos, de relacionarnos con los demás. Es un problema que tiene que ver con el individuo y que va a aparecer o está apareciendo en aquellas personas que tienen determinados rasgos de personalidad con unas ciertas dificultades”.

Hospital Doce de Octubre.

Manuel de Gracia insiste en que no hay un perfil único, si bien se encuentran personas con una relativamente limitada vida social, generalmente también con algún problema de autoestima aunque no necesariamente. Por el contrario, entre los adictos a las NNTT no se encuentran muchos buscadores de sensaciones (gente aventurera que hace parapente, etc.), ya que Internet no sirve debido a que el riesgo o la satisfacción no es tan inmediata ni tan directa como las actividades de riesgo. Por tanto, ese tipo de perfil parece ser que es ajeno a este tipo de trastorno en el control de los impulsos.

Según constató Lourdes Estévez en uno de sus estudios llevados a cabo en la Red, a través del modelo dimensional de Kroninger, se obtuvo en una de las dimensiones una baja puntuación en la dependencia de la recompensa. Eso significa que estas personas tienen más dificultades para relacionarse con los demás, para mantener una interrelación y la Red en este caso actúa como un facilitador porque ofrece el anonimato, la posibilidad de ser quien se quiera.

Para esta especialista, la peligrosidad o el potencial adictivo cambia de forma relativa según la variedad tecnológica utilizada. Así, las personas con problemas relacionados con los videojuegos, suelen ser gente más introvertida, suelen tener más problemas consigo mismos y una menor autoestima.

El resto de expertos refuerzan esta conclusión ya que, a través de las nuevas tecnologías, aquel individuo con carencias de habilidades de comunicación, excesiva timidez, inseguridad, etc. puede buscar y proyectar una imagen que le reporte mayor seguridad.

“Aquellos individuos con una cierta adicción a Internet (Chat) pueden desarrollar nuevas identidades, buscar emociones y sensaciones que no se encuentran en el mundo real.” Protégeles.

“Hay menores que tienen más dificultades en lo social, son más retraídos... que quizá en persona les cueste mucho pero luego a través del Messenger son capaces de hablar con 30 chicos”.

Instituto Psiquiátrico Montreal Mirasierra.

Por tanto, las NNTT ofrecen recompensas diferentes según los diferentes rasgos de personalidad. Desde el Hospital Bellvitge se hace también esta distinción, ya que han constatado que en el caso de los móviles, son las personas extremadamente abiertas, comunicativas, con mucha necesidad de socializarse las que tienen un mayor riesgo. Por el contrario, en el caso de los videojuegos e Internet, se sigue pensando que la introversión y la reserva pueden estar vinculadas a un uso problemático.

Desde este hospital se ofrecen datos que aportan pruebas acerca de la importancia de las variables individuales como elementos de correlación a una adicción a las NNTT.

De los 16 sujetos con problemas asociados a las nuevas tecnologías tratados, presentaban las siguientes características:

- Un 33,3% presentaban trastornos mentales del Eje 1: trastornos afectivos asociados, trastornos de ansiedad, trastornos por abuso y dependencia de sustancias y también trastornos del control del impulso (a compras, juegos y cualquier otro).
 - Un 41,7% presentaban rasgos desadaptativos de personalidad, clasificados en el Eje 2.
 - Un 54,5% eran fumadores y un 7,1% presentaban un probable abuso de alcohol.
 - En rasgos de personalidad, (en el Hospital Bellvitge utilizan la escala de temperamento y carácter de Kroninger, que diferencia temperamento -lo innato, lo heredado- y carácter- lo adquirido), pero en este sentido no han comprobado ninguna diferencia significativa con la población general.
 - Y a nivel psicopatológico (utilizan la escala S 90R, que recoge el estado emocional del paciente) lo más destacable es la elevación de la escala de sensibilidad interpersonal que indica la existencia de baja autoestima, tendencia a compararse con los demás, sentimientos de inferioridad, inseguridad, desconfianza en uno mismo,...
- **Variables sociales**, entorno familiar, escolar, laboral y social. En el caso de los más jóvenes, el convivir en un entorno familiar desestructurado y sin control provoca en gran medida que el menor busque en las nuevas tecnologías y/o otras sustancias o conductas una vía de escape a los problemas.

“...Hay factores que dependen de la propia tecnología, factores que dependen del propio sujeto y otros factores de índole familiar o social”.

Antonio Carrillo.

“Sí pueden existir algunos grupos de riesgo. Lógicamente aquellas personas o familias con menos nivel educativo, menos recursos, desestructuradas, etc. son las que engrosan las filas de estos supuestos,... vamos a llamarlos adictos. Aunque no necesariamente, también hay algunos casos de familias con renta alta y buena formación en los hijos presentan algún tipo de conductas ligadas a estos usos de Internet”.

Manuel de Gracia.

Algunos de los expertos consultados como los pertenecientes al Área de Orientación Educativa de Madrid Salud, Centro de Salud Mental del Retiro e Instituto Psiquiátrico Motreal Mirasierra, el vacío es lo que puede llevar a un niño al abuso de las nuevas tecnologías. Una asentada base familiar estructurada que a su vez sea capaz de poner límites es una variable imprescindible para que el menor no sienta la necesidad de tener que refugiarse en las nuevas tecnologías.

Para el Área de Reinserción, además, el poder de influencia del medio social, sobre todo de los amigos, es además muy superior entre los adolescentes, pasando los padres a un segundo lugar. Las actividades de ocio que realice el grupo de amigos del individuo influirán de manera determinante en una posible dependencia o no hacia las nuevas tecnologías.

Sexo y edad

La mayor parte de los expertos consultados coinciden en mencionar la adolescencia como una etapa de riesgo, ya que es una etapa en la que el trastorno en el control de los impulsos y las alteraciones en el estado de ánimo suponen una variable de riesgo añadida a posibles conductas que deriven en distintas adicciones, entre ellas las nuevas tecnologías.

La adolescencia precoz es la etapa a partir de la cual puede haber un enganche sobre todo a Internet, porque ya puede haber un cierto manejo de las cuestiones técnicas y les puede proporcionar cosas que se buscan más a esa edad, como puede ser relacionarse con otros. Para Antonio Carrillo, el problema con los videojuegos puede aparecer antes (10 ó 12 años).

Un menor control de los padres favorece además su aparición, por lo que se pone especial énfasis en la necesidad del control por parte de los padres y educadores en cuanto a la regulación del uso, tiempo, etc.

“Este tipo de conductas desadaptadas no se dan en las edades más tempranas puesto que ahí los padres aún tienen suficiente autoridad sobre ellos. Generalmente, suelen aparecer sobre los 14 y 18 años”.
Centro de Salud Mental del Retiro.

Para Manuel de Gracia, la edad de las personas que pueden hacer un mal uso de este tipo de tecnologías suele oscilar entre los 20 y los 30 años, ya que con anterioridad, el uso depende más de la permisividad de los padres y de las facilidades que éstos les dan.

“(…) además es cuando el usuario es capaz de pagarse su conexión. Datos de menos de 18 años no hay, porque en principio son los padres los que tutelan o la escuela, entonces aquí aparece un poco más enmascarado. Pero cuando el control del impulso depende de la persona es cuando ya se hace cargo de la gestión y desarrolla, digamos, toda la conducta compulsiva de forma más amplia”. Manuel de Gracia.

Las diferencias que puedan existir en función del sexo de los individuos se centran en el tipo de tecnología y el fin perseguido. De esta manera los chicos son más tendentes a juegos en los que buscan nuevas sensaciones. Por otra parte las chicas se decantan por los Chat y el Messenger, donde el objetivo perseguido son las relaciones sociales.

“Los chicos siempre han sido más dados al juego, la máquina,... y las mujeres son más reflexivas...”. Centro de Salud Mental del Retiro.

“Este tipo de abusos suele darse más en chicos que chicas...”.
Antonio Carrillo.

“En el caso de los videojuegos sí está estudiado. En general los contenidos de los videojuegos son más atractivos para los hombres. De hecho, se ha contemplado en videojuegos que el género es un factor de riesgo añadido”. Hospital Bellvitge.

“En cambio en lo referente al chat y al móvil no hay diferencias, e incluso la impresión clínica es que nos consultan más chicas”. Hospital Bellvitge.

Para Lourdes Estévez, sin embargo, la vulnerabilidad o el riesgo de caer en un uso problemático no está en función de variables como el sexo o la edad, sino que depende más de las características internas de la persona.

Diferencias con otras adicciones

Las diferencias radican, principalmente en una menor consecuencia física y un mayor reconocimiento social del objeto de la adicción.

- La adicción a sustancias como las drogas, tabaco o el alcohol se perciben como más peligrosas en la medida en que además del daño psicológico provocan también daño físico, algo que en las nuevas tecnologías no se da de manera tan alarmante, aunque sí existen consecuencias como problemas visuales, callosidad en los dedos, etc.
- Para el Área de Orientación Educativa de Madrid Salud, las nuevas tecnologías cuentan además con un reconocimiento claro por parte de la sociedad, que no tienen otro tipo de sustancias. Este hecho supone que, mientras que en el caso de las drogas la alarma salta de manera inmediata, en el caso de las nuevas tecnologías no surge hasta que el problema es ya muy evidente.
- Aunque se percibe como una adicción menos peligrosa que el resto, los síntomas, patologías y curación son muy similares al resto de adicciones.

“Cuando la persona se engancha a las nuevas tecnologías el patrón de comportamiento es muy parecido, el sujeto empieza a pasar cada vez más horas,..., y cuando no está con esa actividad se siente mal, se siente irritable, tal y como ocurre con el alcohólico o el ludópata”.

Centro de Salud Mental del Retiro.

“El patrón es muy similar, (...).Tendría los mismos ítems que por ejemplo la ludopatía: una pérdida de control, destrozan su vida, se produce una tolerancia, hay un síndrome de abstinencia y donde fundamentalmente hay un deterioro en todas sus áreas de actividad, sea laboral, personal, familiar,...”. Hospital Doce de Octubre.

“Como tiene tantas similitudes con las otras socio- adicciones, por ejemplo en el juego patológico tenemos muchísima experiencia porque llevamos muchos años trabajando ese tema. De alguna forma también en este caso nos ha servido para diseñar el tipo de intervención. Ahora, ciertamente falta muchísimo por hacer en este campo”. Hospital Bellvitge.

Sintomatología

De manera general se comparte que una dependencia a las nuevas tecnologías se manifiesta a través de cambios en la conducta del individuo que producen un deterioro en su vida personal.

“...Se ven afectados los pilares básicos: familia-amigos, el trabajo-la escuela y el propio individuo.” Área de Prevención.

“Los jóvenes han perdido capacidad para salir a divertirse con los amigos y pasan demasiadas horas, desde el punto de vista, con esas nuevas tecnologías”. Centro de Salud Mental del Retiro.

“Resta dedicación y tiempo para una comunicación más directa y para otro tipo de obligaciones (estudio, trabajo, relación con la familia,...) e incluso horas de sueño”. Antonio Carrillo.

Para el Área de Prevención de Madrid Salud y el equipo de Orientación Educativa, el CIE10 y DSMI V, son las bases sobre las que se asientan los síntomas de las adicciones a las nuevas tecnologías, si bien para los últimos, estos no reflejan los procesos estructurales del psiquismo que están en la base de las adicciones y otras patologías.

Desde el Hospital Doce de Octubre y Bellvitge, se ha venido trabajando también con los criterios del juego patológico como patrones de adicción a las nuevas tecnologías.

El Área Reinserción y la ONG Protégeles mencionan los siguientes síntomas como descriptivos de una patología:

- **Malestar generalizado y estado anormal de excitación: abstinencia, irritabilidad, aislamiento.** El individuo está en un estado de intranquilidad permanente en situaciones en las que no está centrado en la actividad adictiva, lo que provoca que sea incapaz de mantener una conversación con la familia, amigos, etc. y vaya perdiendo contacto con su entorno social.
- **Insomnio.** La persona va perdiendo horas de sueño por estar realizando la actividad adictiva (estar conectado a Internet, jugando, etc.), lo que implica un cambio en el ritmo de sueño.
- **Pérdida de apetito, etc.** El individuo centra todas sus energías vitales en la actividad adictiva, lo que provoca que deje de lado las actividades más básicas.

Protégeles añade otros síntomas específicos de este tipo de adicción como son la creación de nuevas identidades y la búsqueda de emociones.

Para Antonio Carrillo, cuando existe una adicción, generalmente se dan los siguientes síntomas:

- Aumento del tiempo dedicado a las nuevas tecnologías (**tolerancia**).
- **Disminución** de otras conductas relacionadas con el ocio.
- **Disminución de la interacción familiar y escolar.**
- Sentimientos de malestar cuando el individuo no realiza esa conducta (lo que en otras adicciones se podría denominar como **síndrome de abstinencia**).

Gabriel Rubio establece una similitud con otras adicciones: un número alto de horas dedicado a ello, cada vez más, y sentimientos de malestar e irritabilidad cuando no se puede jugar (muy parecido a la ludopatía o la alcoholemia).

Se comparte también la idea de que los elementos cuantitativos del fenómeno no son suficientes para determinar un uso problemático. De hecho no existen estudios completos a este respecto, aunque sí se han establecido variables como el tiempo de uso, gasto, pérdida de control de tiempo.

“No se puede cuantificar el uso problemático de las nuevas tecnologías. El tiempo es un indicador, pero es demasiado simple.” Área de Reinserción.

“Se habla cuantitativamente de un uso problemático en cuanto a tiempo empleado, pero también es importante cualitativamente por el riesgo que supone para el sujeto: falta de seguridad, introversión, irritabilidad...”

Antonio Carrillo.

Factores que mantienen la conducta

- Placer inmediato: para el Área de Reinserción de Madrid Salud el placer inmediato que se recibe de las conductas adictivas relacionadas con las nuevas tecnologías hacen que el individuo tenga la necesidad de acudir al ordenador, móvil o videojuegos para aliviar la ansiedad que siente.
- Refuerzo: para Antonio Carrillo, el sentimiento de gratificación y el intento de superación de uno mismo es un refuerzo psicológico muy potente que provoca ese mantenimiento de la conducta.
- Para el Equipo de Orientación Educativa de Madrid Salud, además del placer inmediato, habría que distinguir entre las distintas tecnologías y lo que ofrece cada una de ellas, de esta manera,
 - a través de los **Chat** las personas con más dificultades de comunicación encuentran un modo de relacionarse de manera protegida a través de la pantalla, la simulación de personalidades, etc.
 - los **juegos** crean situaciones fantásticas difíciles de encontrar en la vida real, y a su vez evaden al individuo de vivir las que no le gustan.

Curación

Los expertos coinciden en que el proceso de curación de una adicción a las nuevas tecnologías se asimila al de otro tipo de adicciones, con la excepción de que en este caso no se debe producir una desintoxicación física.

Es importante que el individuo vaya sustituyendo y reconstruyendo hábitos que existían antes de comenzar su adicción a través de terapia ocupacional, relaciones sociales, incorporar al día a día actividades que realizaba antes de comenzar su adicción, etc.

Para Gabriel Rubio, del Centro de Salud Mental del Retiro, el grado de adicción de un adolescente siempre va a ser mucho menor que el de un adulto, por lo que restricciones de uso de esa tecnología y el fomento de otras actividades estimulantes más ricas (sociales y de ocio), serían suficientes.

Es además importante un control externo por parte de padres, pareja, educadores para conseguir una desintoxicación psíquica, es decir, un aislamiento de la persona de la situación de riesgo (quitar el móvil, ordenador, etc.) para que se vaya produciendo una deshabitación de la conducta peligrosa.

El papel de los profesionales puede ser muy importante en un proceso de curación completo, se plantean de esta manera distintas alternativas:

- Trabajo psicológico con la persona, cortando conexiones internas.
- Terapia conductual, para apartar al individuo del estímulo adictivo o de riesgo.
- Otro tipo de terapias para profundizar más en el problema (psicoterapia).
- Terapias de grupo.
- No habría que descartar la terapia farmacológica.

El Hospital Bellvitge utiliza el tratamiento psicológico, que lo consideran como el más eficaz y que logra el alta definitiva a los 24 meses. En general, son tratamientos que se llevan a nivel individual porque tienen pocos casos: 16 sesiones, 4 meses de tratamiento intensivo, una sesión por semana. Cuando finaliza el tratamiento, si han conseguido la abstinencia y todo va bien, realizan sesiones de control, es decir, seguimientos al cabo del mes, tres, seis, doce y veinticuatro meses.

La dificultad principal reside en el hecho de que las nuevas tecnologías se han convertido en un motor imprescindible en el desarrollo económico y social, lo que implica que su uso se haya normalizado y resulte totalmente accesible, de tal manera que resulta muy complicado llevar a cabo una integración en la sociedad sin mantener ningún tipo de contacto con las tecnologías.

Prevención

Al igual que sucede con la curación, el hecho de que las nuevas tecnologías estén totalmente integradas en la vida dificulta en parte la prevención de posibles conductas adictivas.

Para el Área de Reinserción de Madrid Salud, resulta clave que la persona no pierda el contacto y aprenda a hacer un uso moderado de la tecnología. Para ello se deberían enseñar señales de alerta que puedan avisar al individuo de que se encuentra en una situación de riesgo.

Desde la ONG Protégeles se ha creado un programa piloto de prevención en colegios, sobre Internet y el móvil. Se trata de proporcionar información a los alumnos, educadores y padres para que entre todos sean capaces de anticiparse al problema. El programa se basa en cuatro pilares:

- Seguridad.
- Situaciones conflictivas.
- Tecnoadicciones.
- Ciberdelincuencia.

PAPEL DE LOS AGENTES SOCIALES

Familia y Escuela

El desconocimiento que existe ante la novedad del problema hace que resulte complicado tanto para padres como para educadores detectar situaciones de riesgo para poder actuar sobre las mismas.

Para lo expertos consultados, la información y formación sobre los problemas que pueden desencadenar de un uso abusivo de las tecnologías, debería potenciarse desde los propios centros educativos. De la misma manera, es importante proporcionar instrucciones y claves que permitan a los propios alumnos identificar situaciones de riesgo.

Los padres, además, desde su posición privilegiada por estar más tiempo cerca del menor, tienen que vigilar y controlar (tiempo y contenidos) el uso que realizan éstos de las diferentes tecnologías que tienen a su alcance.

“Los padres tienen que tener un poco más de control de lo que se hace en casa... a veces cargamos demasiado las cosas en la escuela... los niños donde más uso hacen de las nuevas tecnologías es en casa, no en la escuela”.

Centro de Salud Mental del Retiro.

En opinión de la ONG Protégeles, es necesario encontrar un equilibrio entre la educación actual y las nuevas tecnologías, ya que hoy en día los niños están acostumbrados a recibir la información a través de distintos medios y de distinta manera (movimiento, imágenes, etc.) y esto hace que se cree un desfase entre el alumnado y el sistema educativo actual.

Desde su experiencia, el Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid establece que es necesario acudir al sentido común y fomentar el diálogo y la confianza: acercarse al menor, estar preparados para superar la barrera digital, prestar la atención suficiente para conocer qué hacen, dónde y con quién están virtualmente, etc. es decir, se trataría de una implicación de padres y operadores jurídico-sociales en las actividades de los jóvenes con las NNTT.

“Tanto los padres como la escuela deben tener claro qué actividades son admisibles y cuáles inaceptables”. Carmelo Garitaonandia.

“Mira, no sé, nosotros queremos ser prudentes porque nos parece que,... sí es cierto que todos tenemos la responsabilidad, primero los padres (...), pensamos que todos tenemos la responsabilidad de informar y el primer paso es informar a la población, que los padres tienen que saber qué actitudes tienen que tomar ante,... qué limitaciones tienen que poner ante esa actividad (...)”. Hospital Bellvitge.

Para Antonio Carrillo, la labor tiene que ser también conjunta, entre padres y profesorado. Por un lado, los padres deben determinar unos límites en el uso de las nuevas tecnologías por parte de sus hijos, y por otro lado, a la escuela le corresponde una importante labor de formación e información de los riesgos, uso abusivo y problemas de la red (pedofilia, sexo,...).

La formación, sin embargo, debe estar también dirigida a los padres, debido a que existe un salto generacional y un gran desconocimiento sobre las posibilidades de las nuevas tecnologías.

Con el objetivo de atajar este salto generacional, la tutela paterna es imprescindible a modo de ver de Manuel de Gracia.

“(...) porque precisamente por una cuestión generacional quizás muchos de ellos no acaban todavía de entender muy bien...y claro pues siempre queda un espacio donde el adolescente se escapa, puede ser un cibercafé, o puede ser una biblioteca... Eso siempre es así”. Manuel de Gracia.

Se destaca el papel fundamental que tiene la escuela, porque es ahí donde se alienta el uso de las nuevas tecnologías, por lo que a ella compete el enseñar a gestionar esa herramienta.

“Desde los colegios lo que sí se debe hacer es enseñar a manejar como medio además fantástico para millones de cosas, sabiendo hacer un uso adecuado de ello, (...) y fantástico también en el sentido de que se pueden comunicar, que iguala socialmente, que es económico (...)”.
Hospital Doce de Octubre.

GRUPOS DE DISCUSIÓN

Se han realizado un total de 5 reuniones de grupo, de las que se ha extraído la percepción del problema, e incluso de su propia existencia o no, desde el punto de vista de los jóvenes, de los padres, madres y tutores, tanto de grupos afectados como no afectados. En estas reuniones, además, se ha realizado un análisis de las motivaciones profundas que conducen o no a un uso abusivo de las TIC y el Juego.

Las reuniones se han celebrado con los diferentes grupos objetivo:

- a. Profesores y profesoras de jóvenes entre 12 y 18 años, como profesores de un segmento de alto uso.
- b. Padres y madres de jóvenes de 12 a 18 años, que perciben que sus hijos hacen un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego.
- c. Padres y madres de jóvenes de 19 a 25 años, que perciben que sus hijos hacen un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego.
- d. Jóvenes de 19 a 25 años que en base a un cuestionario previo, se ha determinado que hacen un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego.
- e. Jóvenes de 19 a 25 años que en base a un cuestionario previo, se ha determinado que no hacen un uso excesivo de alguna tecnología de la información, la comunicación y el juego, pero que utilizan dichas tecnologías de forma habitual.

Se presentan, a continuación, los principales resultados por perfiles:

JÓVENES

Introducción al tema

Los jóvenes a los que se ha detectado que pueden tener problemas ven, sobre todo, ventajas en la utilización de las TIC, referidas a poder estar comunicados, estar al día de la información de todo el mundo, proporciona entretenimiento...

Como principal inconveniente señalan que las TIC pueden provocar vicio y aislamiento en las personas. Entre los riesgos que observan destacan que se puede convertir en una enfermedad adictiva, puede producir tecno estrés, y existe un fácil acceso a muchas páginas no convenientes para menores que difícilmente pueden controlar los padres.

Por otra parte algunos de los jóvenes a los que se ha detectado que no tienen problemas creen que la utilización de las TIC puede ser positiva siempre y cuando se utilicen de manera responsable, sin exagerar en su utilización, ya que puede llegar a enganchar a la gente.

Otros, sobre todo, ven inconvenientes. En lo que si coinciden todos es que creen que puede ser una fuente de información (para buscar viajes...), y una fuente de ocio. Entre estos jóvenes también se perciben muchos más riesgos: consumismo, apuestas con los videojuegos, comunicación fría y malas interpretaciones, algunos videojuegos pueden fomentar comportamientos violentos...

Entorno de los jóvenes

Todos los jóvenes coinciden en el hecho de que actualmente en las casas existen todo tipo de tecnologías, aunque los jóvenes a los que se ha detectado que pueden tener problemas consideran que eso es “solo lo básico”.

Los jóvenes a los que se ha detectado que no tienen problemas afirman que no suelen utilizar ningún tipo de tecnología aparte del ordenador y el móvil.

De hecho, hace algunos años utilizaban más tecnologías que ahora (como los videojuegos, Internet...), pero han ido dejando de utilizarlos, aunque reconocen que no es una moda pasajera, sino que va a ir a más. Todos reconocen que no les gusta el móvil, que no lo utilizan demasiado, pero que dependen de él para muchas cosas, que no sabrían estar sin él.

Influencias

Los jóvenes a los que se ha detectado que no tienen problemas no creen que haya una única influencia directa que les haga utilizar a ellos estas tecnologías, sino, que es la sociedad la que demanda que se utilicen estas tecnologías, aunque sí reconocen su parte de responsabilidad personal, ya que consideran que la necesidad de utilizar este tipo de tecnologías ha sido creada por ellos mismos en cierta medida. Cuando se les pregunta directamente por problemas de adicción de las TIC, comentan, como principales “culpables” a la familia, la publicidad y los amigos.

Usos

Las tecnologías que más utilizan son el ordenador y el móvil.

Los jóvenes sin problemas lo utilizan principalmente para el trabajo y para buscar información (para el estudio, buscar viajes...), y alguno de ellos utiliza el ordenador en bibliotecas y en lugares públicos en los que son gratis.

Los jóvenes que podrían tener problemas, sobre todo, hacen referencia al uso de estas tecnologías como medios para el ocio, aunque también reconocen que a nivel de estudios, les facilita mucho las cosas, y quien no puede tener acceso a esto está “discriminado”.

La dependencia hacia estos aparatos es mucho mayor, afirman no apagar nunca el móvil, en ningún momento del día, incluso si entran a algún lugar en el que hay que tenerlo apagado, como mucho, le quitan el volumen.

El ordenador tampoco lo suelen apagar casi nunca y hay quienes lo encienden nada más levantarse todos los días, y quienes incluso lo tienen encendido durante toda la noche, aprovechando así, para bajarse películas, canciones...

El mp3 lo utilizan cuando van por la calle, en el metro, hay algunos incluso que en clase. Casi todos pueden utilizar estas tecnologías desde sus habitaciones.

Creen que el uso de las TIC va a ir a más, porque se ha vuelto una necesidad en gran parte impuesta, ya que actualmente quieren muchas cosas que antes no les parecían importantes. También reconocen que a medida que el acceso a Internet se hace menos difícil y restringido, lo utilizan de forma menos obsesiva. Consideran estas tecnologías no esenciales, a excepción del móvil, aunque se han acostumbrado tanto a ellas, que les sería muy difícil vivir sin ellas, llegando a sentirse mal cuando no las tienen.

Controles paternos

Todos los jóvenes coinciden en el hecho de que a sus padres les preocupan sobre todo sus hermanos pequeños, a ellos no les ponen límites y no creen necesitarlos, ya que se consideran responsables en la utilización de las TIC.

Los jóvenes a los que se ha detectado que no tienen problemas hacen responsables a los padres del uso inadecuado de las TIC por parte de sus hijos. Creen que los padres tienen que hacer un trabajo de educación desde el principio y no intentar poner límites cuando ya no se puede. Deben, además, enseñar y fomentar otro tipo de alternativas de ocio y no fomentar la utilización de estas tecnologías entre sus hijos para que no les molesten.

Por el contrario, los jóvenes con posibles problemas, creen que el miedo de sus padres a este tipo de abusos va unido al desconocimiento de estas tecnologías, además consideran que los padres en el fondo quieren que se eduquen en este tipo de tecnologías, ya que es necesario para la vida.

Necesidad de adquirir nuevas tecnologías

Los jóvenes sin problemas no tienen un interés especial en adquirir estas nuevas tecnologías y sólo se informan si tienen que comprar algo nuevo y necesario y no por hobby. Mientras que los jóvenes que podrían tener un problema, aunque dicen no estar especialmente interesados en conseguir todo lo nuevo al instante, están informados al respecto y esperan a que bajen los precios, porque saben, que tarde o temprano se harán de un modo u otro con todo este tipo de aparatos.

Les interesan más este tipo de tecnologías a las formas de ocio tradicionales y creen que se pueda sustituir la comunicación tradicional, aunque a veces pueden ser complementarias e incluso en ocasiones facilitaría el tener una conversación tradicional.

El otro grupo de jóvenes aunque consideran que se sustituye la comunicación tradicional por la comunicación virtual, creen que la primera es mucho más rica y gratificante.

Consecuencias

Los jóvenes a los que se ha detectado que pueden tener problemas consideran que las TIC han derivado numerosas consecuencias positivas sobre todo relativas a la comunicación y las relaciones sociales. Conciben las nuevas tecnologías como un medio de integración social. No creen que hayan dejado de hacer otro tipo de actividades desde que las tecnologías han entrado en sus vidas. Creen que una de las consecuencias psicológicas que podría acarrear es la de la adicción, pero ninguno de ellos dice sufrir estas consecuencias. Existe también algún comentario acerca de las consecuencias negativas, poco importantes, y relativas a malas interpretaciones mediante el móvil e Internet o los momentos inoportunos en los que suena el móvil (como la siesta).

Los jóvenes sin problemas son los que detectan mayores perjuicios en las TIC: menor trato con la familia, dejar de salir a la calle por utilizar estas tecnologías, consecuencias físicas, así como consecuencias psicológicas derivadas del aislamiento que provocan.

PADRES, MADRES Y TUTORES

Introducción al tema

De manera general, en ambos grupos de discusión se hace referencia a las mismas ventajas e inconvenientes derivadas del uso de las TIC, si bien entre los padres con hijos de 12 a 18 se hace un mayor hincapié en los inconvenientes.

Las ventajas las ven relacionadas con las nuevas formas de comunicación y con tener acceso a un número mayor de información.

Por el contrario, entre los inconvenientes de las TIC destacan el tiempo invertido en ello que se resta a otras actividades, se promueve la mala escritura y un lenguaje poco rico (faltas de ortografía por la utilización abusiva de los sms, pérdida de formas de expresión), el aislamiento que pueden producir, la falta de contacto personal, el deterioro de las relaciones familiares...

También perciben ciertos riesgos en la utilización de Internet como son la pornografía, las páginas web poco adecuadas para niños, el poco tiempo que invierten para estudiar, leer y realizar otro tipo de actividades de ocio o la dificultad para entablar conversaciones y para relacionarse con otras personas.

Los padres con hijos de 12 a 18 citan como principales responsables de que los hijos hagan un uso abusivo de las TIC a los propios padres, aunque reconocen que no todo está en sus manos. Por otro lado, los padres con hijos de 19 a 25 echan la culpa al sistema de enseñanza, pero no como responsables del uso abusivo de las TIC sino de la mala educación de sus hijos para relacionarse con la gente.

Entorno de los jóvenes

Los aparatos que más utilizan los padres son el móvil y el ordenador, éste último como herramienta de trabajo diaria.

Los padres con hijos entre 19 y 25 años afirman que éstos utilizan las TIC las 24 horas del día, dicen estar conectados, ya sea a Internet, al móvil, a otro tipo de tecnologías durante todo el día, nada más levantarse, encienden estos aparatos. En general, disponen de estos aparatos cada uno en su cuarto, y son los hijos los que gestionan la utilización de estos aparatos.

Esta situación es algo distinta entre los hijos con edades comprendidas entre los 12 y 18 años. En algunos casos los ordenadores se encuentran en habitaciones comunes de la casa (salón, estudio...), y los padres dicen estar delante controlando las páginas a las que acceden sus hijos y las personas con las que tienen contacto. Además, la utilización que hacen sus hijos de las TIC, está principalmente relacionada con el tiempo de ocio (comunicarse con los amigos por messenger, con el móvil, jugar a la videoconsola...), aunque reconocen que también lo utilizan para buscar información, para realizar tareas del colegio, para mirar enciclopedias... pero como funciones secundarias. El momento de uso de las TIC en estos casos suele ser más limitado. Entre semana, al volver de clase, a la tarde y por la noche, mientras que los fines de semana su utilización es más intensa. Nada más levantarse encienden el ordenador, el móvil, la videoconsola... y lo utilizan mucho durante todo el fin de semana.

Influencias

Los padres con hijos entre 12 y 18 años creen que los principales "culpables" de que sus hijos utilicen de manera abusiva los TIC son los padres, reconocen que les gusta y ellos son los que inducen a sus hijos a que los utilicen. Otro de los inductores son la publicidad y los medios de comunicación, que creen que en ellos mismos (los padres) tienen una influencia directa a la hora de adquirir estas tecnologías.

Sin embargo, los padres con hijos entre 19 y 25 años identifican a la sociedad, en general, como principal inductor de la utilización de los TIC. Consideran que todos los agentes de la sociedad, como son los amigos, hermanos mayores, medios de comunicación, el colegio... son los responsables de que este tipo de tecnologías se hayan hecho imprescindibles. Es indispensable tener todo este tipo de tecnologías, para estudiar una carrera, para estar informado, para conseguir un trabajo (varios de estos padres comentan que sus hijos han conseguido un trabajo a través y gracias a Internet)...

Usos

Todos los padres coinciden en la consideración de que sus hijos utilizan demasiado las TIC. Cuando hacen referencia al abuso, indican principalmente el abuso relacionado con el tiempo, y no con el contenido.

No creen en absoluto que vaya a ser una moda pasajera, sino que cada vez va a ir a más, ya que hoy en día en todos los trabajos se demanda el conocimiento de manejo de estas tecnologías, y a parte, la edad de utilización de las mismas, va en descenso.

Síntomas

- Los padres con hijos de edades inferiores empiezan a considerar el uso de las TIC como algo problemático, cuando se dan cuenta de que les resta tiempo para hacer otro tipo de actividades, para leer, para estudiar y para relacionarse con otras personas de su edad, principalmente.
- Otro de los síntomas que perciben, es la agresividad que surge cuando están inmersos en la utilización de las TIC, es algo que les hace centrar mucho la atención, por lo que cualquier distracción les produce reacciones algo agresivas y malas contestaciones, que en otro tipo de situaciones no darían.
- También se destaca el nerviosismo que acarrea la utilización de los TIC y los posibles conflictos que puede generar con otros hermanos e incluso con los padres.

Para los padres de hijos con edades entre los 19 y 25 años, el principal síntoma de la utilización abusiva de los TIC es la factura del móvil. Aluden por tanto en mayor medida a aspectos económicos, más que personales o psicológicos, aunque también perciben algunas consecuencias relacionadas con las relaciones personales.

Consecuencias

Todos los padres hacen una diferencia bastante clara entre las consecuencias físicas y psicológicas, y a estas segundas es a las que les dan más importancia.

En cuanto consecuencias físicas, hablan de problemas en la espalda, la vista y en la muñeca, por la utilización del ratón del ordenador.

En lo que a consecuencias psicológicas se refiere, los padres con hijos de edades superiores aluden a la falta de relación personal entre los miembros de la familia, echan de menos tener más conversaciones con sus hijos, tener otro tipo de relación más cercana.

Los padres con hijos de 12 a 18 años hablan de las posibles obsesiones que puede causar el uso abusivo de las TIC, si bien, cuando se hace referencia a términos como obsesión o adicción en ambos grupos de discusión hablan de gente conocida, de amigos de sus hijos... no hacen referencia directa a sus hijos.

Soluciones

En este aspecto se observan diferencias notables entre ambos grupos de discusión. Los padres con hijos de edades entre 19 y 25 años dicen no tomar medidas al ver que sus hijos utilizan de manera abusiva las TIC, creen que con la edad que tienen sus hijos, tomar medidas está fuera de lugar. Aunque si bien suelen intentar tener conversaciones y dialogar con sus hijos, no están seguros de que tenga algún resultado.

Los padres con hijos de 12 a 18 años consideran fundamental el diálogo, la conversación y la confianza familiar, junto con el poner límites. Cuando no funciona esto, sí que creen que hay que tomar medidas más drásticas en el control de la utilización de las TIC. En general, creen que las medidas que toman, tienen resultados y son aceptadas por sus hijos, que siempre intentan negociar los límites.

También demandan que entidades como es la escuela, o los medios de comunicación, den información adecuada y ayuden a educar en estos temas.

PROFESORES

Introducción al tema

Los profesores consideran que las TIC son un instrumento que depende de cómo se utilice puede ser perjudicial o ventajoso. Si las TIC están bien orientadas es una ayuda tanto para el profesor como para los alumnos, mientras no se abuse de ello, puede ser un instrumento válido, pero, en general, creen que se abusa de estas tecnologías, y esto, es negativo, ya que por una parte, resta tiempo para hacer otro tipo de actividades alternativas, aísla, repercute en las relaciones sociales, y por otra parte, existen problemas de intimidad, tanto peligroso para los alumnos como los alumnos puedan utilizar la información e imágenes de las que disponen.

Otro de los riesgos que se comentan, son acerca de la falta de esfuerzo y la impulsividad que estos provocan, ya que son estímulos que van a gran velocidad y exigen una rápida respuesta (como por ejemplo jugar a un videojuego), esto, les hace creer a los adolescentes que todas las facetas de la vida funcionan así, hacen los trabajos con "la ley del mínimo esfuerzo" y creen que todas sus demandas tienen que ser satisfechas en un momento.

Sí puntualizan que la utilización del móvil es excesiva, todos los alumnos tienen móvil, y aunque en sus institutos no se pueda utilizar ni en clase ni en el recreo, pero aún así, se tienen, y por lo general se suelen retener.

Los inconvenientes concretos que pueden repercutir en la escuela, son la falta de atención a otras actividades, la falta de sueño, y por lo tanto, el menor rendimiento en la escuela, la dificultad de relacionarse con otras personas, si no es por medio de una tecnología de estas.

Influencias

Desde la escuela se debe fomentar una utilización responsable de las TIC, pero no creen tener un papel importante en esta formación, dicen sentirse "solos", sin apoyos fuera del ámbito escolar, tanto por parte de la familia, de los medios de comunicación y de los poderes públicos.

Quien más cree que influye en la utilización de las TIC, es la familia, y concretamente, los padres, son quienes promueven la utilización de éstas, ya sea porque ellos también hacen un uso abusivo de ellas, ya sea porque no pasan nada de tiempo con sus hijos, y para que el hijo esté sólo en casa, le "ponen" todo tipo de tecnologías para suplir esta falta.

Uno de los problemas que creen que existen, es que la educación que se da desde la escuela, no tiene continuidad en el ámbito familiar, se intenta educar en un uso responsable, pero casi la mayoría de los padres no se implican en absoluto.

Se percibe una continuidad entre la utilización abusiva de los padres y la de los hijos, ya que consideran que durante los primeros años de vida el referente más sólido para los niños, es, sin duda, los padres.

Usos

Creen que los adolescentes tienen todo tipo de tecnologías, incluso más de las que pueden asimilar. En general, las utilizan sin ningún tipo de control y medida, y sobre todo, más que los contenidos, lo que les preocupa es el tiempo de uso, ya que les priva de hacer otro tipo de actividades. Hacen una diferencia entre sexos, ya que los chicos suelen dedicar más tiempo a jugar con videoconsolas, muchas veces juegos violentos, y las chicas, suelen ver mucho más la tele (programas de "cotilleo", telenovelas).

Síntomas

Cada vez se empieza a utilizar antes estas tecnologías, a medida que pasan los años va descendiendo la edad de inicio en las TIC. La edad en la que se empieza a utilizar estas tecnologías de manera abusiva, está alrededor de 14 o 15 años.

Los principales síntomas de preocupación son la falta de atención en clase y la falta de sueño por haber estado toda la noche utilizando estas tecnologías. Otro síntoma, es la dificultad para relacionarse con otras personas de su edad, hay una agresividad patente en las relaciones sociales, los niños se aíslan aún sin querer que esto sea así, pero no tienen los instrumentos necesarios ni la educación necesaria para poder "salir" de ahí, realizar otras actividades que supongan contacto humano y que les facilite desarrollar otras habilidades. Por lo tanto, la única salida que encuentra, es centrarse en estas tecnologías y relacionarse mediante ellas.

Consecuencias

Una de las consecuencias negativas de las TIC que aprecian estos profesores es en la expresión oral, las conversaciones que tienen ahora los adolescentes son más cortas, entrecortadas, les falta vocabulario y no pueden expresar todo lo que quieren o necesitan, lo que les causa una gran frustración.

Por otra parte, perciben cambios en la conducta y las formas de relacionarse con otras personas de estos adolescentes, cualquier cosa les afecta, se sienten ofendidos enseguida y se vuelven agresivos a la mínima, las emociones están "a flor de piel".

Una consecuencia psicológica que puede existir, cuando el uso de las TIC es muy acusado, es la dificultad para distinguir entre la realidad y la ficción. Por otra parte, cuando este abuso no es tan grave, se creen que los modelos que aparecen en la tele, en los videojuegos, son los modelos reales que deben imitar.

Una cosa en la que hacen hincapié, es en la falta de espíritu crítico que promueven estas tecnologías, a los adolescentes les faltan herramientas para poner en tela de juicio todo lo que ven, oyen y sienten mediante estas tecnologías, lo toman todo como viene, sin cuestionar nada.

En cuanto a las consecuencias físicas, se comenta la obesidad, ya que se deja de hacer deporte y ejercicio físico por invertir ese tiempo en la utilización de las tecnologías. También hablan de la vista y de la espalda, cuestiones que pueden empeorar si se abusa de estos aparatos.

En cuanto a las consecuencias en las formas de ocio, queda patente que los adolescentes salen menos a la calle con amigos de su edad, no saben que tienen muchas otras formas de ocio, no saben utilizar otros canales de diversión.

Soluciones

Las medidas que se toman desde el colegio, es intentar hablar con los padres, tratar el tema en tutorías, pero no suelen surtir efecto, el diálogo con los alumnos lo perciben infructuoso, no creen que "cale" en ellos. Otra de las medidas que se toman, aunque no creen que sea una solución, es la de confiscar el móvil o el mp3 si se ve a los alumnos utilizándolo.

No creen que estas medidas tengan resultados, ya que la familia no suele implicarse en las tareas que intentan llevar a cabo desde la escuela.

Sí se cree que desde la escuela se pudieran tomar más medidas, pero no cuentan con el apoyo ni de los padres, ni de los medios de comunicación, ni de los poderes públicos, se sienten solos ante esta situación y ante la educación responsable que se intenta impartir en los adolescentes.

Como una manera de poder llevar a cabo medidas más eficaces en la prevención de este tipo de adicciones, demanda un poco más autoridad, autoridad que creen haber ido perdiendo paulatinamente.

CONCLUSIONES DEL ESTUDIO CUALITATIVO

De la consulta a expertos se refuerzan la mayor parte de las conclusiones obtenidas del análisis documental.

1º

Se refutan los criterios diagnósticos del juego patológico como los definitorios de una patología en el uso de Internet, si bien se muestran cautelosos y a la espera de que se valide científicamente una escala de medición.

Lo que queda claro es que la variable de tiempo de utilización de las nuevas tecnologías no es una variable causal de la adicción. La utilización de esta variable, como explicativa del fenómeno, deberá ir acompañada de otras variables. Por tanto, la variable cantidad de uso, debe ir de la mano de la variable calidad del uso.

Se percibe también cierta cautela a la hora de hablar de adicción a las nuevas tecnologías. La influencia de los medios de comunicación ha generado una alarma social que no se corresponde con la realidad.

Si bien es cierto que existen evidencias tratadas de casos de adicción, la casuística es mínima y son escasos los estudios clínicos que se han realizado al respecto.

La escasez de estudios sobre el tema y ausencia de validación de una escala, hace que no se puedan establecer los límites en los que el uso abusivo se convierte en adicción.

Sin embargo, los expertos coinciden en que los límites se encuentran en el momento en el que el uso de estas tecnologías interfiere en la vida de las personas: actividades de ocio, familiares, obligaciones laborales o de estudios, etc. se da un abandono de las actividades tradicionales y una sustitución necesaria de éstas por las NNTT.

2º

Hay coincidencia en asegurar que las nuevas tecnologías son potencialmente adictivas por el hecho de que proporcionan placer y ofrecen salidas ante problemas vividos.

Sin embargo, los expertos consideran probable que el uso abusivo de las nuevas tecnologías sean una etapa pasajera y que solamente las personas con factores de personalidad determinados sean quienes continúen con este uso abusivo hasta llegar a la adicción.

Las nuevas tecnologías pueden además ser el instrumento de vehiculización de otro tipo de adicciones como la adicción al juego, al sexo, etc.

3º

En cuanto a la percepción del problema por parte de la población, se detecta el problema desde los diferentes grupos: padres, profesores y jóvenes.

- Estos últimos reconocen el problema, tanto si hacen un uso excesivo o no de las NNTT.

Sin embargo, no reconocen una adicción, sino que lo ven como un uso normalizado y potenciado además desde la sociedad, escuela, medios de comunicación e incluso desde sus padres, que les animan por ver en las nuevas tecnologías unas herramientas del futuro.

Esta cuestión coincide, por tanto, con la percepción de los expertos del problema, ya que la detección y las intenciones de atajar el problema quedan diluidas por efecto de esta normalización y aceptación social.

Por otro lado, los jóvenes que hacen un uso excesivo las utilizan en mayor medida para el tiempo de ocio que aquellos que no las utilizan demasiado y que restringen su uso a la búsqueda de información.

Resulta interesante conocer que las herramientas de juego formaron parte del ocio de quienes hacen un uso moderado, si bien se trató de una etapa pasajera que han dejado atrás. Esta cuestión coincide con la percepción de los expertos de que en la mayor parte de los casos el uso abusivo de las tecnologías aparece por la novedad, pero acaba eliminándose.

A pesar de que las nuevas tecnologías hayan pasado a ser una parte importante del ocio de algunos jóvenes, éstos desmienten que su tiempo con los amigos haya disminuido.

Estos últimos, si bien no hablan de adicción, reconocen una dependencia por necesitar estar continuamente utilizando las TIC. Muestran además preocupación por estar al día de las novedades que van saliendo al mercado.

Si las diferencias se establecen ante todo en el uso de los ordenadores, el móvil acorta las diferencias, ya que tanto unos como otros reconocen el no poder estar sin su teléfono móvil, a pesar de que al grupo de usuarios bajos no les atraiga el aparato en sí.

- En cuanto a los padres, reconocen abiertamente que el problema existe ya que ven claramente que sus hijos están pendientes de las nuevas tecnologías las 24 horas al día.

Tienen, además la sensación de que esta situación irá a más en el futuro.

Sin embargo, se establecen diferencias entre los padres con hijos menores de edad y los padres con hijos de entre 19 y 25 años.

Los primeros tienen un mayor control de las actividades de los hijos, por lo que son concientes de los síntomas perjudiciales que puede tener el uso en sus hijos:

- Abandono de actividades tradicionales.
- Aislamiento.
- Deterioro del lenguaje.
- Agresividad al tener que interrumpir la actividad.
- Nerviosismo al utilizar las nuevas tecnologías.
- Disputas con otros miembros de la familia.

Sin embargo, los padres con hijos mayores de edad apelan a la responsabilidad de los mismos y atribuyen a un uso abusivo el hecho de recibir facturas excesivas del móvil de sus hijos.

Esta situación coincide con la que los expertos describen y que da lugar a una mayor problemática entre los jóvenes de mayor edad, cuyo uso no está tutorizado por sus padres.

En relación con lo anterior, los padres con hijos de mayor edad apelan a la escuela como el principal responsable de la prevención, mientras que aquellos con hijos menores de edad se autoproclaman como los principales responsables.

- Los profesores, por su parte, consideran que la labor debe venir desde el hogar.

Este colectivo ve claro un abuso en la utilización de las nuevas tecnologías por parte de los jóvenes, medida a partir del tiempo de usos, que se refleja en:

- Aislamiento.
- Abandono de actividades tradicionales.
- Falta de atención y falta de sueño, que repercuten en el rendimiento escolar.
- Nerviosismo.
- No distinción entre la realidad y la ficción.

Y este uso tiene repercusiones negativas en las relaciones sociales de los jóvenes, empobrecimiento de la expresión oral, falta de espíritu crítico y de esfuerzo y problemas físicos como la obesidad, vista cansada, espalda, etc.

ESTUDIO CUANTITATIVO MADRID SALUD

ENCUESTA A HIJOS

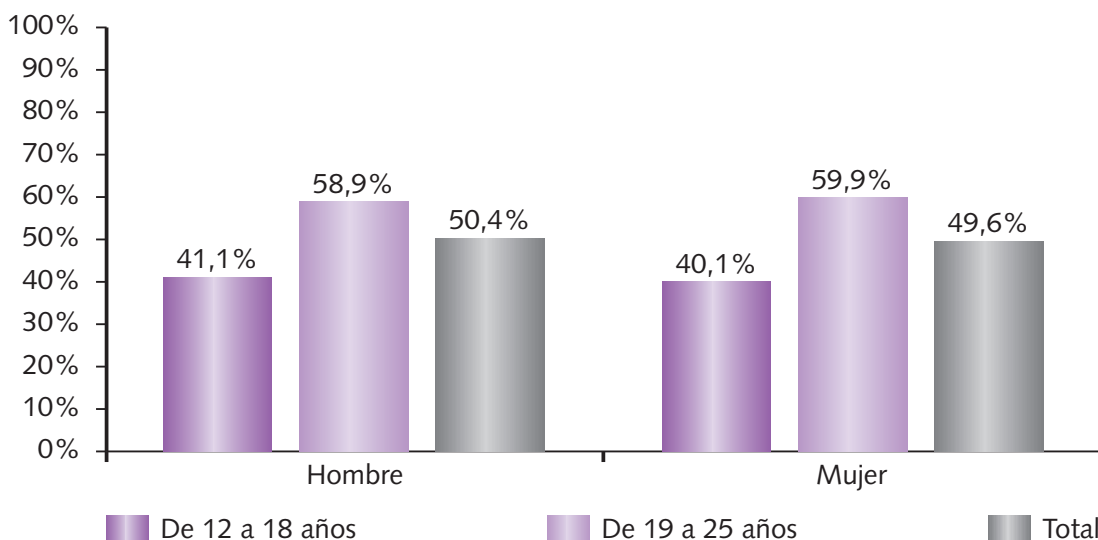
Los resultados de la encuesta realizada a los jóvenes de 12 a 25 años, se estructura en los siguientes apartados:

- Perfil de los jóvenes encuestados.
- Tecnologías de la comunicación.
- Tecnologías del juego.
- Internet.
- Síntomas físicos padecidos del uso de las nuevas tecnologías.
- Prevalencia del uso problemático de las nuevas tecnologías entre los jóvenes madrileños.
- Perfil de jóvenes con problemas en el uso de las nuevas tecnologías.

PERFIL DE LOS JÓVENES ENCUESTADOS

Sexo y edad

Con el objeto de comenzar a describir los resultados extraídos a través de las encuestas realizadas a la población objeto de estudio, es interesante recordar que para la selección de la muestra extraída se ha mantenido la proporción existente en la población en cuanto a edad y sexo en los intervalos de edad que se pretenden analizar.



Base real: 556

Base elevada: 465.845

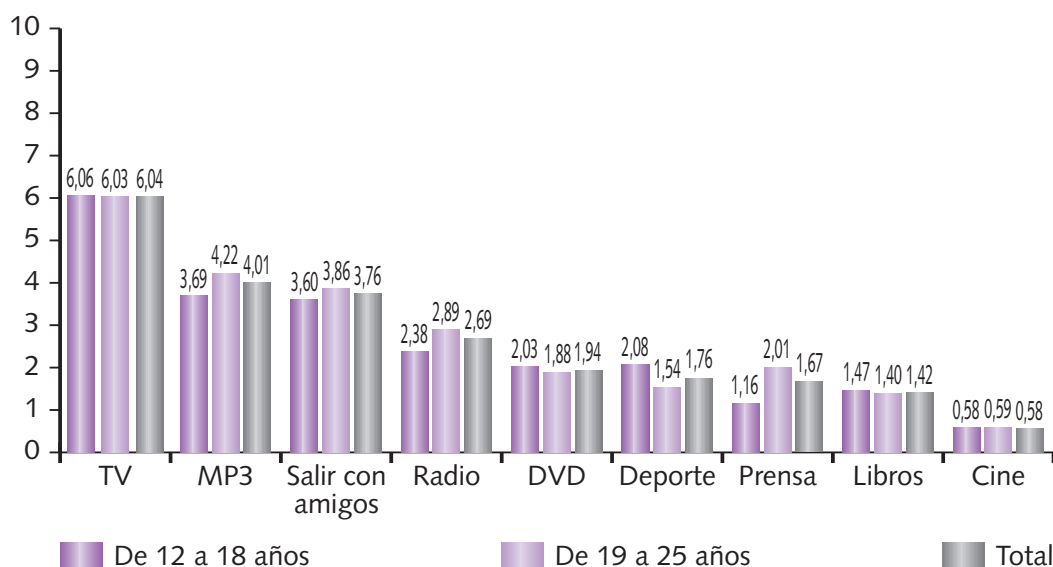
Tiempo de ocio

La TV es la actividad de ocio a la que más recurren los jóvenes madrileños, seguida por la escucha de música.

Destaca el hecho de que las salidas con los amigos ocupan un lugar importante entre las actividades realizadas por los jóvenes encuestados, dedicando una media de 3,76 días.

Se observa cómo actividades más tradicionales o con cierto componente intelectual (lectura de la prensa, de algún libro o el cine), son las que los jóvenes dedicaron menos tiempo durante la última semana. Así mismo, se puede destacar una mayor dedicación a la lectura de prensa por el colectivo de jóvenes de mayor edad (entre 19 y 25 años).

P26. DURANTE LA ÚLTIMA SEMANA, CUÁNTOS DÍAS HAS DEDICADO A...



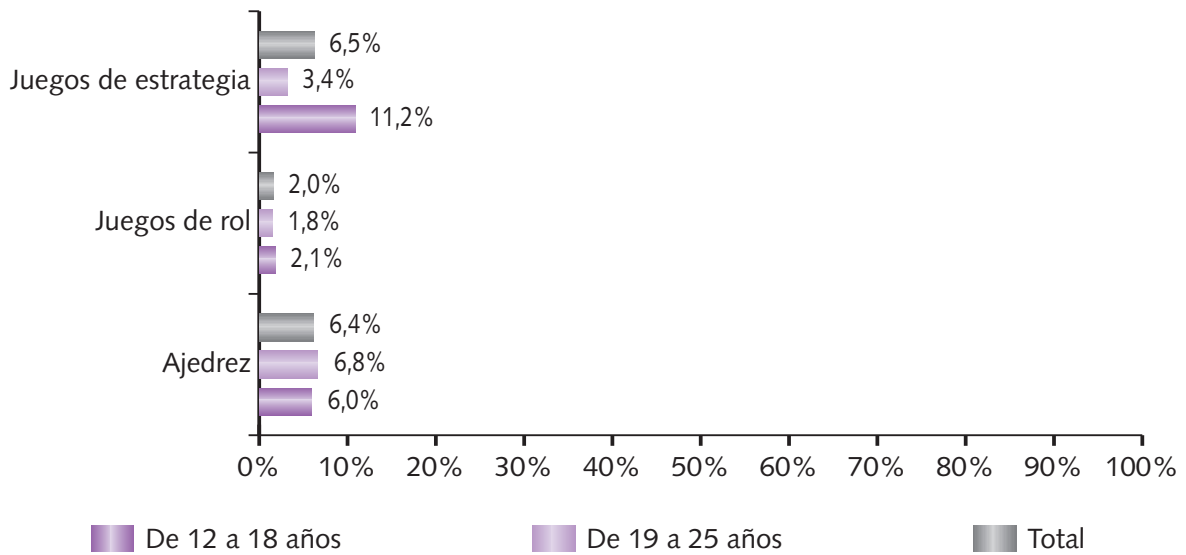
Base real: 556

Base elevada: 465.845

Dentro de este colectivo, los juegos diferenciados de los tecnológicos, como son los juegos de estrategia, rol o ajedrez, presentan un bajo nivel de aficionados, siendo más habitual entre ellos, el jugar con juegos de estrategia, principalmente entre los de menor edad, entre 12 y 18 años.

Estos porcentajes difieren considerablemente de los dados en el caso de los juegos tecnológicos como la video consola o los juegos de ordenador que, como se verá más adelante, son utilizados por la mitad de los jóvenes.

P27. ¿SUELES JUGAR A LOS SIGUIENTES JUEGOS?

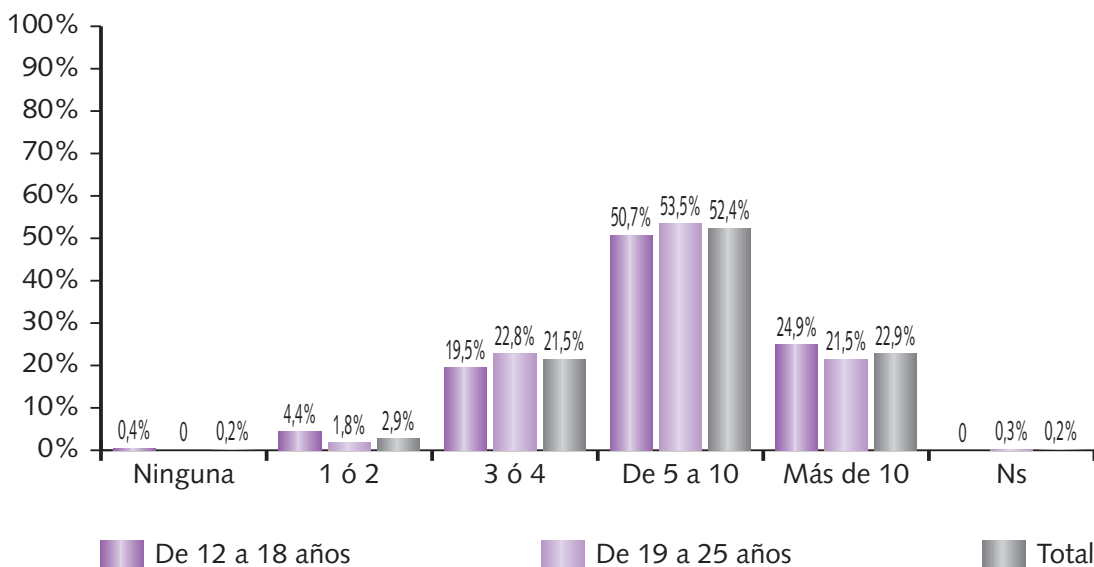


Base real: 556
 Base elevada: 465.845

Relaciones sociales

De manera generalizada los jóvenes encuestados cuentan con un grupo de amigos, el cual de media se encuentra formado entre 5 y 10 amigos. Este resultado presenta actividad en las relaciones sociales de los jóvenes destacándose que tan sólo un 0,2% de los jóvenes admite no tener amigos.

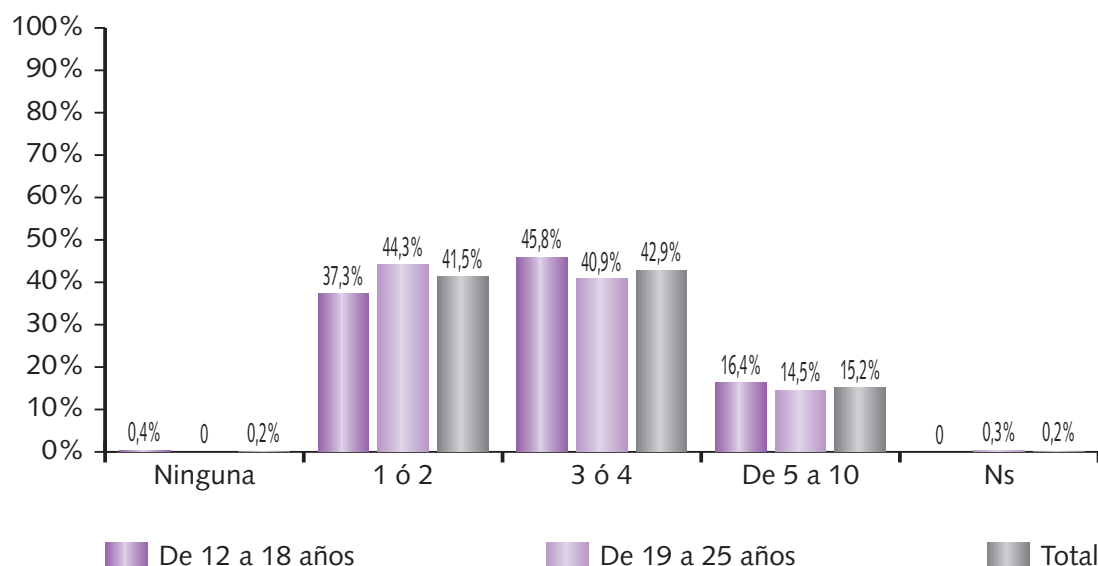
P32. ¿CUÁNTAS PERSONAS FORMAN TU GRUPO DE AMIGOS?



Base real: 556
 Base elevada: 465.845

Sin embargo, al centrarse en la consideración de amigos de confianza se reduce el grupo de amigos disponiéndose de media entre 3 o 4 amigos de confianza. No obstante, no aumenta el colectivo de personas que no disponen de amigos, es decir, se reduce el grupo de referencia, pero dentro del mismo existe al menos una o algunas personas de confianza.

P33. DE ELLOS, ¿CUÁNTOS CONSIDERAS COMO AMIGOS DE GRAN CONFIANZA?

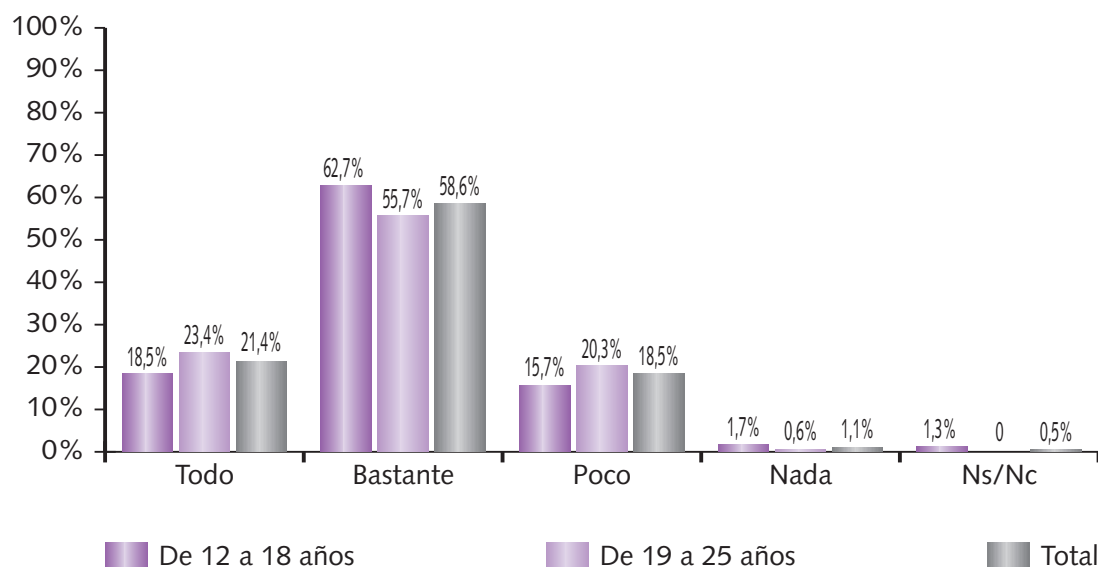


Base real: 556

Base elevada: 465.845

Las relaciones sociales con los amigos son importantes en el tiempo de ocio, de manera que un 80% de los jóvenes encuestados declara pasar con sus amigos todo o bastante tiempo de ocio del que dispone.

P34. DEL TIEMPO DE OCIO QUE TIENES, ¿CUÁNTO LO PASAS CON ELLOS?



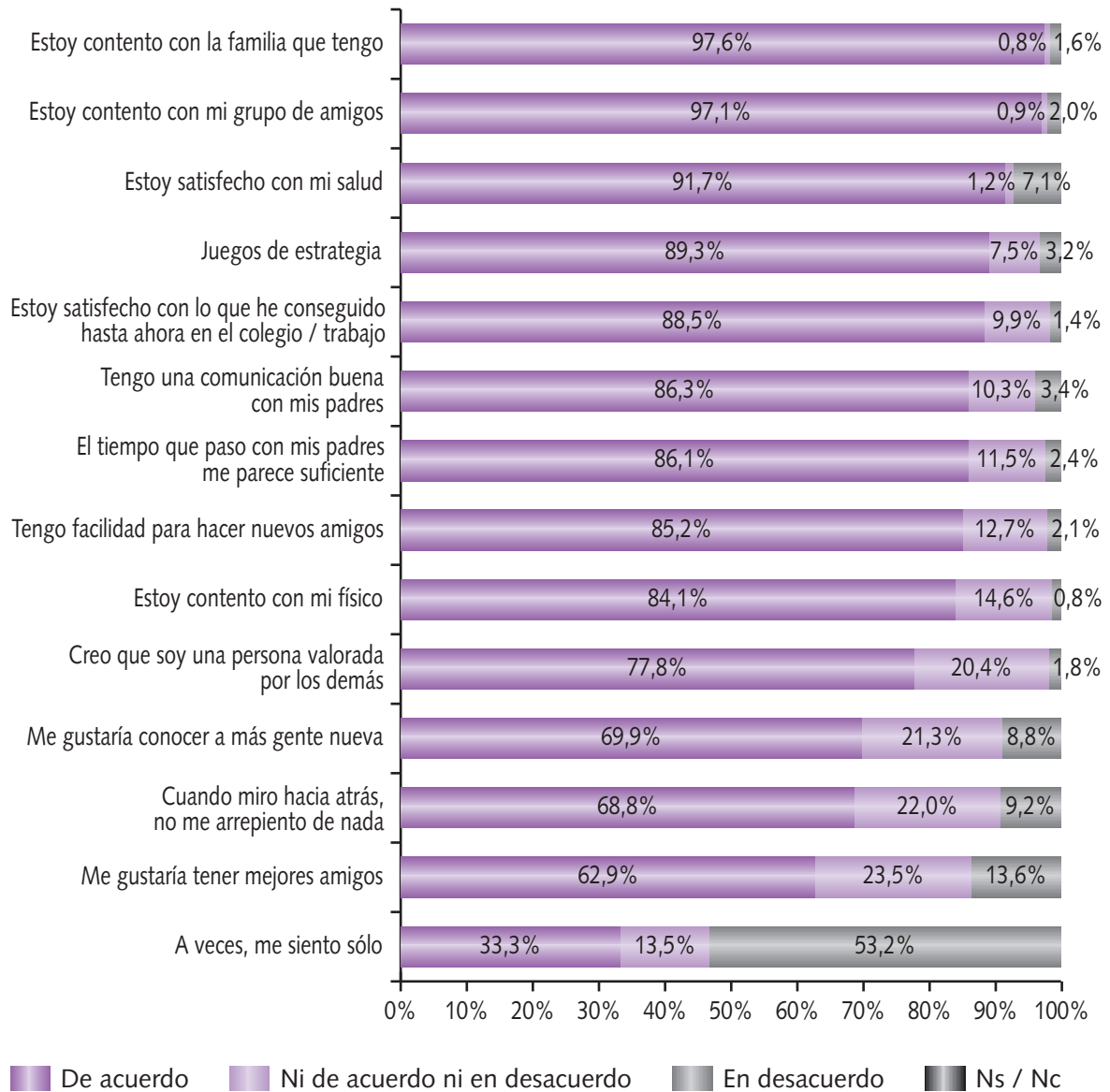
Base real: 556

Base elevada: 465.845

Satisfacción con su vida

En general, los jóvenes encuestados están satisfechos con la situación actual que les rodea, aunque cabe destacar algunos aspectos menos positivos: un 33,3% de los jóvenes admite a veces sentirse solo y cerca de un 63% le gustaría tener mejores amigos.

P35. ¿CUÁL ES TU GRADO DE ACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES?



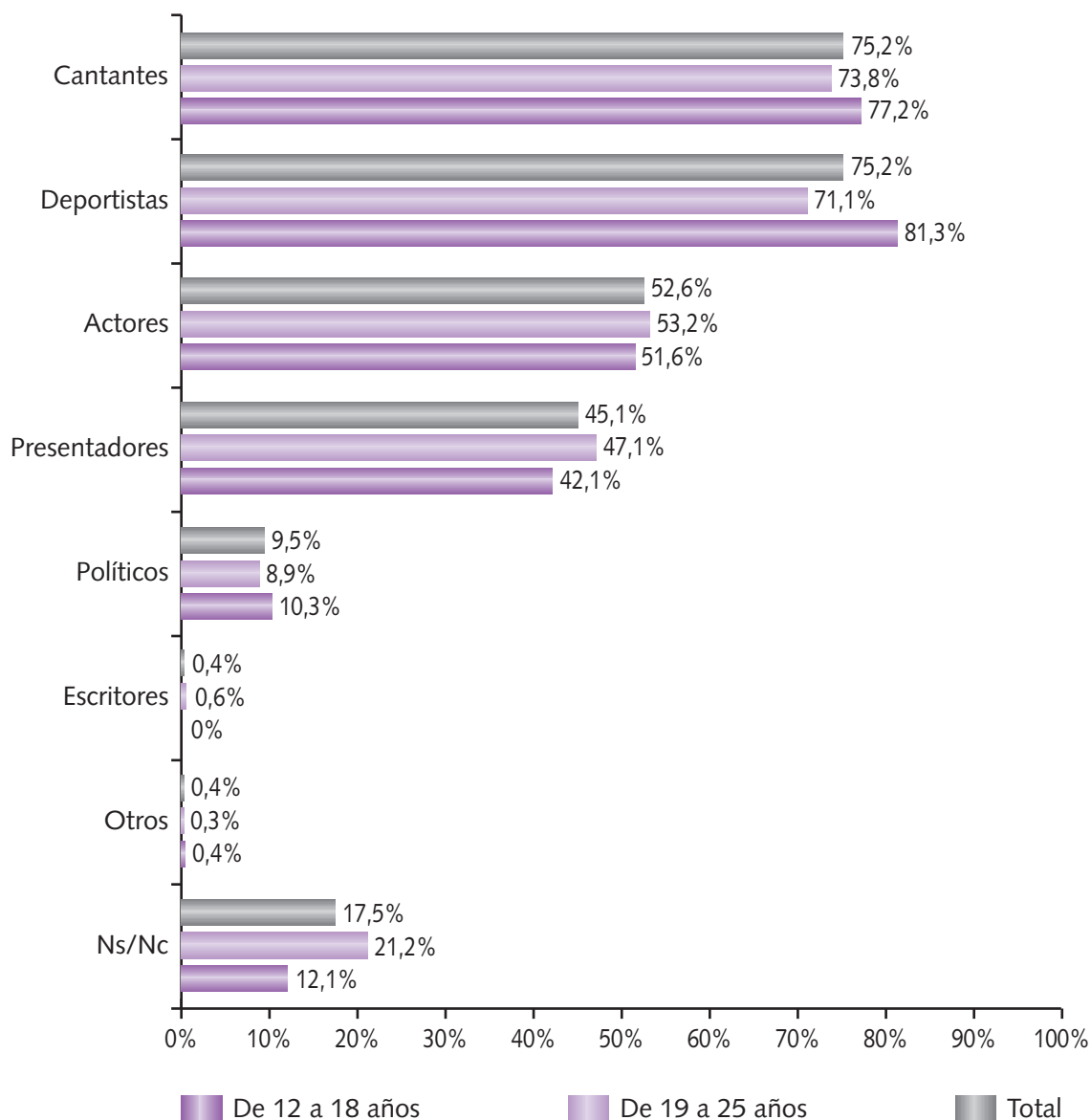
Base real: 556

Base elevada: 465.845

Referentes en los jóvenes

Además de analizar su entorno, es interesante profundizar en quienes son los referentes de los jóvenes. En la actualidad, los personajes admirados en mayor medida por los jóvenes encuestados son cantantes y deportistas con más de un 75% de los casos, estos personajes son un mayor foco de atracción entre los jóvenes de menor edad, entre 12 y 18 años.

P36. ¿A QUÉ PERSONAJES DE LA ACTUALIDAD ADMIRAS?

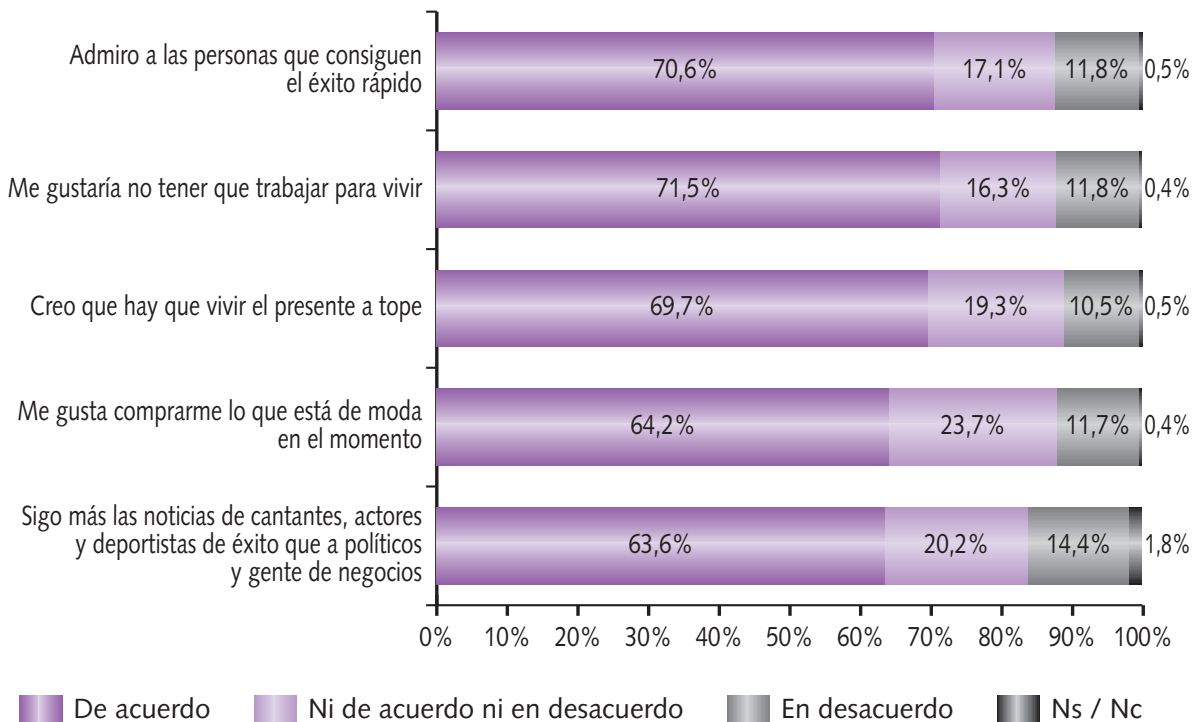


Base real: 32

Base elevada: 26.740

En cuanto a las opiniones de los jóvenes en relación con la vida actual, se percibe una voluntad por vivir el presente, la admiración por el éxito inmediato sin esfuerzo y una mayor preocupación por personajes del espectáculo frente a políticos, etc.

P37. ¿CUÁL ES TU GRADO DE ACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES?



Base real: 556

Base elevada: 465.845

Consumo de sustancias

Otro de los aspectos relevantes del estudio es determinar el tipo de consumos que realiza este colectivo en relación a sustancias excitantes o relajantes que alteran su estado de forma artificial.

De forma más relevante se observa un mayor índice de consumo de estas sustancias entre los jóvenes mayores de edad, por lo que su consumo comienza a efectuarse en el periodo de adolescencia para ser más habitual en los jóvenes de mayor edad. No obstante es destacable, que es el tabaco la sustancia adictiva con un mayor índice de presencia dentro del colectivo de menor edad.

La sustancia que tiene un mayor consumo entre los jóvenes encuestados es el alcohol, caracterizado por tratarse de un consumo de fin de semana por parte de más de un 12% de los jóvenes, porcentaje representado en mayor medida por los jóvenes entre 19 y 25 años.

Le sigue el tabaco, siendo en este caso un consumo diario por parte de más de un 9% de los jóvenes, porcentaje de nuevo representado en mayor medida por los jóvenes entre 19 y 25 años.

Aunque el consumo del resto de sustancias se da en un porcentaje bastante reducido, es preciso tomarlo en consideración debido a la peligrosidad de dichas sustancias, sobre todo en los casos en los que se trata de un consumo diario.

P28. ¿CONSUMES LAS SIGUIENTES SUSTANCIAS?

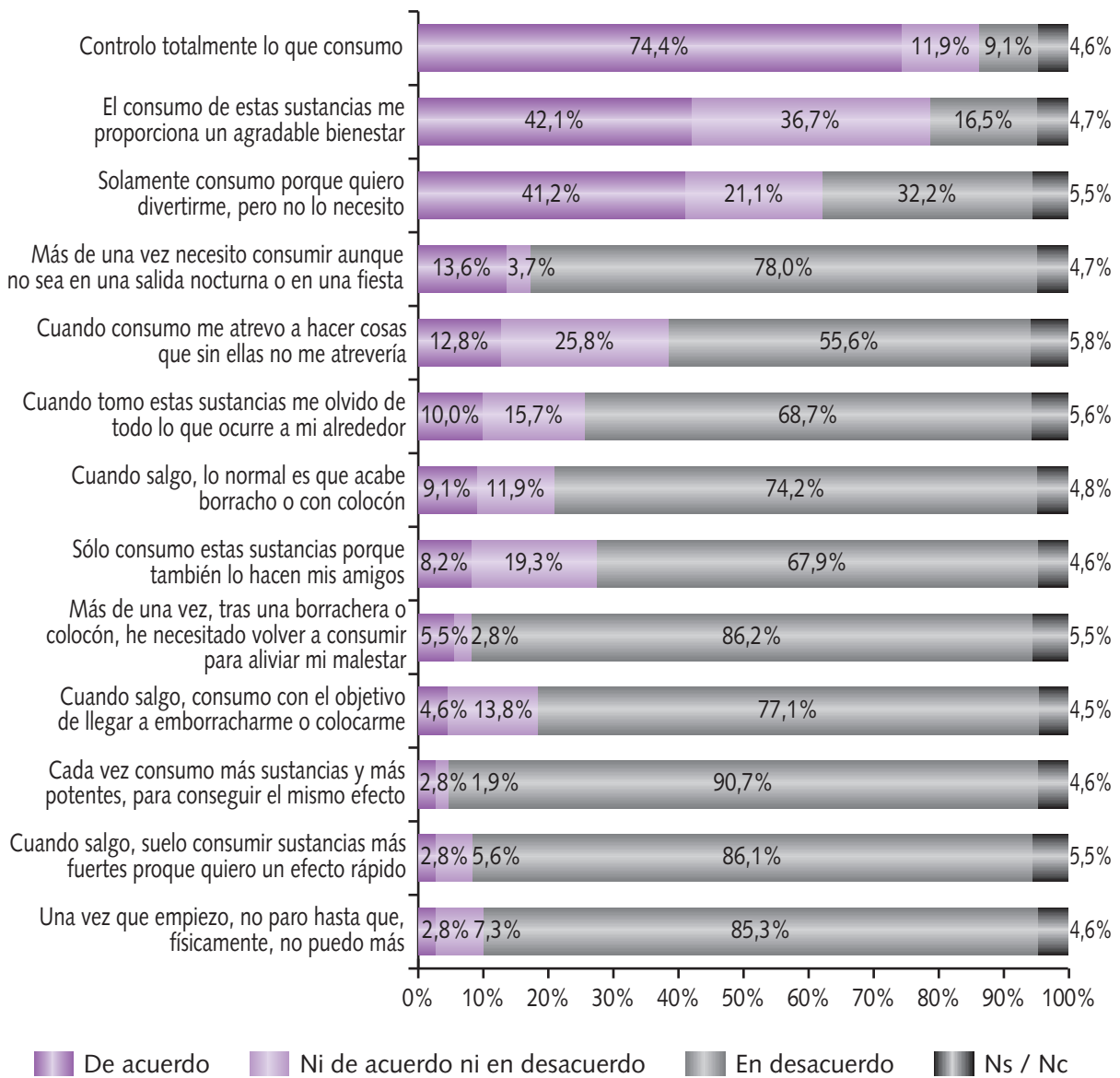
		De 12 a 18 años	De 19 a 25 años	Total
Alcohol	Sí, a diario		1,5%	0,9%
	Sí, tres o cuatro veces por semana	0,4%	4,0%	2,5%
	Sí, sólo los fines de semana	5,6%	16,6%	12,1%
Tabaco	Sí, a diario	6,4%	11,1%	9,2%
	Sí, tres o cuatro veces por semana	0,9%	1,5%	1,3%
	Sí, sólo los fines de semana	0,8%	3,7%	2,5%
Cannabis	Sí, a diario	1,7%	2,5%	2,2%
	Sí, tres o cuatro veces por semana	0,4%	2,2%	1,5%
	Sí, sólo los fines de semana		3,1%	1,8%
Cocaína	Sí, a diario		0,3%	0,2%
	Sí, sólo los fines de semana		0,6%	0,4%
Tranquilizantes	Sí, sólo los fines de semana		0,3%	0,2%
Anfetaminas	Sí, sólo los fines de semana		0,9%	0,5%
Éxtasis	Sí, a diario		0,3%	0,2%
	Sí, sólo los fines de semana		0,3%	0,2%
Otras sustancias	Sí, sólo los fines de semana		0,6%	0,4%

Base real: 556

Base elevada: 465.845

En cuanto a la relación de los jóvenes con las anteriores sustancias, se deriva que un 9,1% de los jóvenes admite no controlar totalmente lo que consume, y además más de uno de cada seis jóvenes señala que su consumo no le proporciona bienestar, así mismo un 32,2% reconoce necesitar el consumir estas sustancias; y casi un 14% declara que más de una vez necesita consumir aunque no sea en una salida nocturna, de lo que se deriva una tendencia a la habitualidad de su consumo y en corroboración de esta adicción un 5,5%, más de una vez, tras una borrachera o colocón, ha necesitado volver a consumir para aliviar.

P29. ¿CUÁL ES TU GRADO DE ACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES?

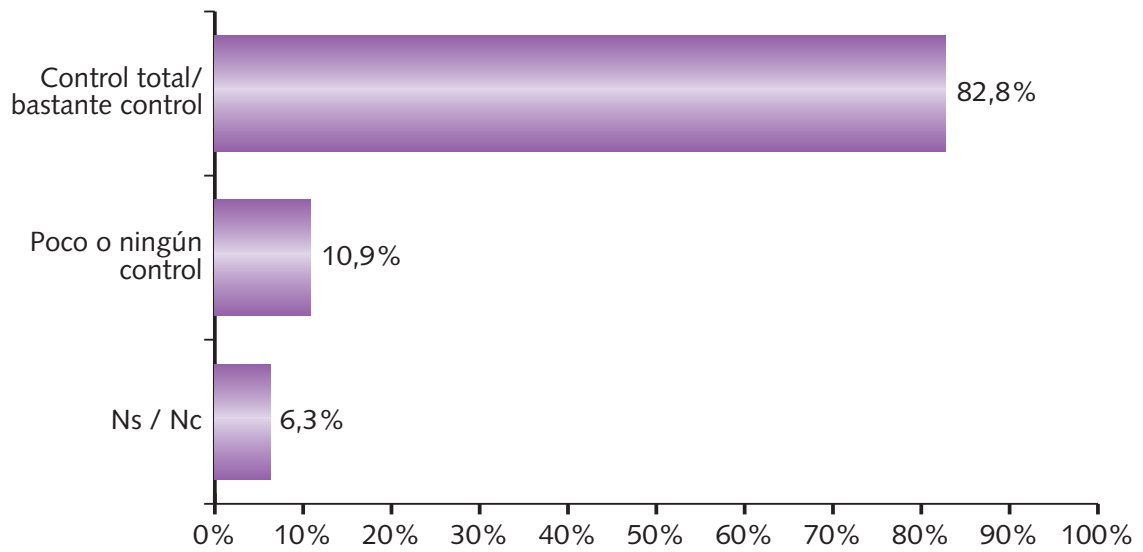


Base real: 109

Base elevada: 91.999

De esta forma, más de ocho de cada diez jóvenes encuestados considera que debería establecerse un control total o bastante control en el consumo de las anteriores sustancias. Esta posición queda reflejada de forma más latente entre aquellos jóvenes que han afirmado no controlar lo que consumen, no disfrutar con ello o que han detectado que tienen cierta adicción por ellas (“Más de una vez necesito consumir aunque no sea en una salida nocturna o en una fiesta”, “Más de una vez, tras una borrachera o colocón, he necesitado volver a consumir para aliviar el malestar”).

P30. ¿HASTA QUÉ PUNTO CREES QUE DEBERÍA CONTROLARSE Y PENALIZARSE EL CONSUMO DE LAS ANTERIORES SUSTANCIAS?



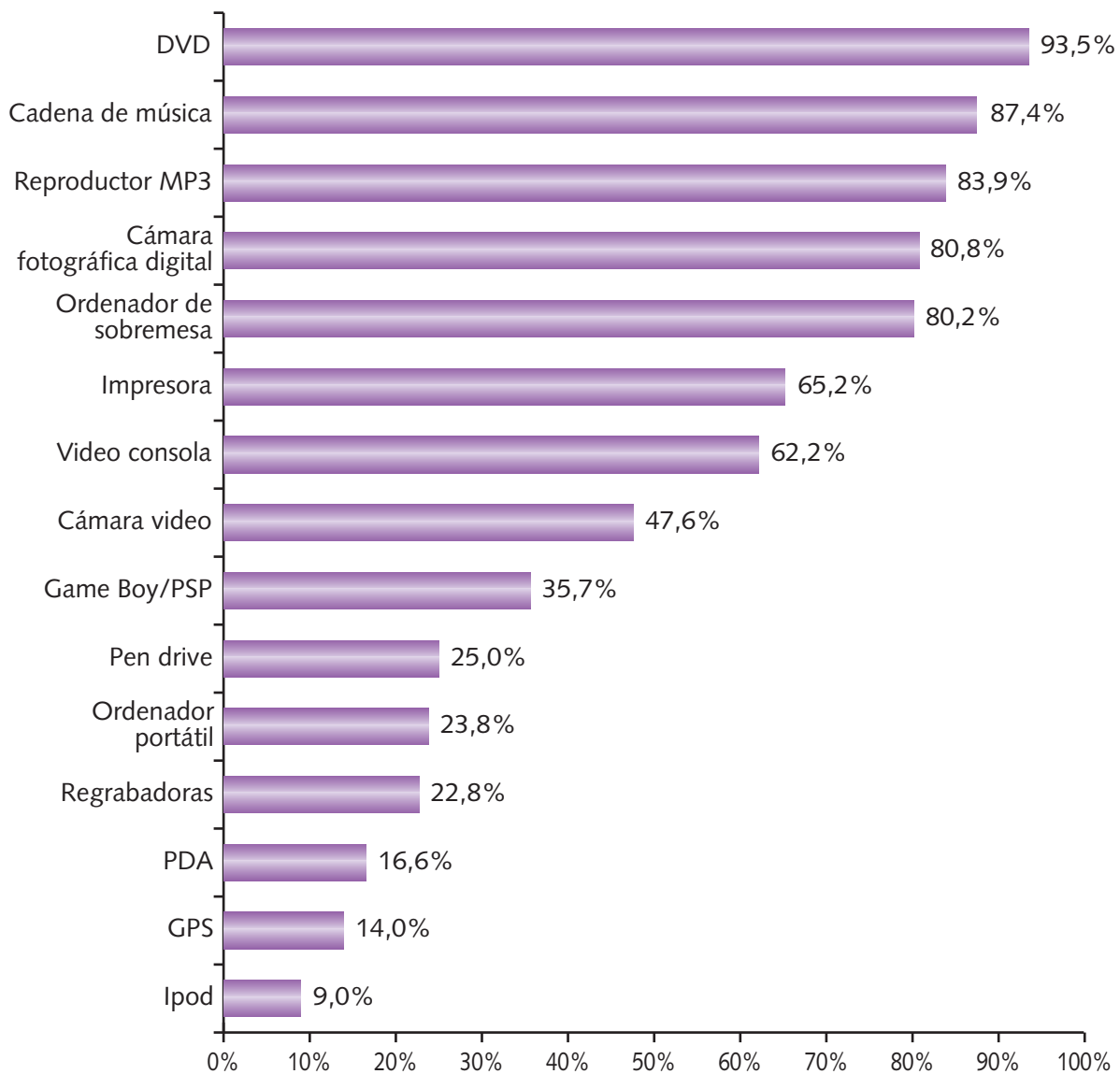
Base real: 556

Base elevada: 465.845

Equipamiento de nuevas tecnologías en el hogar

Se da una elevada presencia de aparatos tecnológicos en los hogares en los que residen, el DVD está presente en más del 90% de los hogares siguiéndole de cerca en disponibilidad la cadena de música, el reproductor MP3, la cámara fotográfica digital y el ordenador de sobremesa. Concluyéndose que destaca el gran número de aparatos electrónicos presentes en la mayor parte de los hogares.

P1. ¿CUÁLES DE LOS SIGUIENTES EQUIPOS TENÉIS EN CASA?



Base real: 556

Base elevada: 465.845

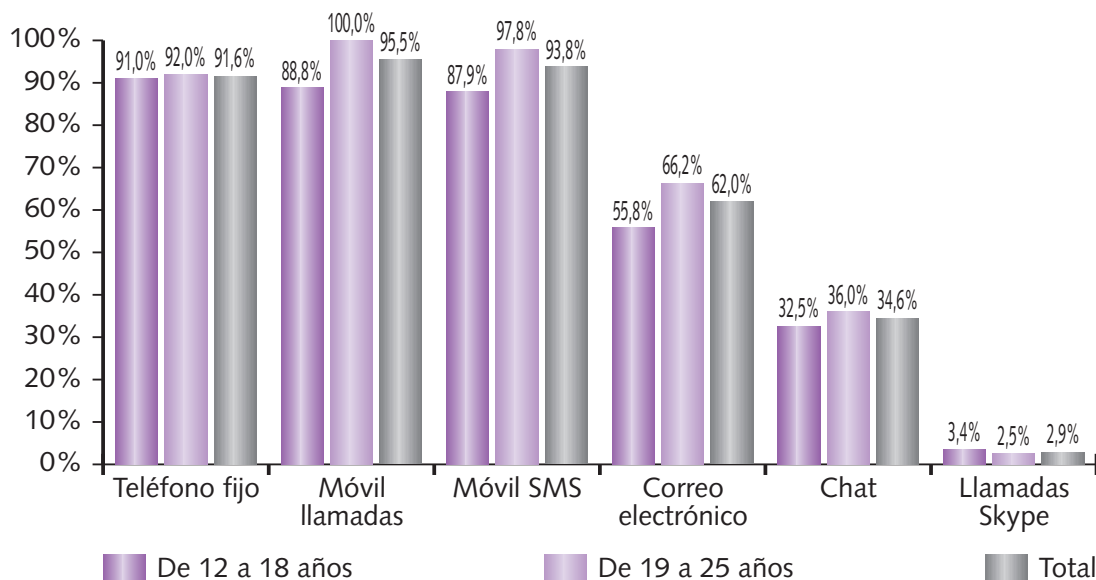
TECNOLOGÍAS DE LA COMUNICACIÓN

Uso de las tecnologías de la comunicación

En relación al apartado anterior, sobre el equipamiento de nuevas tecnologías en los hogares de los jóvenes se presenta el uso de ciertos aparatos y medios de comunicación telemáticos. Así se percibe que el teléfono fijo y el móvil (tanto mediante llamadas como SMS) son utilizados diariamente por más del 90% de los jóvenes entrevistados, si bien cabe destacar que el uso del móvil es inferior entre los jóvenes entre 12 y 18 años. No hay ningún joven encuestado entre 19 y 25 años que no realice al día alguna llamada a través del móvil. La disponibilidad y familiarización con aparatos tecnológicos favorece la comunicación a través de medios telemáticos.

Por el contrario, destaca la escasa utilización de las llamadas a través del programa Skype.

P2. USUARIOS DE LAS DIFERENTES TECNOLOGÍAS

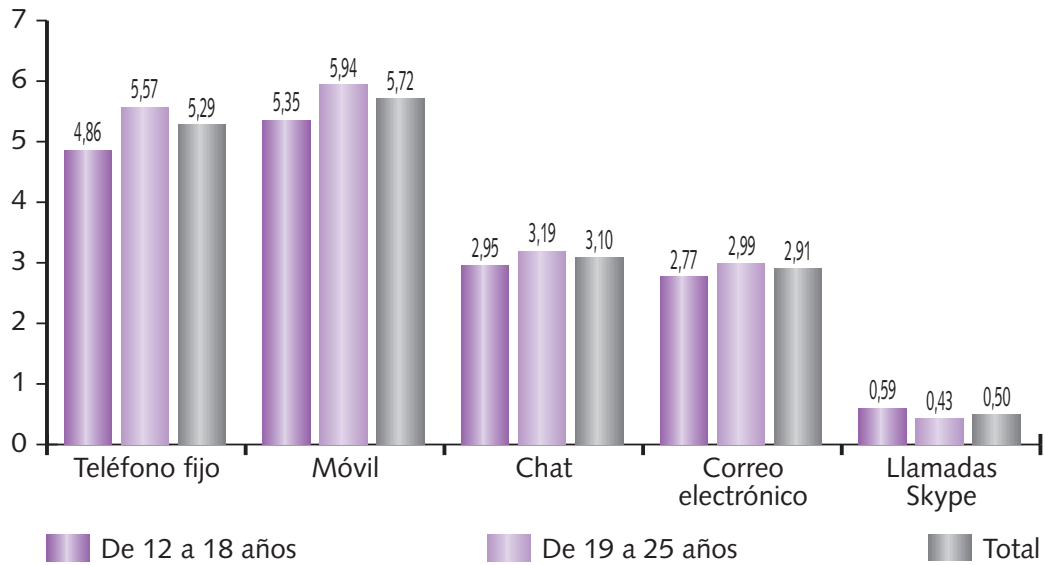


Base real: 556

Base elevada: 465.845

El móvil sigue siendo la tecnología más utilizada. Los jóvenes encuestados lo utilizan casi seis de los siete días de la semana, si bien el nivel de utilización del teléfono fijo también es elevado.

P5. DURANTE LA ÚLTIMA SEMANA, ¿CUÁNTOS DÍAS HAS UTILIZADO ALGUNA DE LAS ANTERIORES TECNOLOGÍAS?

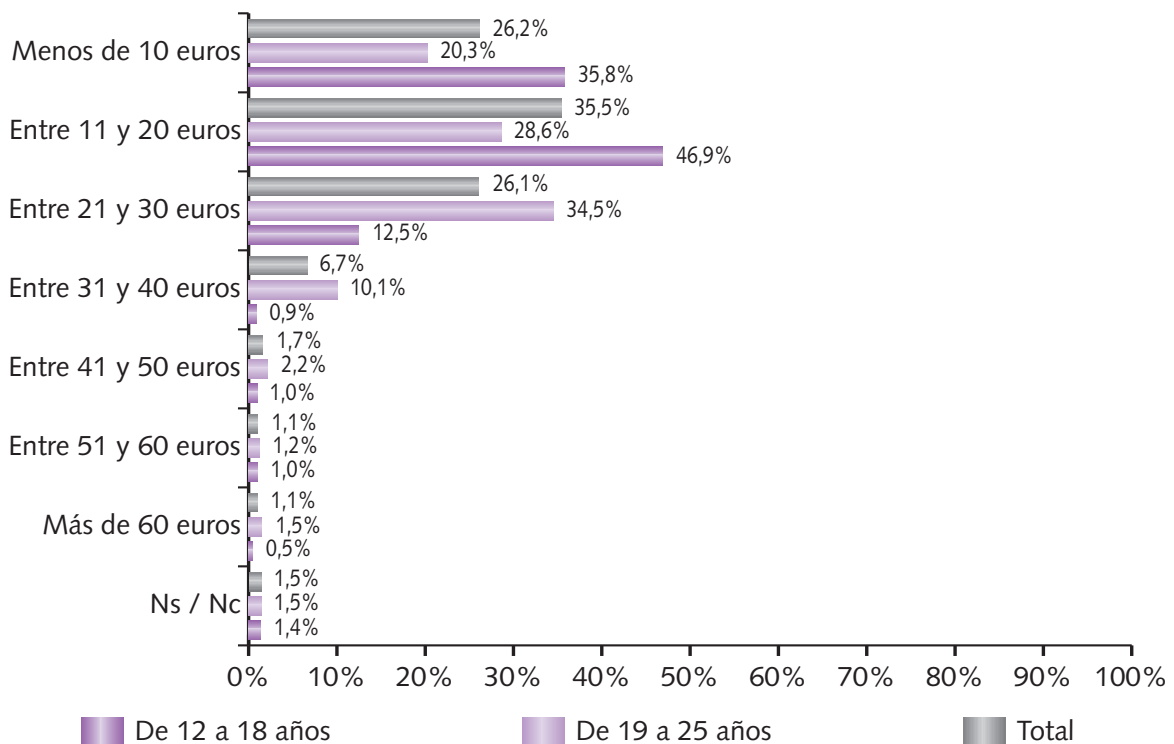


Base real: 556

Base elevada: 465.845

Se observan diferencias en el gasto mensual del móvil en función de la edad de los encuestados. Así, mientras más del 85% de los jóvenes entre 12 y 18 años no supera los 20 euros de gasto mensual, más de la mitad de los jóvenes con edades comprendidas entre los 19 y los 25 años tienen un gasto superior a 20 euros, motivado por su mayor habitualidad en su uso.

P21. ¿CUÁL ES EL GASTO APROXIMADO QUE HACES DEL MÓVIL AL MES?

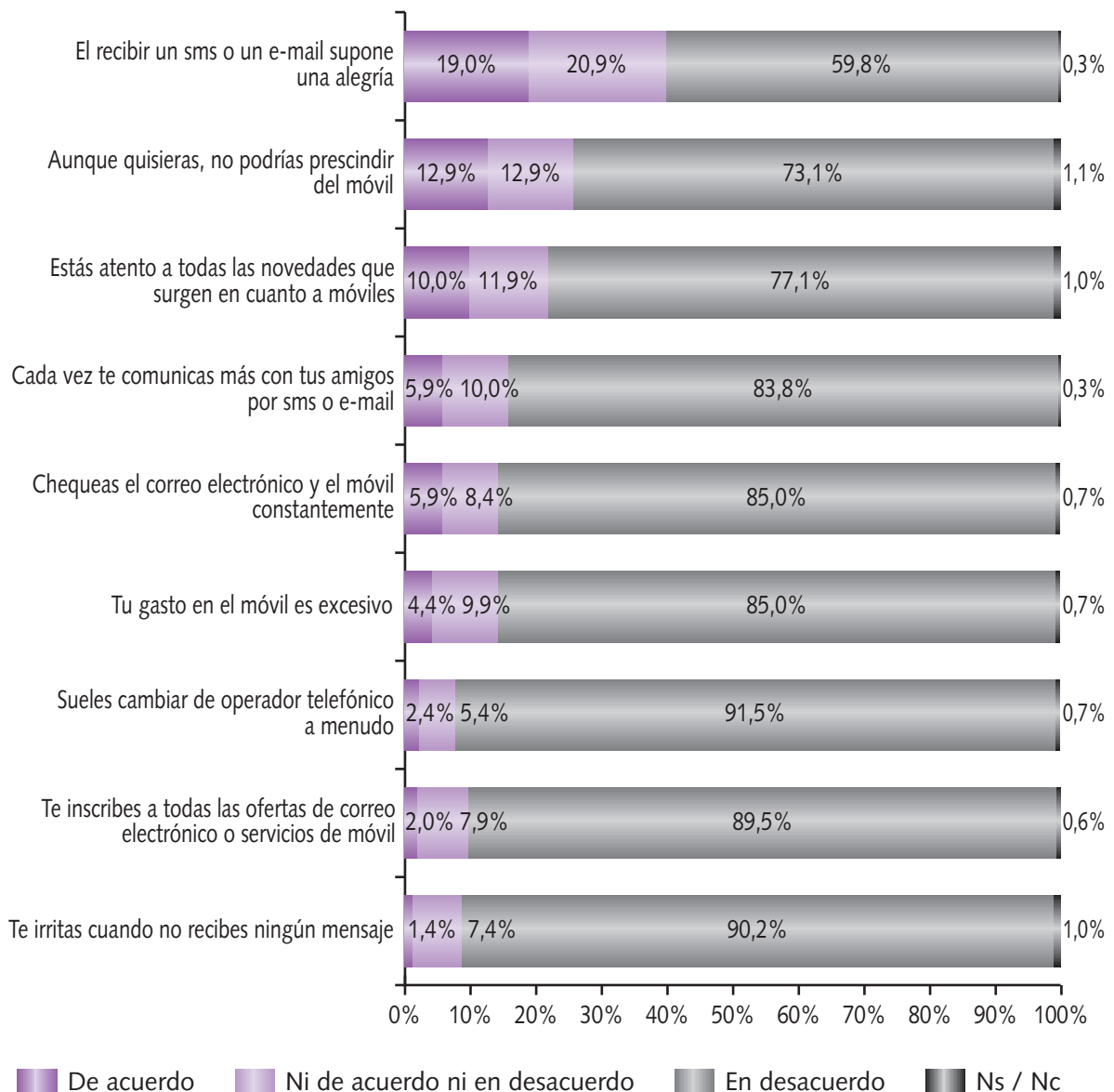


Base: personas que han contestado gastar aproximadamente al mes las distintas cantidades mencionadas.

Uso problemático del móvil y correo electrónico

Este hábito de uso del móvil refleja una cierta dependencia hacia el móvil o el correo electrónico por al menos una parte relativamente reducida de los jóvenes encuestados. Para un 19% supone una alegría recibir un sms o un e-mail y para casi un 13% de los entrevistados aunque quisiera, no podría prescindir del móvil.

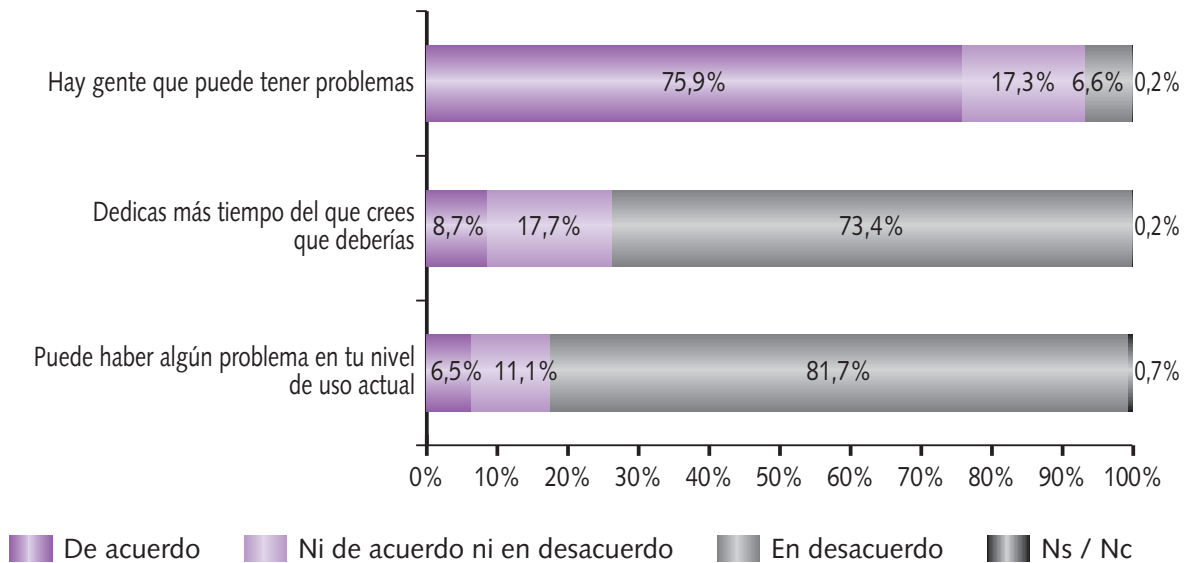
P19. INDICA TU GRADO DE ACUERDO O DESACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES, RESPECTO A TU USO DEL MÓVIL O CORREO ELECTRÓNICO



Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

De nuevo, aunque tan sólo un 6,5% de los encuestados reconoce tener un posible problema en su nivel actual de uso del correo electrónico y del móvil, más de siete de cada diez jóvenes afirma que hay gente que podría tener problemas. Además casi un 9% de los jóvenes reconoce que dedica más tiempo del que cree que debería.

P20. EXPRESA TU GRADO DE ACUERDO O DESACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES RESPECTIVAS AL USO DEL MÓVIL Y EL CORREO ELECTRÓNICO



Base real: 542

Base elevada: 454.417

Con el objeto de poder cuantificar y determinar el perfil de jóvenes que realizan un uso del móvil que puede llegar a ser problemático, se han establecido una serie de afirmaciones en las que se indica su grado de acuerdo o desacuerdo. De esta forma a través de un análisis factorial se puede resumir la información en número de variables manteniendo la información que aporta al estudio.

La idoneidad del análisis se verifica a través del valor que ofrece el indicador denominado KMO (Kaiser Meyer Olkin) y la prueba de Esfericidad de Barlett. Estos indicadores evalúan la adecuación del análisis a los datos disponibles. De esta forma el valor de KMO resultante corrobora la adecuación del uso del modelo, ya que este valor es de 0,882 (valores por encima de 0,6 se considera que presentan los datos una buena adecuación al modelo. Rango de valores del KMO, entre 0 y 1). De igual forma se analiza el nivel de significación que presenta el Test de Esfericidad de Barlett. (0,000, que indica que las variables están correlacionadas en la población. Para que esto sea así, se pueden dar como válidos aquellos resultados que nos presenten un valor elevado del test y cuya fiabilidad sea menor a 0,05). El test resulta positivo, por lo que se puede continuar con el análisis.

Tras la realización del análisis factorial, el cual resume en 3 factores el 70,8% de la variabilidad que presentan los datos, explica de forma clara el comportamiento de los jóvenes teniendo en cuenta 3 ejes:

- **Necesidad.** Detección del móvil como un aparato necesario para llevar a cabo la vida diaria.
- **Uso compulsivo:** Se da un uso compulsivo del móvil.
- **Preocupación.** Nivel de operatividad y estar al corriente de los movimientos del mercado de la telefonía móvil.

MATRIZ DE COMPONENTES ROTADA (PROCEDIMIENTO VARIMAX)

	NECESIDAD	USO COMPULSIVO	PREOCUPACIÓN
El recibir un sms o un e-mail supone una alegría para ti	0,749	0,368	
Aunque quisieras, no podrías prescindir del móvil (para tu uso personal)	0,748	0,374	0,198
Estás atento a todas las novedades que surgen en cuanto a móviles	0,739	0,123	0,469
Te irritas cuando ves que a lo largo del día no recibes ningún mensaje	0,265	0,74	0,174
Cada vez te comunicas más con tus amigos por SMS o mail aunque puedas hacerlo en persona	0,453	0,689	
Tu gasto en móvil es excesivo	0,210	0,647	0,39
Te inscribes a todas las ofertas de correo electrónico o servicios de móvil que aparecen en el mercado	0,377		0,766
Sueles cambiar de operador de teléfono a menudo		0,454	0,747
	51,2%	10,8%	8,8%

KMO: 0,882
Alpha = ,8585

Explican el 70,8% DEL FENÓMENO
Peso de cada factor en la explicación de la varianza.

Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

Porcentaje de jóvenes con uso problemático del móvil

Una vez obtenidos los factores que describen la relación de los jóvenes madrileños con la telefonía móvil, se extraen las medias de dichos factores, lo que permite catalogar a los jóvenes según su nivel de uso problemático.

Así, nos encontramos con que la necesidad, el hecho de que los móviles formen parte de su vida, es el factor que presenta un mayor porcentaje de jóvenes (8,1%). Otro porcentaje importante, 27,8%, reconoce esta cuestión, aunque en menor medida.

El uso excesivo, incluso cuando no es necesario, se reconoce entre un 1,3% de los jóvenes, mientras que la preocupación por estar al día de las novedades que surgen, es una característica existente en menos de un 1% de los jóvenes.

PREVALENCIA DE CONDUCTAS DE RIESGO EN CADA UNA DE LAS DIMENSIONES-FACTORES

	Necesidad	Uso compulsivo	Preocupación
Baja	61,7%	80,2%	87,1%
Media	27,8%	16,0%	9,5%
Alta	8,1%	1,3%	0,9%
No expuesto	2,5%	2,5%	2,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%

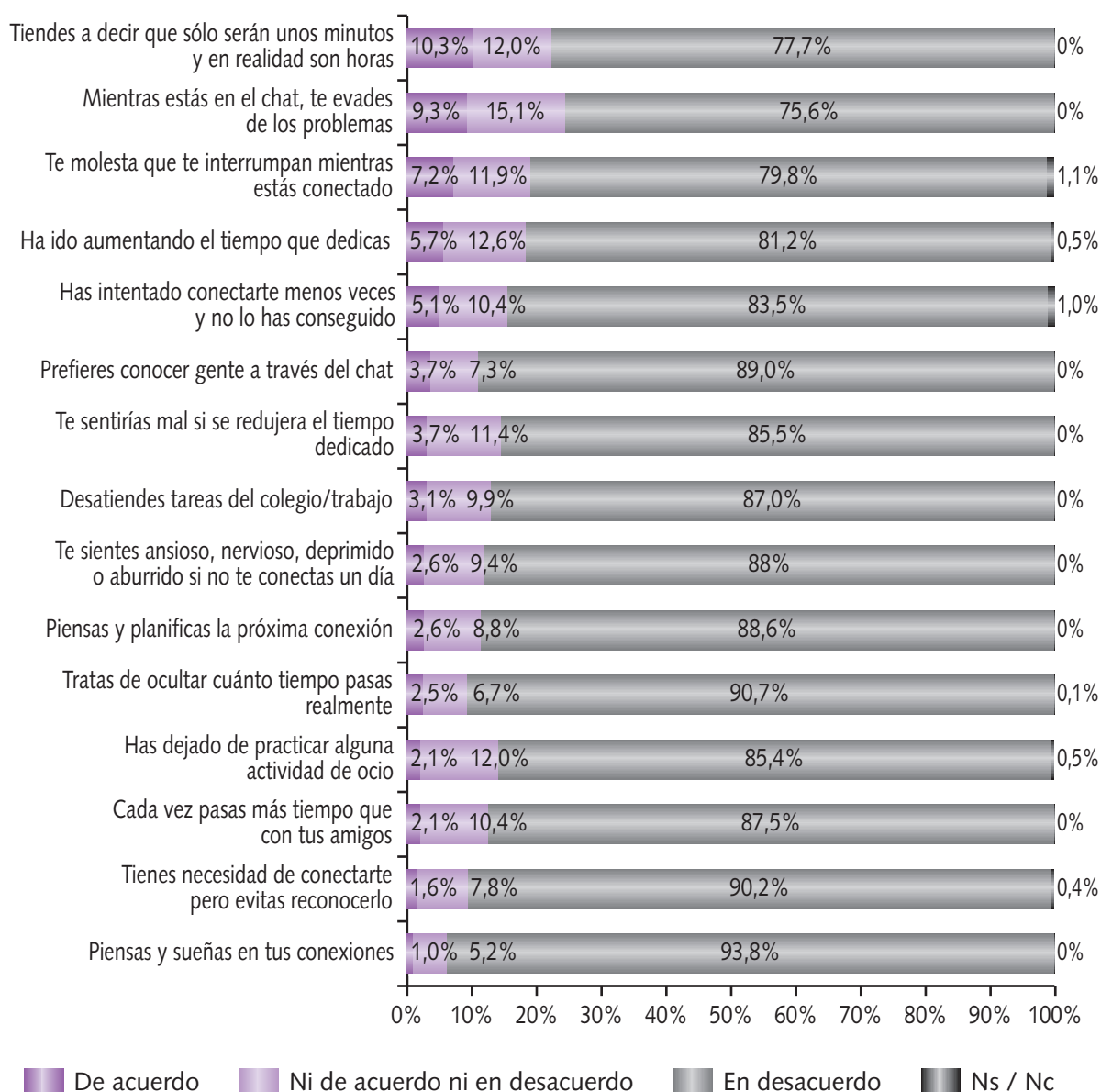
Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

En definitiva, un 8,5% de los jóvenes de la ciudad de Madrid presenta algún problema en el uso de la telefonía móvil, de los cuales un 0,4% realiza un uso problemático en los tres factores analizados.

Uso problemático del chat

Aunque los porcentajes referidos al grado de acuerdo con las citadas afirmaciones son reducidos, en algunos casos pueden ser un indicio de un uso problemático en la utilización de los chats. Así, más de un 10% de los encuestados tienden a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad son horas y más de un 9% se evade de los problemas mientras está en el chat.

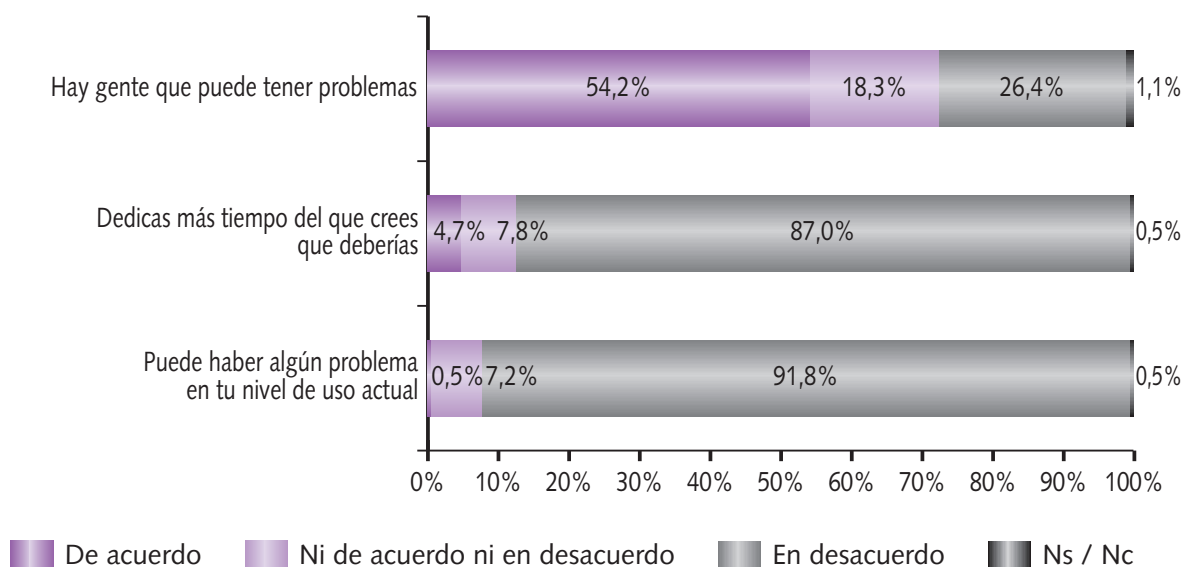
P18. ¿CUÁL ES TU GRADO DE ACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES RESPECTO A TU USO DEL CHAT?



Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

Aunque más de nueve de cada diez jóvenes encuestados afirma no tener ningún problema en su nivel de uso actual del chat, la mayoría percibe que realmente hay gente que puede tener problemas con dicho uso.

P18. PERCEPCIONES REFERIDAS AL USO DEL CHAT



Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

Al igual que se hiciera con el uso del móvil, se ha realizado un análisis factorial a partir del cual se resume la información en número de variables manteniendo la información que aporta al estudio.

De nuevo, la idoneidad del análisis se verifica a través del valor que ofrece el indicador denominado KMO (Kaiser Meyer Olkin) y la prueba de Esfericidad de Barlett. Estos indicadores evalúan la adecuación del análisis a los datos disponibles. De esta forma el valor de KMO resultante corrobora la adecuación del uso del modelo, ya que este valor es de 0,835 (valores por encima de 0,6 se considera que presentan los datos una buena adecuación al modelo. Rango de valores del KMO, entre 0 y 1). De igual forma se analiza el nivel de significación que presenta el Test de Esfericidad de Barlett. (0,000, que indica que las variables están correlacionadas en la población. Para que esto sea así, se pueden dar como válidos aquellos resultados que nos presenten un valor elevado del test y cuya fiabilidad sea menor a 0,05). El test resulta positivo, por lo que se puede continuar con el análisis.

Tras la realización del análisis factorial, el cual resume en 4 factores prácticamente el 70% de la variabilidad que presentan los datos, explica de forma clara el comportamiento de los jóvenes teniendo en cuenta 4 ejes:

- **Búsqueda de otra realidad:** Los jóvenes utilizan el chat desde otra realidad, formando así parte de una vida paralela que ocultan.
- **Inquietud:** Se dan síntomas de abstinencia, irritabilidad y nerviosismo cuando se debe parar en el uso del chat.
- **Pérdida de control:** Aumenta el nivel de uso, incluso a costa de otras relaciones, pero no se puede evitar.
- **Evasión:** Chat como instrumento para olvidar los problemas de la vida cotidiana.

MATRIZ DE COMPONENTES ROTADA (PROCEDIMIENTO VARIMAX)

	BÚSQUEDA DE OTRA REALIDAD	INQUIETUD	PÉRDIDA DE CONTROL	EVASIÓN
Prefieres conocer gente a través del chat porque puedes ser aquella persona que quieres ser	0,784		0,183	0,186
Es normal que te encuentres pensando y/o soñando en tus conexiones al chat	0,734	0,342		
Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente en el chat	0,69	0,101	0,397	
Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas conectarte al chat	0,194	0,792		
Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás conectado al chat		0,771	0,213	0,24
A lo largo del día, te encuentras varias veces pensando y planificando la próxima conexión al chat	0,525	0,586		0,102
Piensas que te sentirías mal si se redujera el tiempo que pasas en el chat	0,394	0,548		0,483
Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad te conectas durante unas cuantas horas			0,894	0,146
Has intentado alguna vez conectarte menos veces al chat y no lo has logrado	0,422		0,658	0,18
Cada vez pasas más tiempo en el chat que con tus amigos en la vida real	0,176	0,494	0,544	-0,42
Mientras estás en el chat, te evades de los problemas que puedas tener		0,218	0,207	0,809

38,8%

12,3%

9,4%

9,2%

KMO: 0,835
Alpha = ,8363

Explican el 69,7% DEL FENÓMENO
Peso de cada factor en la explicación de la varianza.

Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

Porcentaje de jóvenes con uso problemático del chat

La evasión como problemática es donde se encuentra un mayor porcentaje de jóvenes en su uso del chat.

La pérdida de control y la inquietud, es un problema asociado a menos de un 1% de los jóvenes, así como la búsqueda de otra realidad.

Si bien, se da un alto porcentaje de jóvenes no expuestos a la problemática, debido a que no utilizan el chat.

Teniendo en cuenta a aquellos que sí lo utilizan, encontramos que un 9,4% presenta problemas en torno a la evasión; un 2,1% indica pérdida de control, un 2,1% inquietud y un 1,6% de búsqueda de otra realidad.

PREVALENCIA DE CONDUCTAS DE RIESGO EN CADA UNA DE LAS DIMENSIONES-FACTORES

	Evasión	Pérdida de control	Inquietud	Búsqueda de otra realidad
Baja	26,1%	26,8%	29,7%	30,4%
Media	5,2%	7,0%	4,1%	3,6%
Alta	3,2%	0,7%	0,7%	0,5%
No expuesto	65,4%	65,4%	65,4%	65,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

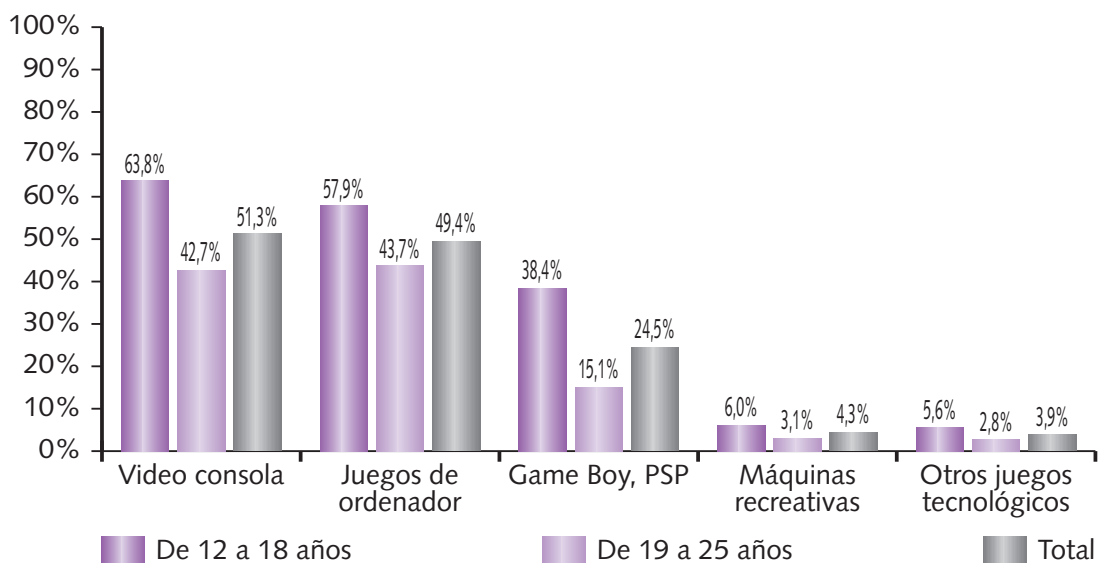
En definitiva, sobre el total de jóvenes encuestados, se da un 4,1% que presentan problemas en el uso del chat. De ellos, un 1,1%, presenta dos problemáticas.

TECNOLOGÍAS DEL JUEGO

Más de la mitad de los jóvenes encuestados utiliza diariamente la video consola, si bien cabe destacar que esta utilización es un 20% superior entre los jóvenes entre 12 y 18 años respecto de los encuestados de mayor edad. Los juegos de ordenador le siguen muy de cerca, con una utilización parecida en función de las edades de los jóvenes.

Los jóvenes entre 12 y 18 años utilizan la Game Boy o la PSP 2,5 veces más que los jóvenes con edades comprendidas entre los 19 y los 25 años.

P6. USUARIOS DE LAS DIFERENTES TECNOLOGÍAS



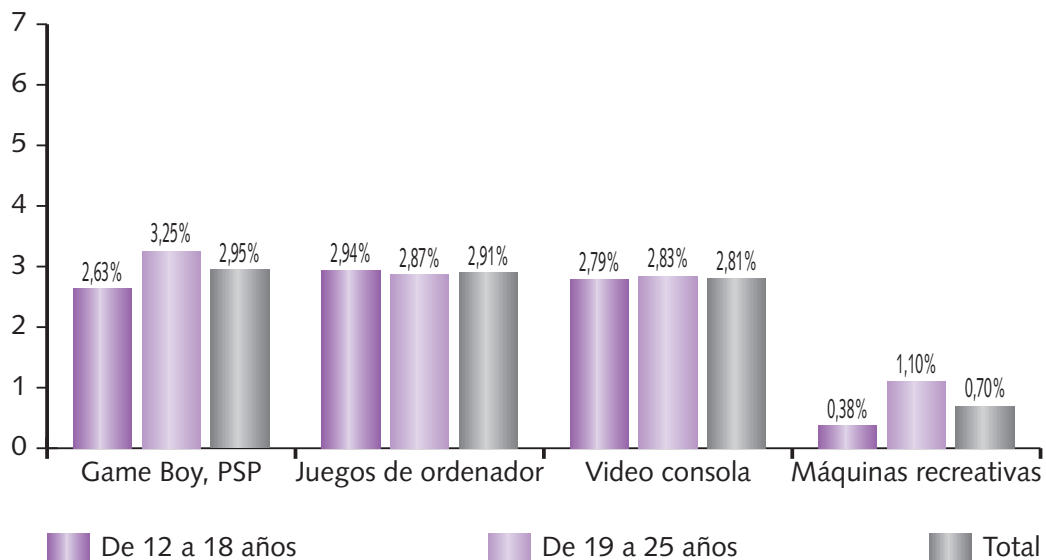
Base real: 556

Base elevada: 465.845

La Game Boy/PSP, los juegos de ordenador y la videoconsola son utilizados de manera similar por los jóvenes encuestados, resultando una media de uso de casi tres días a la semana.

Aunque la Game Boy/PSP era utilizada por un porcentaje menor entre los jóvenes entre 19 y 25 años, éstos llevan a cabo una utilización más intensa que los encuestados de menor edad.

P8. DURANTE LA ÚLTIMA SEMANA, ¿CUÁNTOS DÍAS HAS UTILIZADO ALGUNO DE LAS ANTERIORES TECNOLOGÍAS?



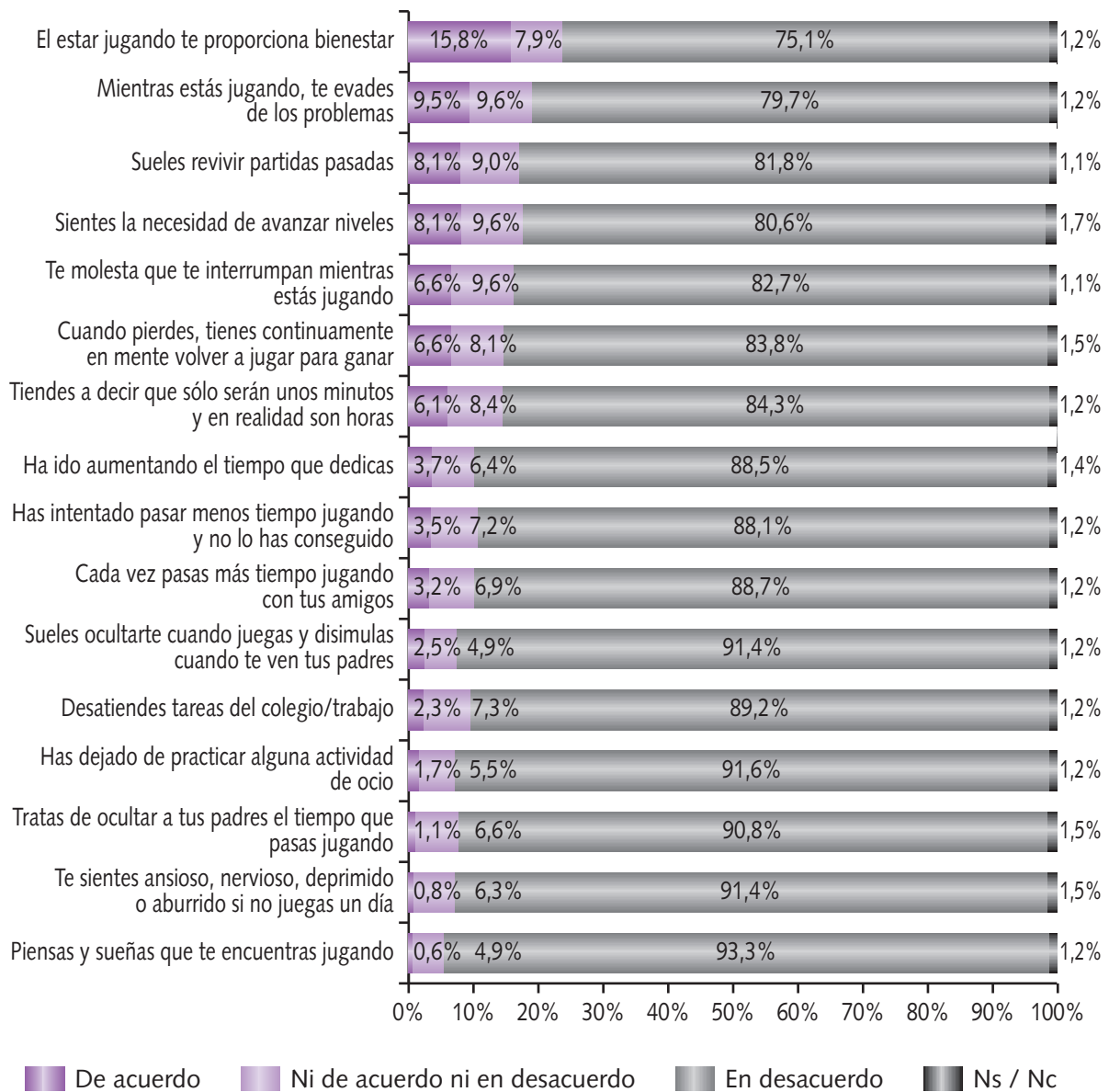
Base: personas que han contestado utilizar las distintas tecnologías del juego.

Uso problemático de las tecnologías del juego

La recompensa positiva que aporta el juego es una de las afirmaciones que principalmente reconocen los usuarios y según los expertos, ésta es una de las principales causas del riesgo de la adicción.

La evasión de los problemas es también una cuestión importante reconocida entre los jugadores.

P22. ¿CUÁL ES TU GRADO DE ACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES REFERIDAS A TU USO DE TECNOLOGÍAS DEL JUEGO?

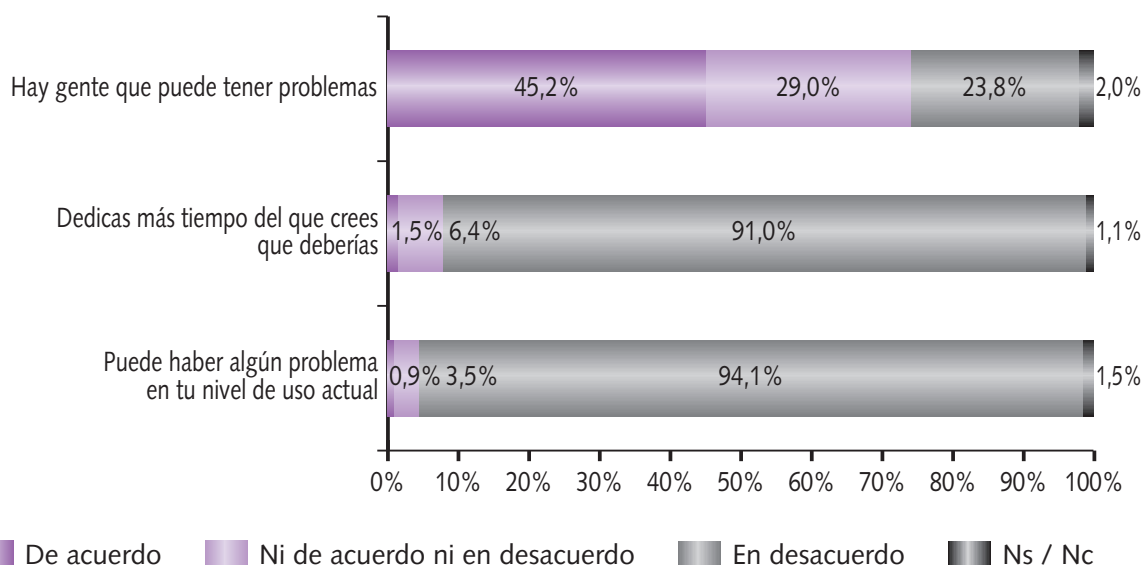


Base real: 556

Base elevada: 465.845

Aunque la existencia de un uso problemático no lo perciben en primera persona, más de un 45% de los encuestados reconoce que existe gente que podría tener problemas.

P22. PERCEPCIONES REFERIDAS AL USO DE TECNOLOGÍAS DEL JUEGO



Base real: 556

Base elevada: 465.845

Al igual que en el resto de las tecnologías, a través de un análisis factorial se ha resumido la información acerca del uso de las tecnologías del juego, manteniendo la información que aporta al estudio.

La idoneidad del análisis se verifica a través del valor que ofrece el indicador denominado KMO (Kaiser Meyer Olkin) y la prueba de Esfericidad de Barlett. Estos indicadores evalúan la adecuación del análisis a los datos disponibles. De esta forma el valor de KMO resultante corrobora la adecuación del uso del modelo, ya que este valor es de 0,92 (valores por encima de 0,6 se considera que presentan los datos una buena adecuación al modelo. Rango de valores del KMO, entre 0 y 1). De igual forma se analiza el nivel de significación que presenta el Test de Esfericidad de Barlett. (0,000, que indica que las variables están correlacionadas en la población. Para que esto sea así, se pueden dar como válidos aquellos resultados que nos presenten un valor elevado del test y cuya fiabilidad sea menor a 0,05). El test resulta positivo, por lo que se puede continuar con el análisis.

Tras la realización del análisis factorial, el cual resume en 5 factores el 72% de la variabilidad que presentan los datos, explica de forma clara el comportamiento de los jóvenes teniendo en cuenta 5 ejes:

- **Evasión/Necesidad.** Recompensa positiva y tolerancia, además de signos de abstinencia. El juego se convierte en necesario en la vida cotidiana.
- **Ocultación.** Se oculta el tiempo que se pasa jugando.
- **Abandono de actividades.** Se sustituyen actividades tradicionales por el juego.
- **Abstinencia.** Se tiene en mente volver al juego, incluso a costa de otras obligaciones.
- **Pérdida de control.** Intentos fallidos por detener el juego.

MATRIZ DE COMPONENTES ROTADA (PROCEDIMIENTO VARIMAX)

	EVASIÓN/ NECESIDAD	OCULTACIÓN	ABANDONO DE ACTIVIDADES	ABSTINENCIA	PÉRDIDA DE CONTROL
El estar jugando, te proporciona bienestar	0,814		0,181	0,218	0,155
Mientras estás jugando, te evades de los problemas que puedas tener	0,797	0,16	0,122		0,285
Sientes necesidad de avanzar en niveles y de ponerte cada vez más al límite en el juego	0,735	0,191	0,11	0,178	0,235
Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás en plena partida	0,639	0,318	0,256		0,162
Sueles revivir partidas pasadas, repasando los pasos que diste	0,62	0,199	0,17	0,386	
Sueles ocultarte cuando juegas y disimulas cuando te ven tus padres	0,221	0,817		0,268	0,113
Sueles ocultar a tus padres el tiempo que pasas jugando	0,156	0,783	0,248	0,12	
Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas jugar	0,189	0,543	0,493		0,222
Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para jugar	0,185	0,154	0,851	0,125	0,142
Cada vez pasas más tiempo jugando que con tus amigos	0,415	0,16	0,596	0,393	-0,107
Cuando pierdes en el juego, tienes continuamente en mente el volverte a conectar para ganar	0,146		0,205	0,714	0,366
Desatienes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo jugando	0,272	0,352		0,707	
Has intentado alguna vez pasar menos tiempo jugando y no lo has logrado	0,254	0,138		0,183	0,835
Tiendes a decir que solo serán unos minutos cuando en realidad juegas durante unas cuantas horas	0,514	0,214		0,134	0,631

45,0% 9,0% 6,8% 5,8% 5,4%

KMO: 0,92
Alpha = ,9045

Explican el 72% DEL FENÓMENO
Peso de cada factor en la explicación de la varianza.

Base real: 556
Base elevada: 465.845

Porcentaje de jóvenes con uso problemático de las tecnologías del juego

Fundamentalmente, la problemática proviene de la necesidad y de la evasión que procuran los juegos tecnológicos, que se convierten en parte de la vida de los jóvenes. La pérdida de control, es a su vez reconocida por un 1,6% de los jóvenes y un menor porcentaje confirma problemas de abstinencia.

El abandono de actividades y la ocultación, por el contrario, son problemáticas menos frecuentes entre los jóvenes.

Teniendo en cuenta aquellos que están expuestos al problema, los porcentajes de problemática se elevan: un 3,7% muestra problemas de necesidad y evasión, un 2,7% una pérdida de control, un 1,8% abstinencia y un 0,9% abandono de actividades y ocultación.

PREVALENCIA DE CONDUCTAS DE RIESGO EN CADA UNA DE LAS DIMENSIONES-FACTORES

	Evasión	Pérdida de control	Abstinencia	Abandono de actividades	Ocultación
Baja	47,9%	51,0%	51,9%	54,3%	55,0%
Media	10,7%	8,2%	7,9%	6,1%	5,3%
Alta	2,3%	1,6%	1,1%	0,5%	0,5%
No expuesto	39,1%	39,1%	39,1%	39,1%	39,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Base real: 556

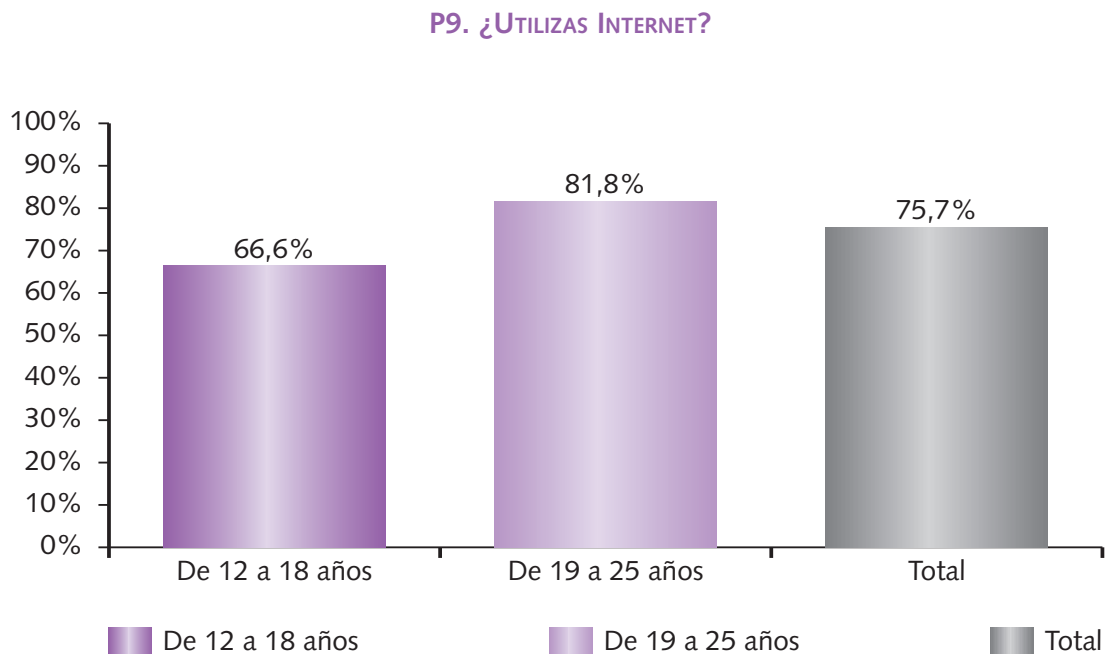
Base elevada: 465.845

Sobre el total de jóvenes madrileños, un 3,7% presenta algún problema en el uso de las tecnologías del juego. De ellos, un 1,4% reconoce dos problemas, mientras que un 0,2% confirman tres y 4 problemas asociados al uso.

INTERNET

El porcentaje de jóvenes entre 12 y 18 años que utiliza Internet es un 25% inferior al referido a los encuestados con edades comprendidas entre los 19 y los 25 años.

De manera general, algo más de un 75% de los jóvenes entrevistados utilizan Internet.



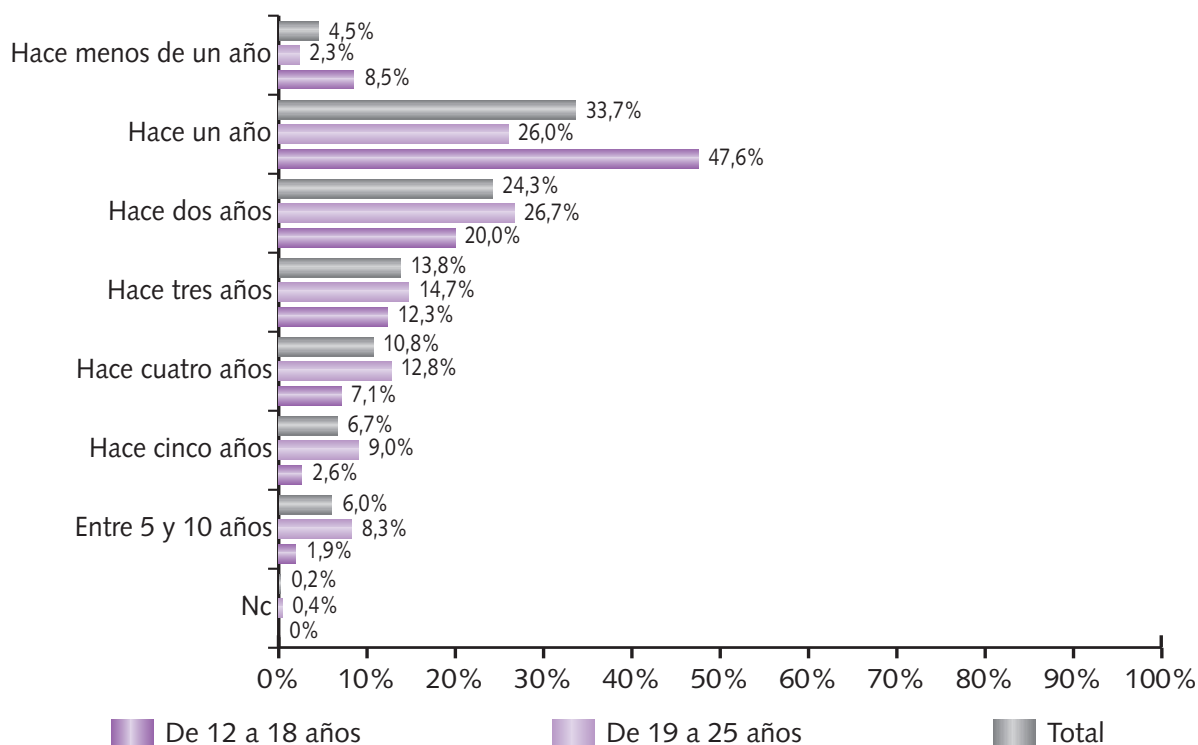
Base real: 556

Base elevada: 465.845

Casi la mitad de los encuestados con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años, comenzaron a utilizar Internet hace un año.

Por otra parte, el 71,5% de los jóvenes entre 19 y 25 años empezó a utilizar Internet hace dos años o más.

P10. ¿CUÁNDO EMPEZASTE A UTILIZAR INTERNET?

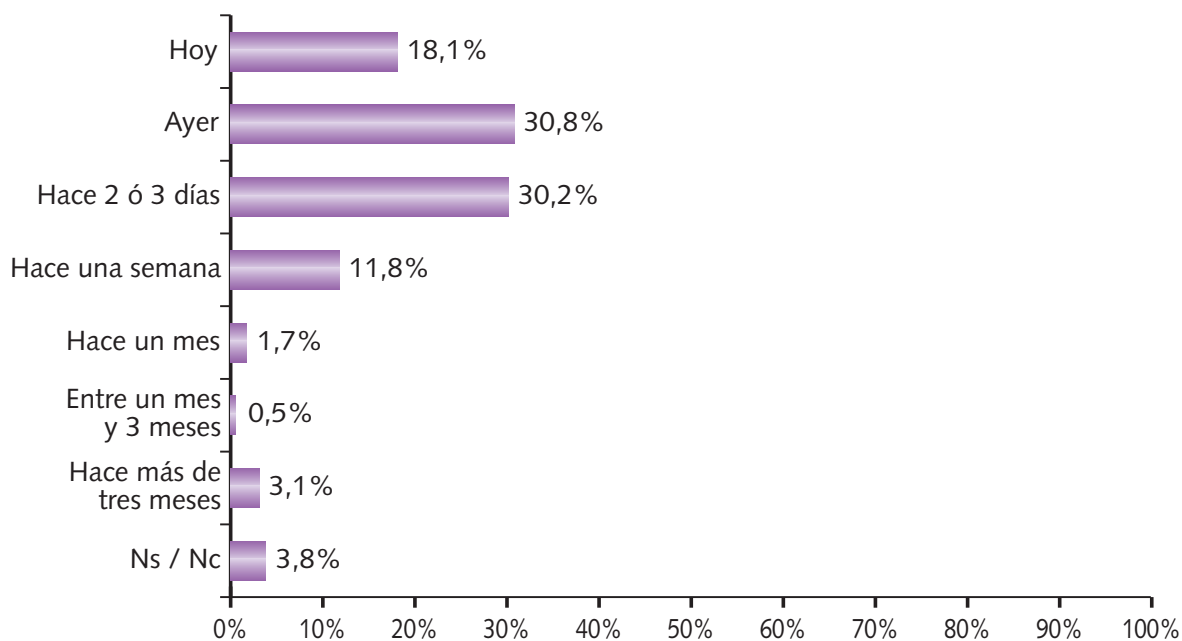


Base real: 420

Base elevada: 352.487

Siete de cada diez jóvenes encuestados navegaron por Internet durante los tres últimos días por motivos diferentes al trabajo o los estudios.

P11. ¿CUÁNDO FUE LA ÚLTIMA VEZ QUE NAVEGASTE POR INTERNET POR MOTIVOS DIFERENTES AL TRABAJO O LOS ESTUDIOS?



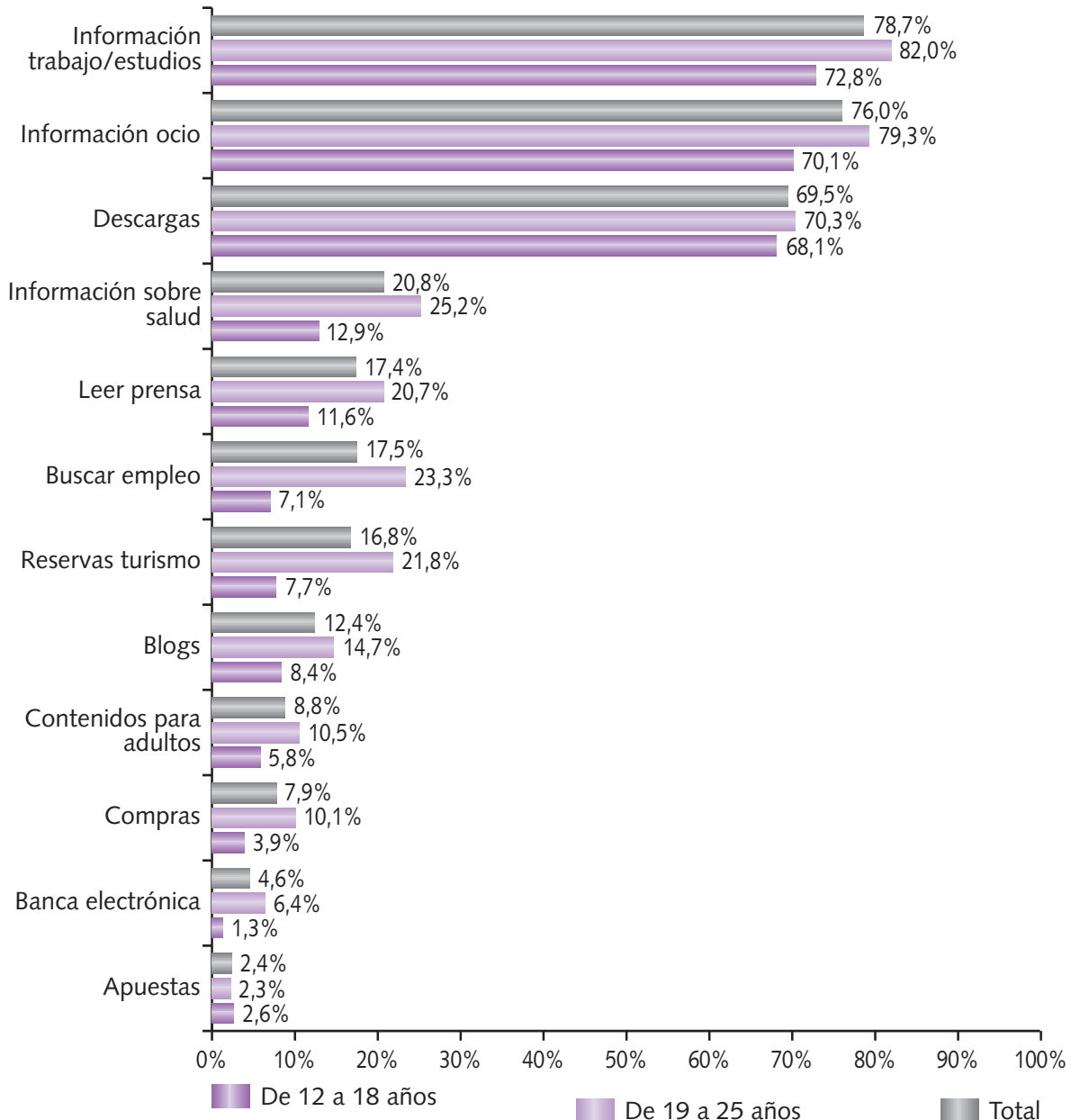
Base real: 420

Base elevada: 352.487

Los servicios de Internet más utilizados por los jóvenes encuestados son la búsqueda de información para los estudios o el trabajo y la búsqueda de información de ocio, siendo estos servicios utilizados por más de siete de cada diez entrevistados. Las descargas de música, videos o juegos le siguen muy de cerca con una utilización por parte de un 69,5% de los jóvenes.

En todos los servicios de Internet citados, se observa un nivel de uso superior entre los jóvenes con edades comprendidas entre 19 y 25 años.

P12. EN LOS ÚLTIMOS TRES MESES, ¿HAS UTILIZADO LOS SIGUIENTES SERVICIOS DE INTERNET?



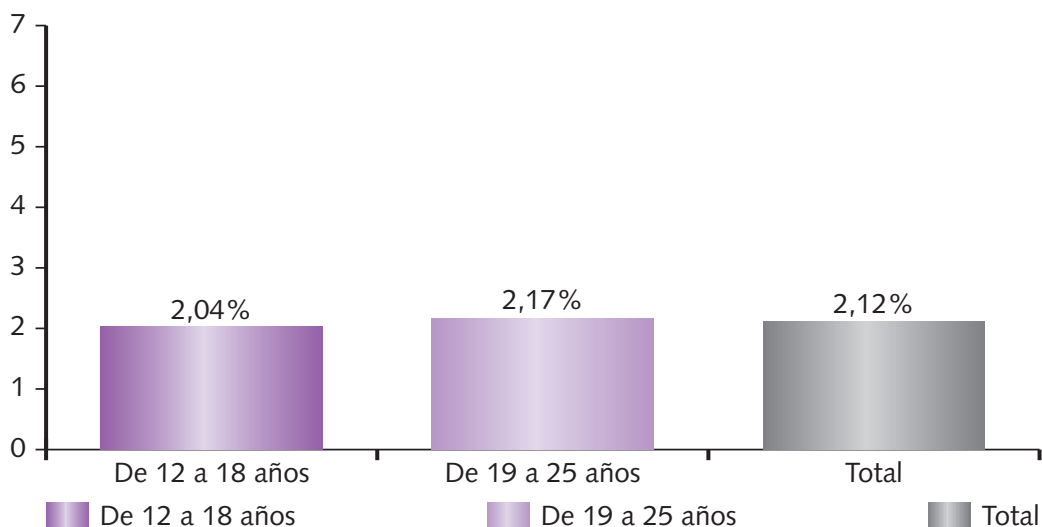
Base real: 420

Base elevada: 352.487

Los jóvenes encuestados navegaron por Internet por motivos diferentes al trabajo o los estudios, una media de 2,12 días durante la última semana.

No se observan diferencias destacables entre los dos grupos de edades considerados.

P13. DURANTE LA ÚLTIMA SEMANA ¿CUÁNTOS DÍAS HAS NAVEGADO POR INTERNET POR MOTIVOS DIFERENTES AL TRABAJO O LOS ESTUDIOS?



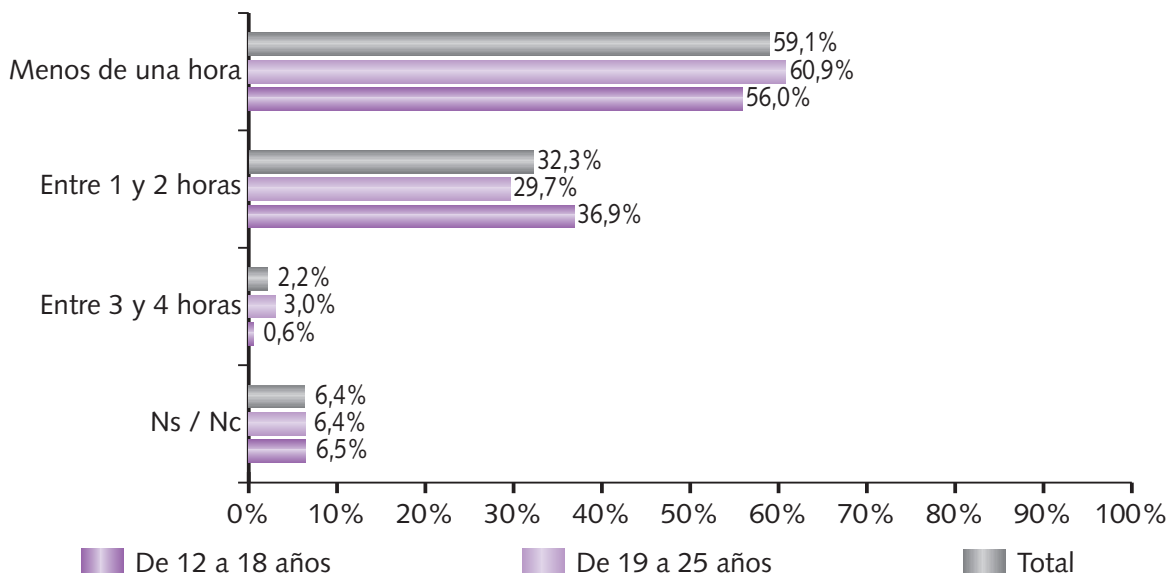
Base real: 556

Base elevada: 465.845

En general, la mayoría de los jóvenes encuestados dedica menos de una hora al día a navegar por Internet por motivos diferentes al trabajo o los estudios.

Tan sólo un 2,2% dedica entre tres y cuatro horas, porcentaje formado prácticamente en su totalidad por jóvenes entre 19 y 25 años.

P14. ¿CUÁNTO TIEMPO PASAS NAVEGANDO POR INTERNET AL DÍA POR MOTIVOS DIFERENTES AL TRABAJO O LOS ESTUDIOS?

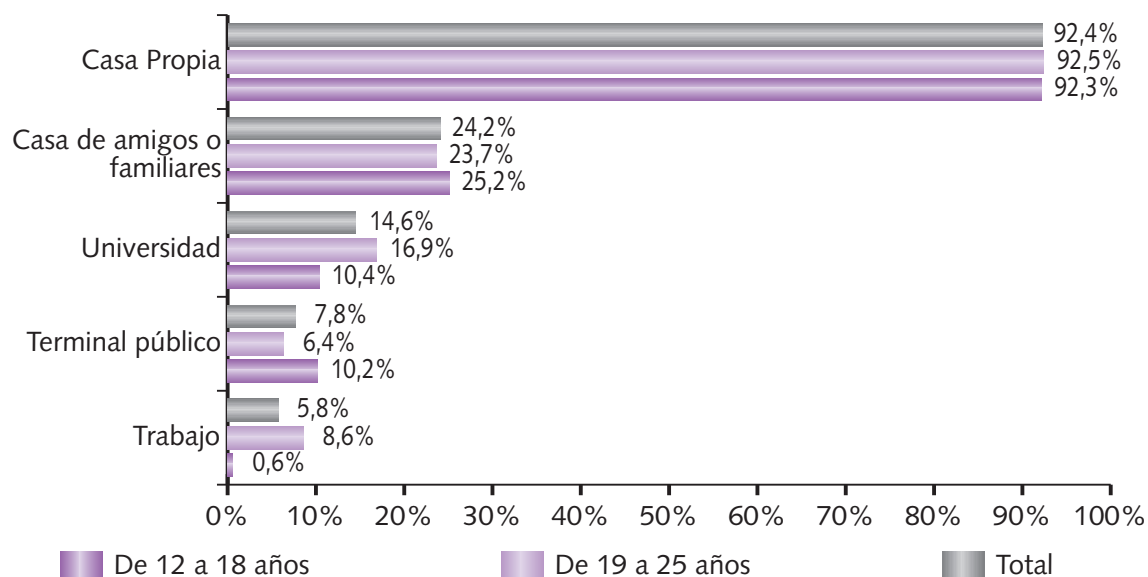


Base real: 420

Base elevada: 352.487

Más de nueve de cada diez jóvenes encuestados, suelen conectarse a Internet para navegar, jugar y/o comunicarse desde su propia casa.

P15. ¿DESDE QUÉ LUGARES SUELES CONECTARTE A INTERNET PARA NAVEGAR, JUGAR Y/O COMUNICARTE?



Base real: 420
 Base elevada: 352.487

Uso inadecuado de Internet

De las hipotéticas acciones o situaciones propuestas, la que se observa en mayor porcentaje entre los jóvenes encuestados, son las visitas a páginas con contenidos sexuales, por curiosidad, situación presentada en casi un 12% de los encuestados.

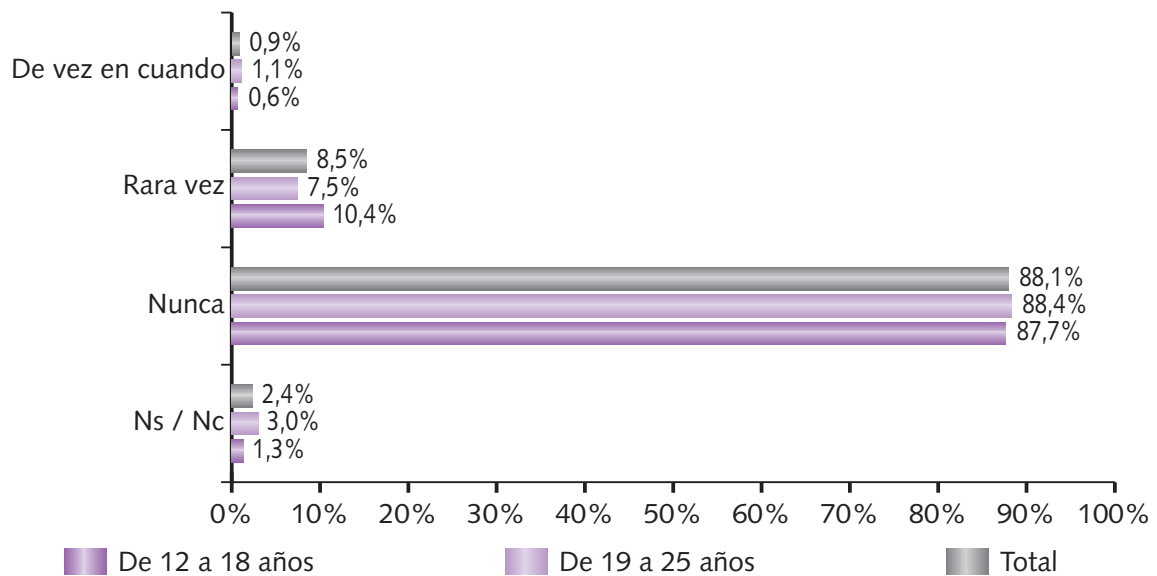
P16. ¿ALGUNA VEZ...

	De 12 a 18 años	De 19 a 25 años	Total
Te has metido en alguna página con contenido sexual, por curiosidad	12,8%	11,3%	11,8%
Has enviado por mail fotos de otra persona para reírte con tus amigos	7,8%	10,1%	9,3%
Has falseado tu identidad en chats, foros, etc.	9,1%	7,5%	8,1%
Has enviado correos basura a otros correos	7,9%	7,9%	7,9%
Has colgado en Internet fotos de otra persona en plan burla	2,6%	6,0%	4,8%
Te has metido en alguna página de violencia, por curiosidad	6,4%	3,4%	4,4%
Has quedado con alguien al que has conocido por Internet	3,8%	4,5%	4,3%
Te has metido en alguna página con contenidos racistas, por curiosidad	2,5%	0,4%	1,1%
Has enviado correos con virus informático deliberadamente	1,9%		0,7%

Base real: 420
 Base elevada: 352.487

Casi nueve de cada diez jóvenes encuestados, afirma no haber vivido nunca ninguna situación de burla o amenaza a través de la Red.

P17. ¿ALGUNA VEZ SE HAN BURLADO DE TI, TE HAN AMENAZADO O SE HAN METIDO CONTIGO A TRAVÉS DE INTERNET?



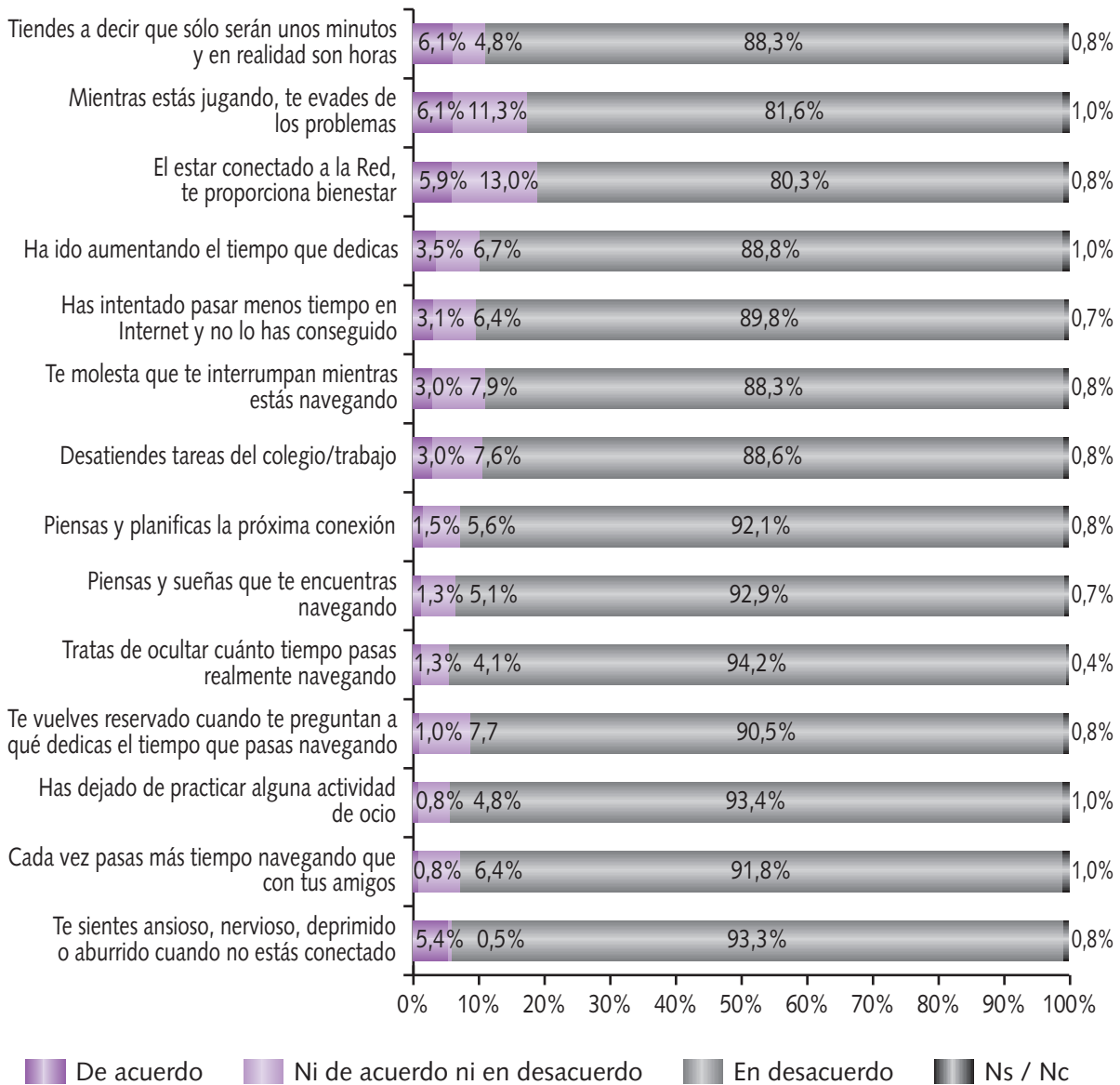
Base real: 420

Base elevada: 352.487

Uso problemático de Internet

La pérdida de control y la recompensa son las principales cuestiones que pueden afectar negativamente en la utilización de Internet como herramienta de navegación.

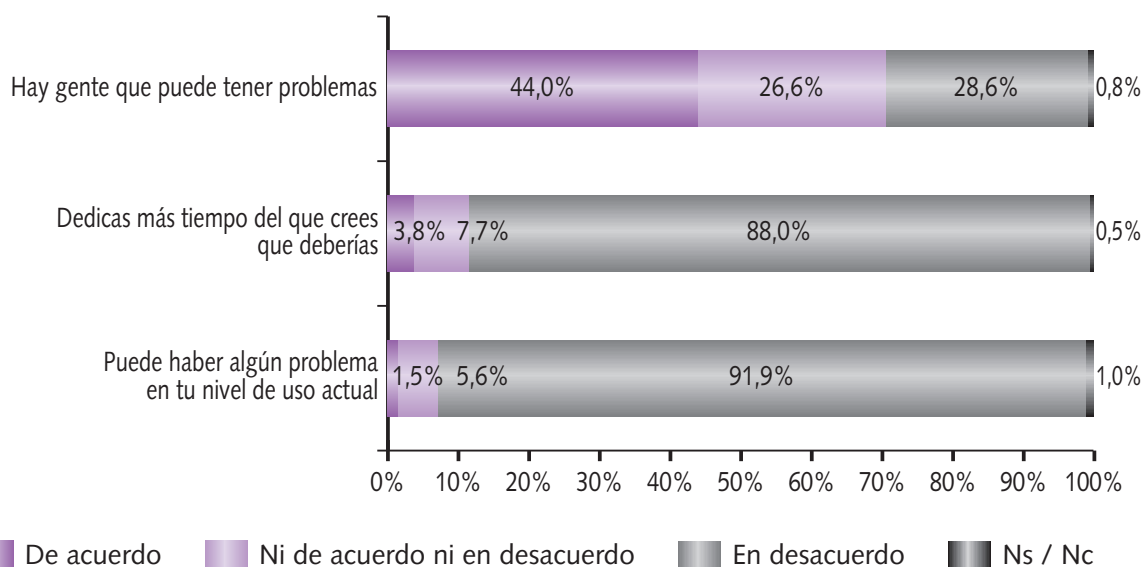
P23. ¿CUÁL ES TU GRADO DE ACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES REFERIDAS A LA NAVEGACIÓN POR INTERNET?



Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

De nuevo se observa que aunque la existencia de un uso problemático no lo perciben en primera persona, un 44% de los encuestados reconoce que existe gente que podría tener problemas.

P23. PERCEPCIONES REFERIDAS A LA NAVEGACIÓN



Base real: 391

Base elevada: 328.198

De nuevo, se ha resumido la información sobre uso de Internet (en navegación) a diferentes factores, manteniendo la información que aporta al estudio.

La idoneidad del análisis se verifica a través del valor que ofrece el indicador denominado KMO (Kaiser Meyer Olkin) y la prueba de Esfericidad de Barlett. Estos indicadores evalúan la adecuación del análisis a los datos disponibles. De esta forma el valor de KMO resultante corrobora la adecuación del uso del modelo, ya que este valor es de 0,841 (valores por encima de 0,6 se considera que presentan los datos una buena adecuación al modelo. Rango de valores del KMO, entre 0 y 1). De igual forma se analiza el nivel de significación que presenta el Test de Esfericidad de Barlett. (0,000, que indica que las variables están correlacionadas en la población. Para que esto sea así, se pueden dar como válidos aquellos resultados que nos presenten un valor elevado del test y cuya fiabilidad sea menor a 0,05). El test resulta positivo, por lo que se puede continuar con el análisis.

Tras la realización del análisis factorial, el cual resume en 5 factores el 73% de la variabilidad que presentan los datos, explica de forma clara el comportamiento de los jóvenes teniendo en cuenta 5 ejes:

- **Pérdida de control.** Se intenta reducir el tiempo de navegación, pero de forma infructuosa.
- **Evasión.** La navegación proporciona recompensas como la evasión o un estado de bienestar.
- **Ocultación.** Se oculta el tiempo que se pasa navegando por Internet.
- **Preocupación.** La navegación por Internet se convierte en una preocupación principal, por encima de las obligaciones.
- **Abandono de actividades.** La navegación por Internet se convierte en sustituto de actividades tradicionales.

MATRIZ DE COMPONENTES ROTADA (PROCEDIMIENTO VARIMAX)

	PÉRDIDA DE CONTROL	EVASIÓN	OCULTACIÓN	PREOCUPACIÓN	ABANDONO DE ACTIVIDADES
Has intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo has logrado	0,799	0,129	0,137	0,161	
Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad navegas durante unas cuantas horas	0,701	0,399	0,137	0,224	
La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas en la red	0,665		0,17		0,416
Mientras estás navegando, te evades de los problemas que puedas tener	0,24	0,827			0,146
El estar conectado a la Red te proporciona bienestar		0,811	0,25	0,147	0,141
Te vuelves precavido o reservado cuando alguien te pregunta en qué dedicas el tiempo que pasas navegando	0,19	0,102	0,822		0,236
Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente navegando	0,156	0,168	0,797	0,287	
Es normal que te encuentres pensando y/o soñando que estás navegando por Internet			0,176	0,813	0,224
Desatienes las tareas del colegio/ universidad/trabajo por pasar más tiempo navegando por la Red	0,283	0,333	0,157	0,705	
Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para conectarte a Internet		0,226	0,272		0,755
Cada vez pasas más tiempo navegando por Internet que con tus amigos	0,187			0,347	0,737
	37,2%	10,5%	9,0%	8,5%	7,7%

KMO: 0,841
Alpha = ,8275

Explican el 73% DEL FENÓMENO
Peso de cada factor en la explicación de la varianza.

Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

Porcentaje de jóvenes con uso problemático de Internet

La evasión destaca como uno de los indicios que más se repite entre los jóvenes en su navegación por Internet, seguida de la pérdida de control y la preocupación.

Sin embargo, el abandono de actividades y la ocultación no son signos tan evidentes en el uso de esta herramienta.

Excluyendo a aquellos que no están expuestos a Internet, se ve cómo los porcentajes llegan a un 4,4% en el caso de la evasión, un 2,3% en pérdida de control, preocupación en el uso reconocido por un 1,5% y un porcentaje de 0,5% que reconocen abandono de otras actividades y ocultación del uso.

PREVALENCIA DE CONDUCTAS DE RIESGO EN CADA UNA DE LAS DIMENSIONES-FACTORES

	Evación	Pérdida de control	Preocupación	Abandono de actividades	Ocultación
Baja	55,1%	59,7%	62,0%	63,9%	64,2%
Media	12,0%	8,8%	7,0%	5,8%	5,6%
Alta	3,0%	1,6%	1,1%	0,4%	0,4%
No expuesto	29,9%	29,9%	29,9%	29,9%	29,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

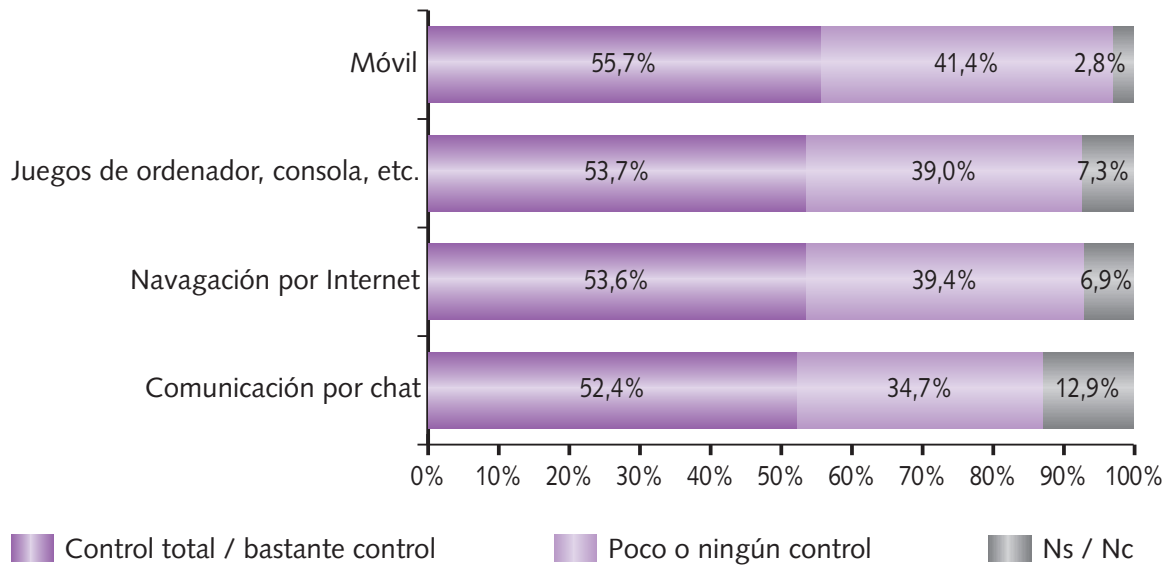
Base: personas que han mostrado su grado de acuerdo o desacuerdo con las distintas afirmaciones.

De la totalidad de jóvenes madrileños, un 4,5% presenta algún indicio de uso problemático en la navegación por Internet. De ellos, un 1% reconoce problemas en dos de los 5 factores y un 0,5%, en tres de los cinco factores que resumen la problemática.

Necesidad de control del uso de las nuevas tecnologías

Más de la mitad de los jóvenes encuestados consideran que debería establecerse un control total o bastante control al uso que se hace de las cuatro tecnologías consideradas. El móvil es la tecnología en la que coinciden más jóvenes para el establecimiento de dicho control, indicado por un 55,7% de los jóvenes.

P25. ¿HASTA QUÉ PUNTO CREES QUE DEBERÍA CONTROLARSE EL USO QUE SE HACE DE LAS SIGUIENTES TECNOLOGÍAS?



Base real: 556

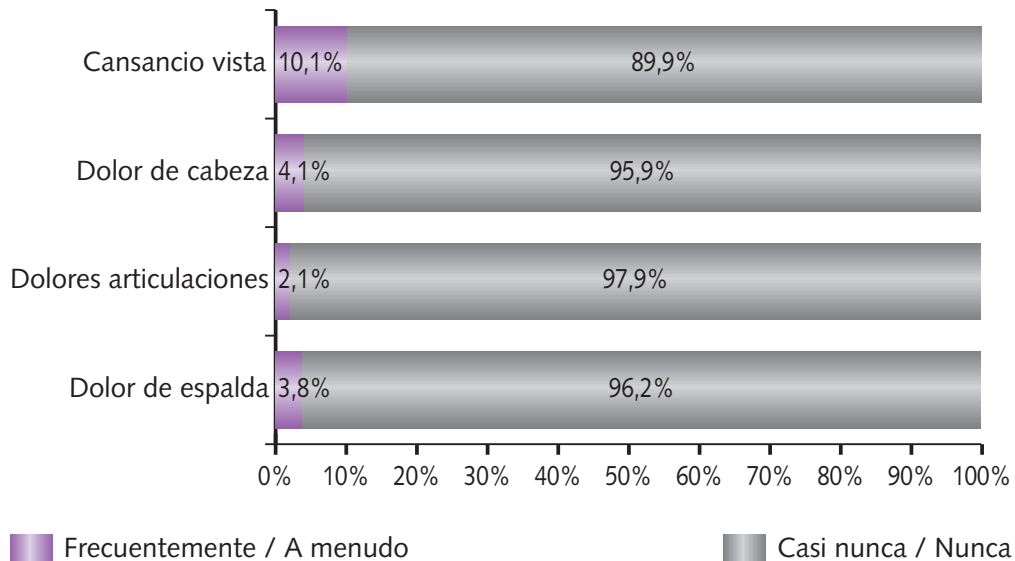
Base elevada: 465.845

El control que se percibe necesario dista mucho del control esperado en reconocidas sustancias adictivas como el tabaco, alcohol o drogas (82,8%), por lo que no se percibe un riesgo evidente.

SÍNTOMAS FÍSICOS PADECIDOS DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

El síntoma físico padecido en mayor frecuencia por los jóvenes encuestados es el cansancio de la vista, notado de manera frecuente o a menudo por más de un 10% de los entrevistados.

P24. ¿NOTAS ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS FÍSICOS POR EL HECHO DE HACER USO DE ESTAS TECNOLOGÍAS?



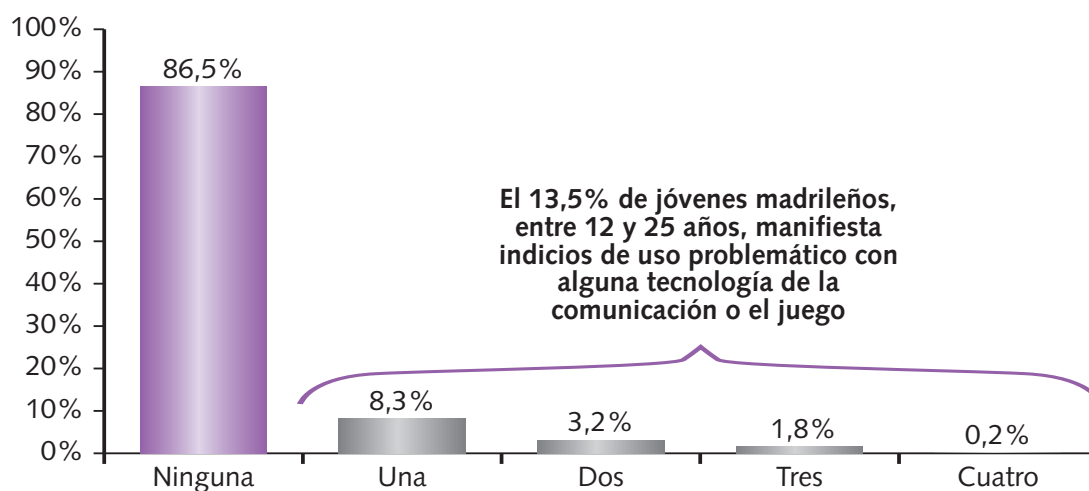
Base real: 556

Base elevada: 465.845

PREVALENCIA DEL USO PROBLEMÁTICO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS ENTRE LOS JÓVENES MADRILEÑOS

Teniendo en cuenta todas las herramientas tecnológicas que se han analizado y, contabilizando a aquellos jóvenes que presentan algún problema en sus uso, se puede concluir que un 13,5% de los jóvenes madrileños manifiesta indicios de usos problemático con alguna tecnología de la comunicación y el juego.

Como se verá a continuación, el presentar o no indicios de este uso problemático comporta diferencias, en especial en lo referente a aspectos individuales de personalidad y sentimientos.



Base real: 556

Base elevada: 465.845

PERFIL DE JÓVENES CON PROBLEMAS EN EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

De la muestra utilizada para llevar a cabo la encuestación, se obtiene que las personas que apuntan algún tipo de problema no presentan grandes diferencias en sexo, pero sí en edad, siendo los más problemáticos los jóvenes de entre 19 y 25 años.

Sin embargo, las diferencias no son estadísticamente significativas, por lo que se rechaza la hipótesis (ya negada por los expertos) de que el sexo o la edad sean determinantes en la aparición o no de problemáticas.

DIFERENCIAS POR SEXO Y EDAD

		Sin problemas	Con problemas	Total
Sexo	Hombre	50,3%	51,3%	50,4%
	Mujer	49,7%	48,7%	49,6%
Edad	De 12 a 18 años	40,8%	38,9%	40,6%
	De 19 a 25 años	59,2%	61,1%	59,4%
Total		100,0%	100,0%	100,0%
Base		481	75	556

(*) *Diferencias NO significativas estadísticamente*

Los jóvenes que aportan indicios de problemáticas con las TIC, no apuntan problemas en sociabilidad, de manera que plantean menos problemas que aquellos que no están expuestos al problema.

Por tanto, nos encontramos con un grupo cuya capacidad de sociabilizarse no sería una de las causas de un uso más problemático.

DIFERENCIAS EN SOCIABILIDAD

		Sin problemas	Con problemas	Total
A veces, me siento sólo	En desacuerdo	53,4%	51,9%	53,2%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	12,7%	18,7%	13,5%
	De acuerdo	33,9%	29,4%	33,3%
Me gustaría conocer a más gente nueva (*)	En desacuerdo	1,1%	6,7%	1,8%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	20,6%	18,7%	20,4%
	De acuerdo	78,3%	74,6%	77,8%
Tengo facilidad para hacer nuevos amigos (*)	En desacuerdo	1,9%	5,3%	2,4%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	10,8%	16,1%	11,5%
	De acuerdo	87,3%	78,7%	86,1%
Base		481	75	556

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

Al hilo de lo anterior, el grupo que reconoce problemas, no hecha de menos tener mejores amigos. Si bien, en un mayor porcentaje se encuentran descontentos con su grupo de amigos.

DIFERENCIAS EN VIDA SOCIAL

		Sin problemas	Con problemas	Total
Estoy contento con mi grupo de amigos (*)	En desacuerdo	0,2%	5,3%	0,9%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1,7%	4,1%	2,0%
	De acuerdo	98,1%	90,6%	97,1%
Me gustaría tener mejores amigos (*)	En desacuerdo	12,2%	22,6%	13,6%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	21,7%	34,6%	23,5%
	De acuerdo	66,1%	42,8%	62,9%
Base		481	75	556

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

Si la capacidad para relacionarse y su círculo de amigos no presenta grandes problemas, las cuestiones familiares sacan a la luz diferencias más evidentes.

Así, quienes mantienen un uso más problemático con las TIC están más descontentos con la familia que tienen, la comunicación con sus padres y el tiempo que pasan con sus padres.

DIFERENCIAS EN RELACIONES FAMILIARES

		Sin problemas	Con problemas	Total
Estoy contento con la familia que tengo (*)	En desacuerdo	0,2%	4,0%	0,7%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0,8%	6,8%	1,6%
	De acuerdo	98,9%	89,3%	97,6%
Tengo una comunicación buena con mis padres	En desacuerdo	0,8%	5,3%	1,4%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	8,7% ^o	17,3%	9,9%
	De acuerdo	90,2%	77,3%	88,5%
	Ns/Nc	0,2%		0,2%
El tiempo que paso con mis padres me parece suficiente (*)	En desacuerdo	2,5%	9,3%	3,4%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	9,6%	14,7%	10,3%
	De acuerdo	87,9%	76,0%	86,3%
Base		481	75	556

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

El grupo de usuarios de las nuevas tecnologías que muestran algún problema, manifiestan también un mayor descontento con su vida actual, lo que podría ser un indicio de búsqueda de otras realidades y de evasión a través de las tecnologías de la comunicación, información y el juego.

DIFERENCIAS EN SATISFACCIÓN CON SU VIDA ACTUAL

		Sin problemas	Con problemas	Total
Cuando miro hacia atrás, no me arrepiento de nada (*)	En desacuerdo	7,3%	18,6%	8,8%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	18,9%	36,4%	21,3%
	De acuerdo	73,8%	45,0%	69,9%
Cuando miro a mi alrededor, pienso que no cambiaría nada (*)	En desacuerdo	6,5%	26,6%	9,2%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	21,2%	27,0%	22,0%
	De acuerdo	72,3%	46,5%	68,8%
Estoy satisfecho con lo que he conseguido hasta ahora en el colegio/trabajo...(*)	En desacuerdo	1,5%	14,5%	3,2%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6,3%	14,8%	7,5%
	De acuerdo	92,2%	70,7%	89,3%
Base		481	75	556

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

Así mismo, tienen una peor percepción de sí mismos, en especial en lo que respecta a su físico.

DIFERENCIAS EN AUTOPERCEPCIÓN

		Sin problemas	Con problemas	Total
Estoy satisfecho con mi salud	En desacuerdo	0,8%	4,0%	1,3%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6,1%	13,5%	7,1%
	De acuerdo	93,1%	82,5%	91,7%
Estoy contento con mi físico (*)	En desacuerdo	1,3%	7,8%	2,2%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	10,6%	25,7%	12,7%
	De acuerdo	88,1%	66,5%	85,2%
Creo que soy una persona valorada por los demás	En desacuerdo	0,2%	4,1%	0,7%
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	14,0%	18,7%	14,6%
	De acuerdo	85,2%	77,2%	84,1%
	Ns/Nc	0,6%		0,5%
Base		481	75	556

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

Otra de las cuestiones que diferencian a aquellos jóvenes que hacen un uso problemático de las tecnologías es el hecho de que sufren en mayor porcentaje los síntomas físicos derivados del uso.

PROBLEMAS FÍSICOS ASOCIADOS AL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

		Sin problemas	Con problemas
Dolor de espalda	Frecuentemente o a menudo	1,5%	19,0%
	Nunca o casi nunca	98,3%	79,7%
	Ns/Nc	0,2%	1,3%
Dolores en articulaciones	Frecuentemente o a menudo	1,4%	6,6%
	Nunca o casi nunca	98,1%	90,8%
	Ns/Nc	0,4%	2,5%
Dolor de cabeza	Frecuentemente o a menudo	3,3%	9,3%
	Nunca o casi nunca	96,3%	86,8%
	Ns/Nc	0,4%	3,9%
Cansancio en la vista	Frecuentemente o a menudo	6,3%	34,8%
	Nunca o casi nunca	93,5%	65,2%
	Ns/Nc	0,2%	
Base		481	75

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

Una característica de los usuarios con problemas es el mayor consumo de sustancias.

CONSUMO DE SUSTANCIAS

	Sin problemas	Con problemas	Total
No consume sustancias	86,1%	42,4%	80,3%
Consume sustancias	13,9%	57,6%	19,7%
Total	100,0%	100,0%	100,0%
Base	481	75	556

(*) *Diferencias estadísticamente significativas*

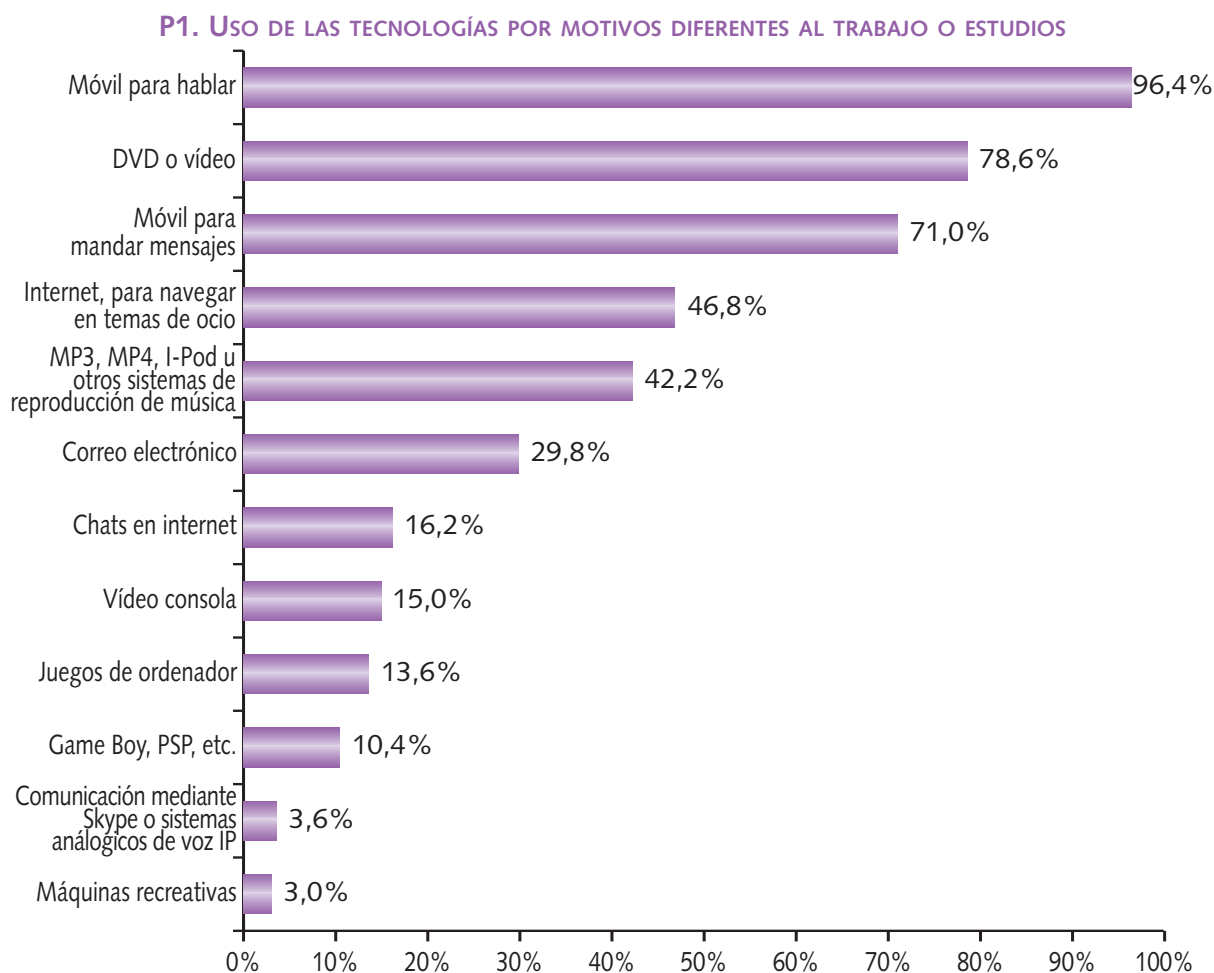
ENCUESTA A PADRES

Los resultados obtenidos de la encuesta realizada a padres o tutores se estructura en los siguientes apartados:

- **Uso de TIC por parte de padres, madres y tutores.**
- **Conocimiento del uso de las TIC en sus hijos.**
- **Tipo de uso que hacen sus hijos de las TIC y tecnologías del juego.**
- **Control de los padres en el uso de las TIC y tecnologías del juego por parte de sus hijos.**
- **Percepción del fenómeno.**
- **Uso problemático de las TIC y tecnologías del juego en sus hijos.**
- **Perfil académico de los hijos.**
- **Notoriedad de los mecanismos institucionales.**

USO DE TIC POR PARTE DE PADRES, MADRES, TUTORES

El móvil, tanto para hablar como para mandar mensajes, junto al DVD o vídeo son las tecnologías más utilizadas por parte de los padres encuestados. Por el contrario, todas aquellas tecnologías referentes a juegos son las menos utilizadas.



Base: 556

P2. ¿CÓMO DEFINIRÍA EL CONOCIMIENTO QUE TIENE USTED SOBRE...?

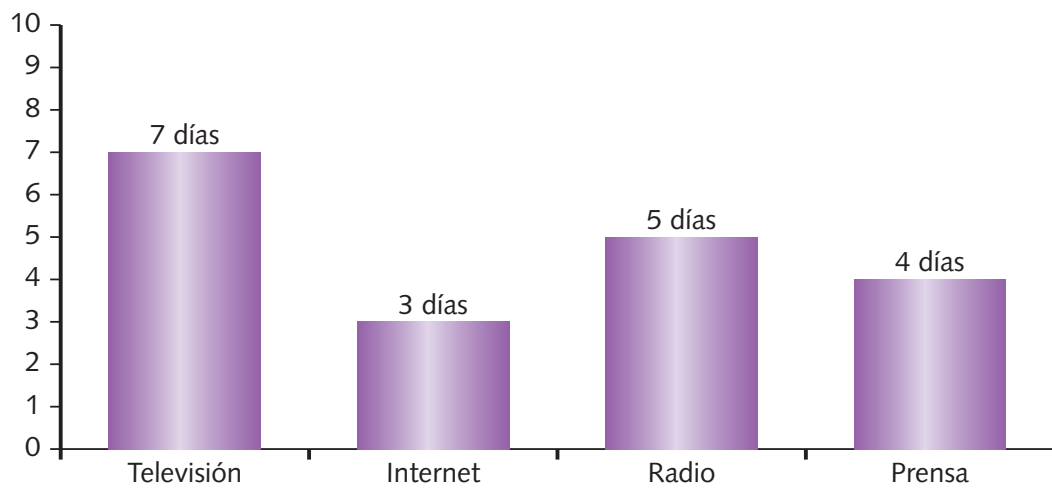
	Ninguno	Básico	Avanzado	Experto	Ns/Nc	Total
Internet	47,1%	36,9%	15,5%	0,4%	0,2%	100,0%
Correo Electrónico	63,8%	26,0%	9,7%	0,2%	0,4%	100,0%
Chat	75,5%	17,7%	4,7%		2,2%	100,0%
Juegos de ordenador, de consola	70,8%	20,2%	5,1%	0,2%	3,8%	100,0%
Uso de móviles	3,2%	62,9%	31,1%	2,0%	0,8%	100,0%

Base: 556

De media, la TV se ve todos los días por parte de los padres, seguida de la radio.

Internet viene a ser el medio menos utilizado por los encuestados, dándose un uso medio en tres días a la semana.

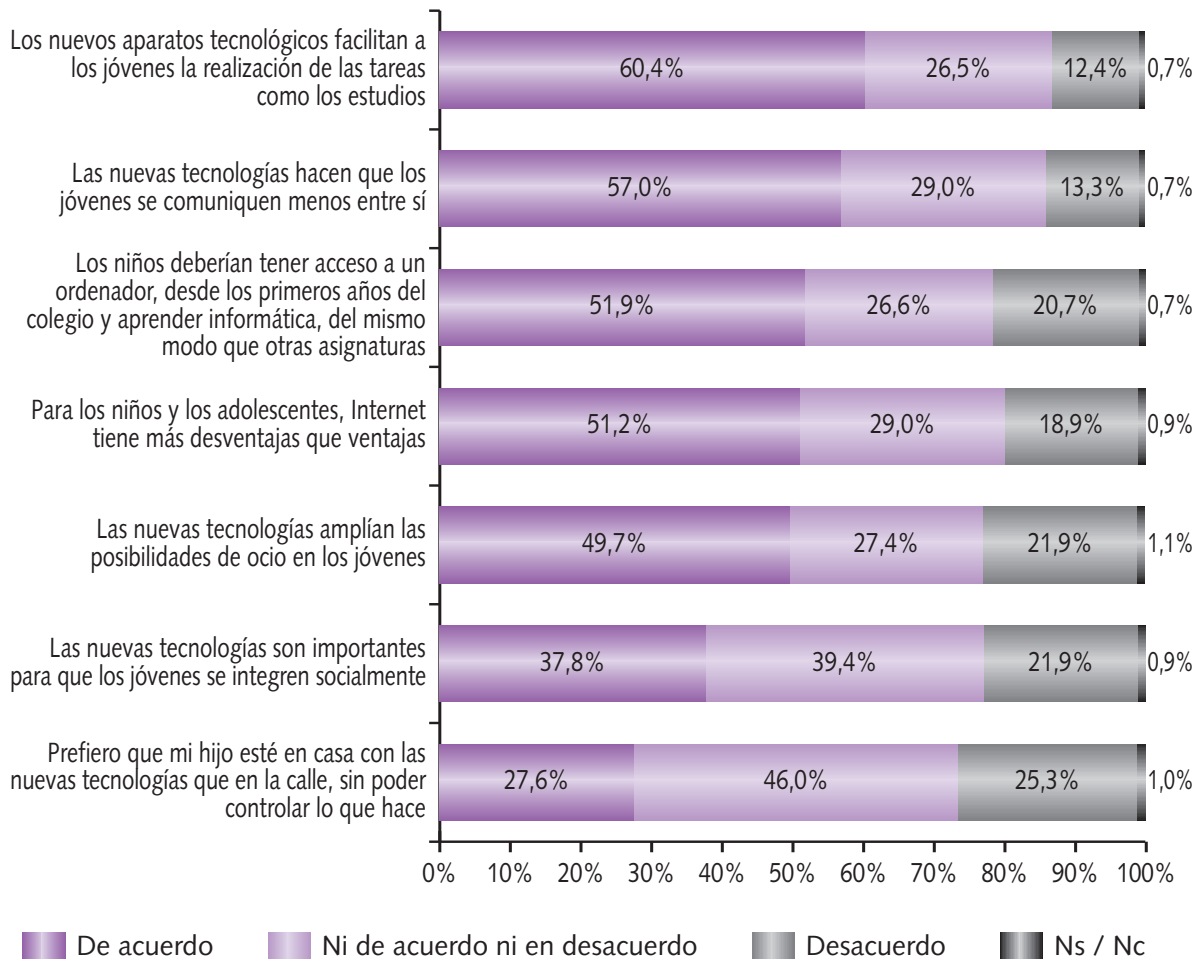
P3. DURANTE LA ÚLTIMA SEMANA ¿CUÁNTOS DÍAS...?



Base: 556

Los padres tienen, en general, una percepción positiva de las nuevas tecnológicas, centrándose la actividad negativa fundamentalmente en la incomunicación que potencian entre los jóvenes.

P4. ¿CUÁL ES SU GRADO DE ACUERDO O DESACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES?

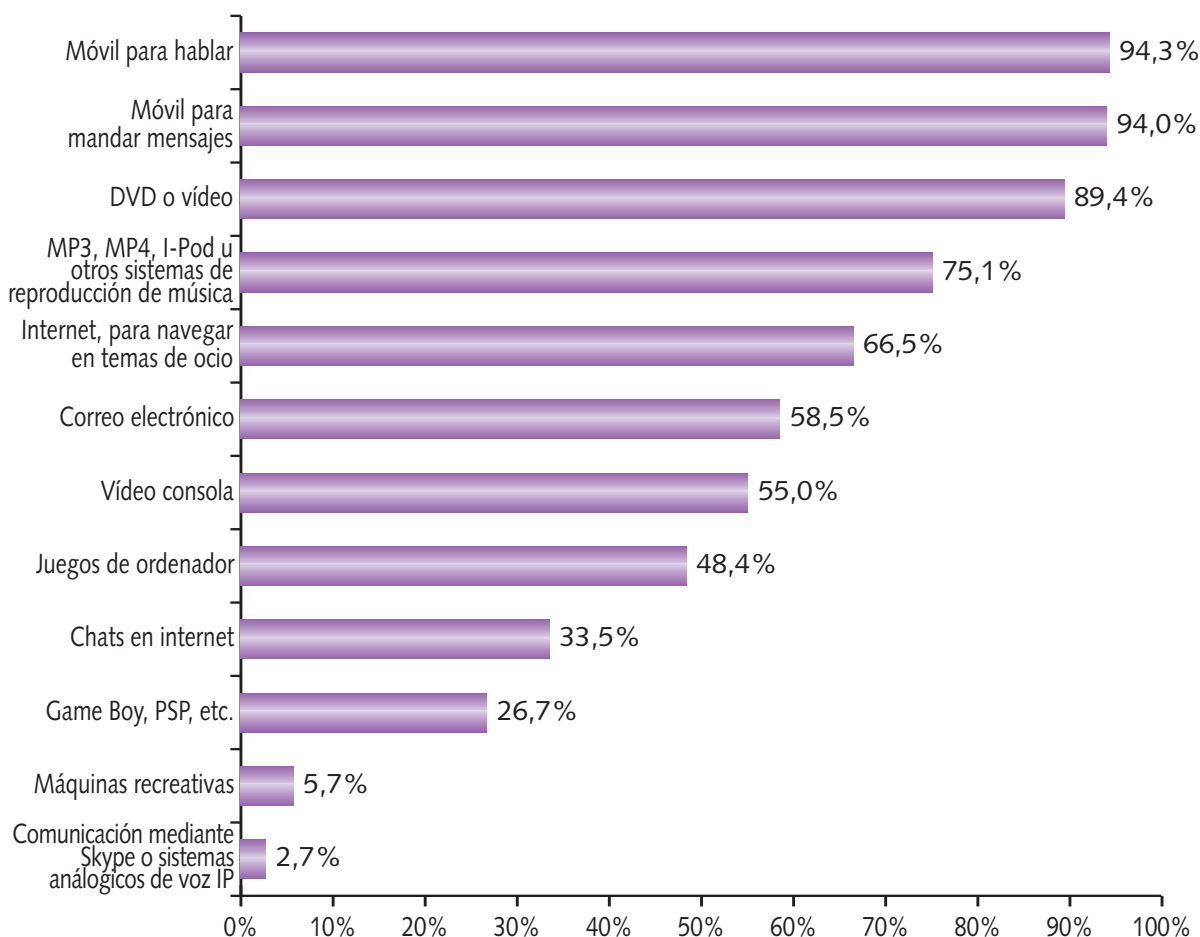


Base: 556

USO DE TIC Y TECNOLOGÍAS DEL JUEGO EN SUS HIJOS

Prácticamente, la totalidad de los encuestados asegura que sus hijos hacen uso del móvil, tanto para hablar como para mandar mensajes. El resto de tecnologías también son usadas por un gran número de hijos de los entrevistados, a excepción de las máquinas recreativas y la comunicación mediante Skype.

P5. ¿HACE USO SU HIJO DE LAS SIGUIENTES TECNOLOGÍAS POR MOTIVOS DIFERENTES AL TRABAJO O LOS ESTUDIOS?

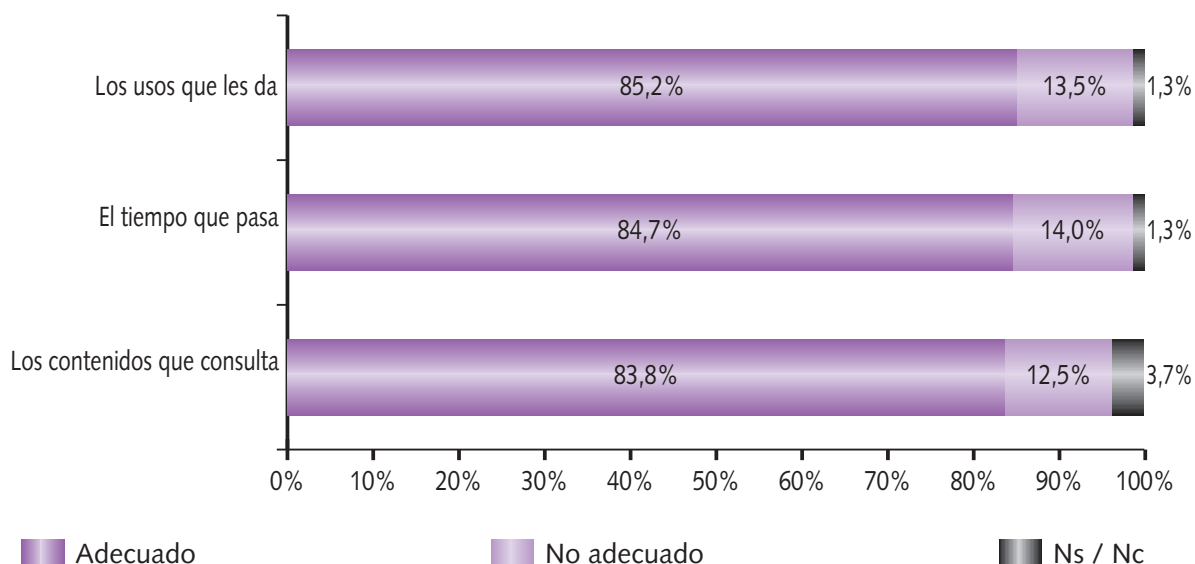


Base: 556

TIPO DE USO QUE HACEN SUS HIJOS DE LAS TIC Y TECNOLOGÍAS DEL JUEGO

Queda patente la confianza que los padres depositan en la utilización que sus hijos hacen de las nuevas tecnologías, tanto en los usos que les dan, los tiempos empleados y los contenidos consultados.

P6. CONSIDERA QUE SU HIJO HACE UN USO ADECUADO DE LAS ANTERIORES TECNOLOGÍAS EN CUANTO A...



Base: 548

Aquellos padres con hijos que presentan indicios de uso problemático en alguna de las nuevas tecnologías se muestran más negativos en la valoración del uso hecho por sus hijos.

	Sin problema	Con problema
Los usos que les da	12,8%	23,8%
Los contenidos que consulta	13,2%	19,4%
El tiempo que pasa	14,7%	29,0%

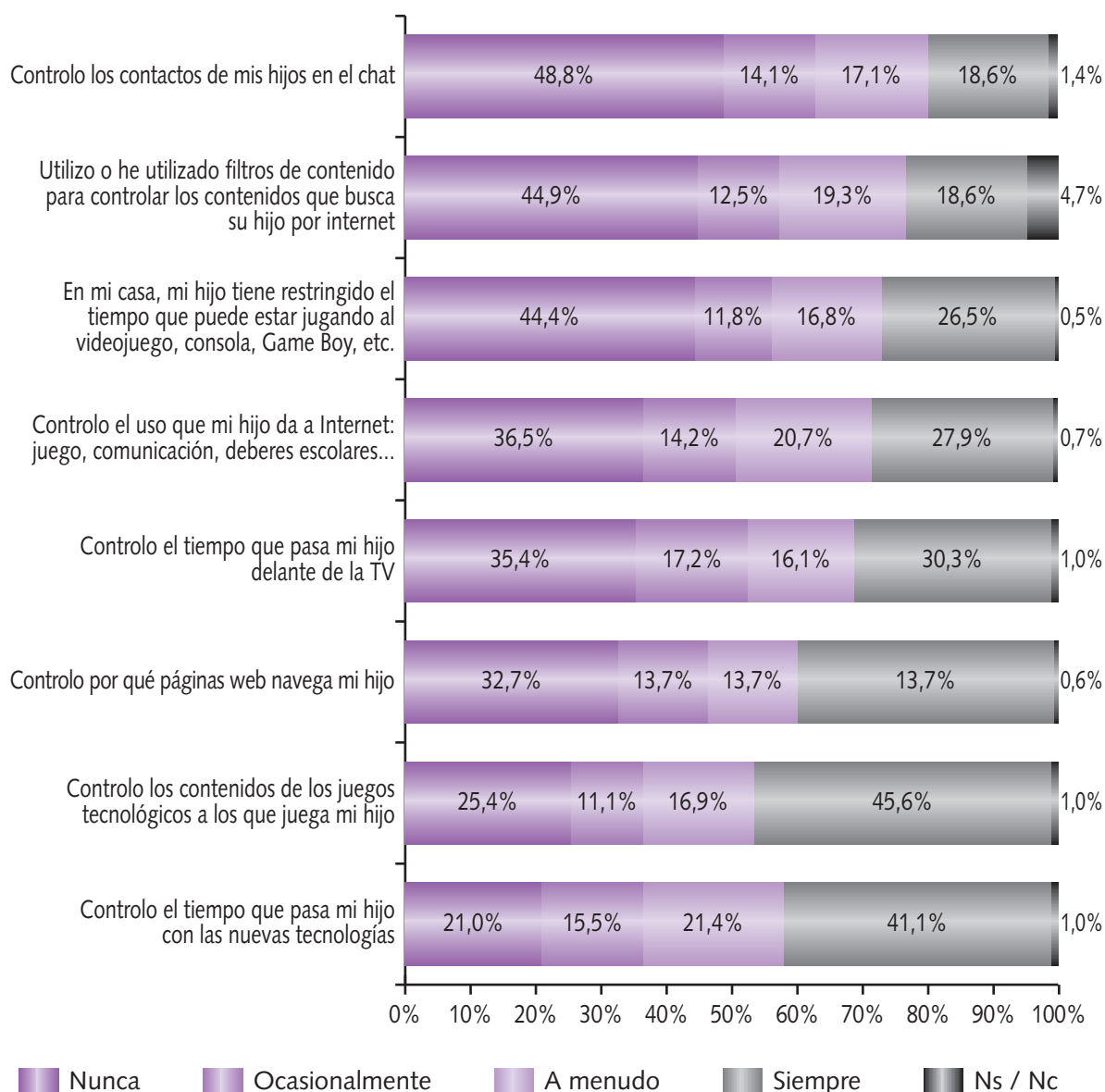
Base: 548

CONTROL DE LOS PADRES EN EL USO DE LAS TIC Y TECNOLOGÍAS DEL JUEGO POR PARTE DE SUS HIJOS

No hay un control mayoritario acerca del uso que los hijos dan a las nuevas tecnologías. Son los tiempos y los contenidos de los juegos tecnológicos los elementos en los que los padres inciden en mayor medida.

Sin embargo, es minoría el porcentaje de padres que han utilizado alguna herramienta como filtros de contenido para controlar la navegación de sus hijos por Internet.

P7. EXPRESE EN QUÉ MEDIDA SE DAN LAS SIGUIENTES SITUACIONES REFERIDAS AL CONTROL QUE LLEVA DEL USO DE LAS TECNOLOGÍAS POR PARTE DE SUS HIJOS



Base: 432

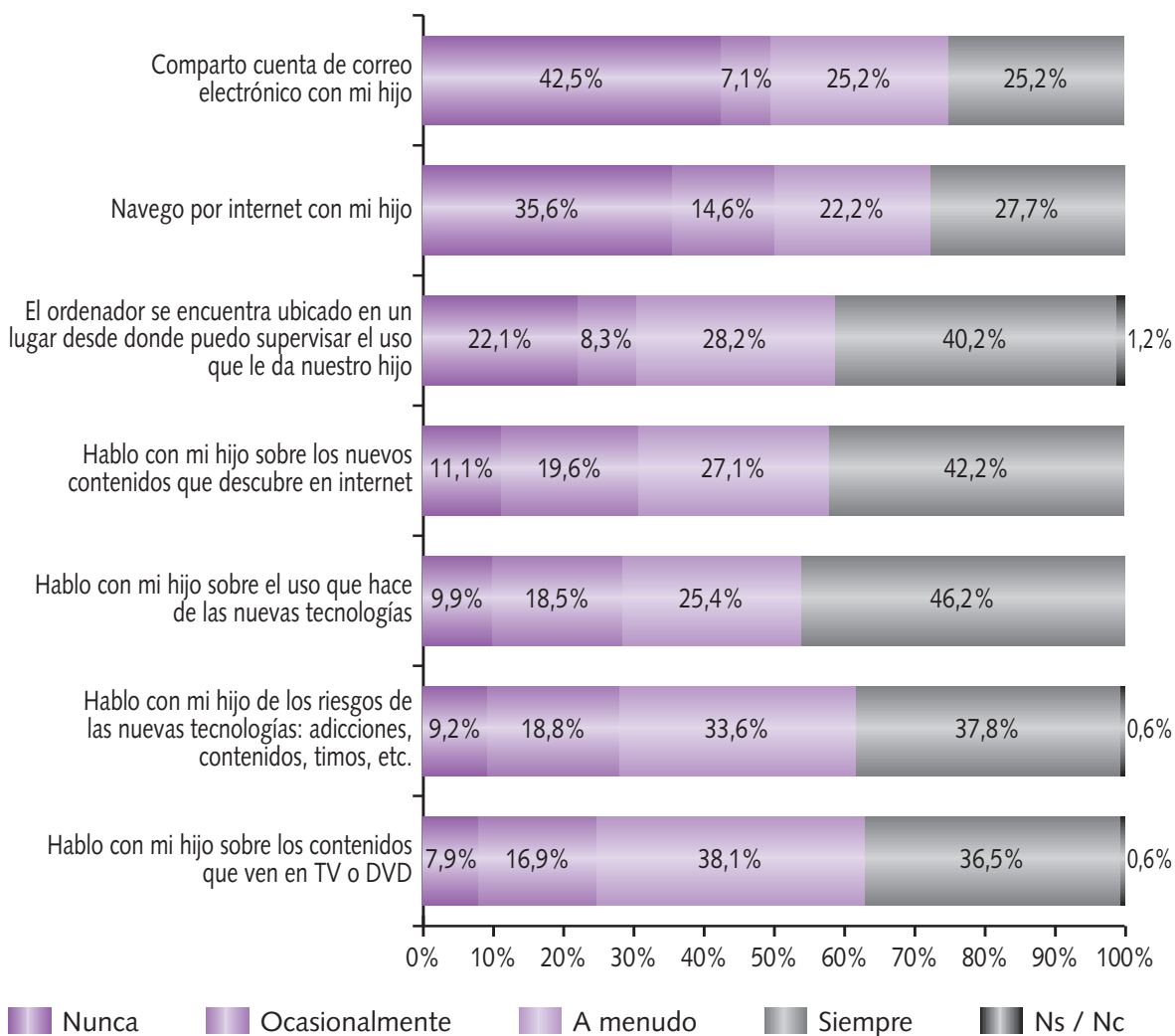
Teniendo en cuenta la existencia de problemática o no en los hijos a la hora de utilizar las TIC, se da un mayor control entre aquellos padres cuyos hijos no presentan ningún indicio de problema. Si bien estas diferencias pueden venir también explicadas por el hecho de que hay un mayor porcentaje de jóvenes de mayor edad entre el grupo de problemas, siendo éstos los menos controlados por sus padres.

	Sin problema	Con problema
Control de los contenidos de los juegos	57,6%	28,7%
Control de las páginas web	53,0%	20,8%
Control del tiempo	59,2%	45,5%
Restricción del tiempo	40,1%	30,3%
Control del uso dado a Internet	47,7%	32,2%
Control de los contactos en el chat	36,6%	17,5%
Control del tiempo que pasa frente a la TV	42,7%	36,9%
Utilización de filtros de contenido	40,1%	16,0%

Base: 548

Las relaciones entre padres e hijos respecto a las nuevas tecnologías se centran en conversaciones sobre los riesgos y usos dados a las diferentes herramientas, más que a la utilización conjunta de las mismas.

P8. EXPRESE EN QUÉ MEDIDA SE DAN LAS SIGUIENTES SITUACIONES REFERIDAS CON LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN EL HOGAR



Base real: 509

Base ponderada: 510

De nuevo, se da un comportamiento más normalizado con las TIC entre padres e hijos que no presentan ningún indicio de problemática en el uso, ya que comparten tecnologías y tienen una mejor comunicación sobre los avances de los hijos en Internet.

	Sin problema	Con problema
Hablo con mi hijo sobre el uso que hace de las nuevas tecnologías	71,8%	40,4%
Hablo con mi hijo sobre los nuevos contenidos que descubre en Internet	68,9%	37,7%
Hablo con mi hijo de los riesgos de las nuevas tecnologías: adicciones, contenidos, timos, etc.	71,5%	57,3%
El ordenador se encuentra ubicado en un lugar desde donde puedo supervisar el uso que le da nuestro hijo	61,9%	50,1%
Navego por Internet con mi hijo	42,3%	13,2%
Comparto cuenta de correo electrónico con mi hijo	42,0%	9,2%
Hablo con mi hijo sobre los contenidos que ven en TV o DVD	73,5%	43,3%

Base real: 509

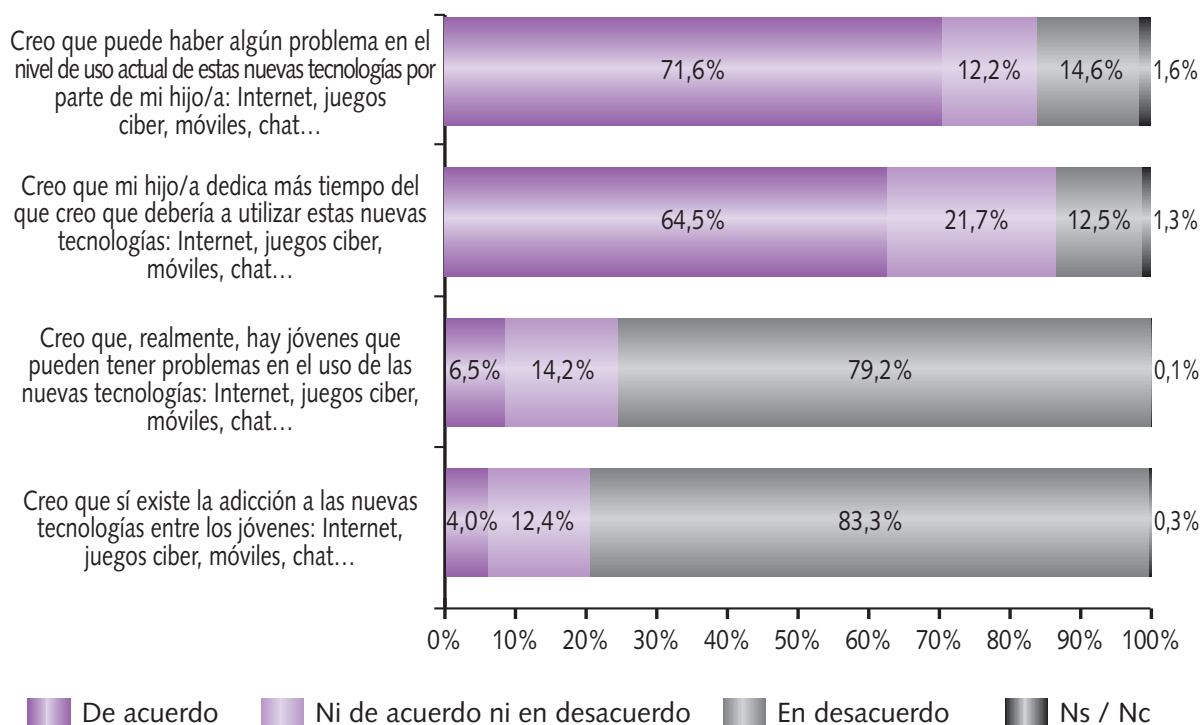
Base ponderada: 510

PERCEPCIÓN DEL FENÓMENO

Los padres plantean un uso problemático entre los jóvenes actuales y reconocen la posibilidad de que la adicción a las NNTT existe.

Sin embargo, la mayor parte no considera que este problema tenga que ver con su hijo. No obstante, más de 1 de cada 10 padres sí perciben que esta problemática está presente en sus hijos.

P9. EXPRESA SU GRADO DE ACUERDO O DESACUERDO CON LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES REFERIDAS AL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS ENTRE LOS JÓVENES.



Base: 536

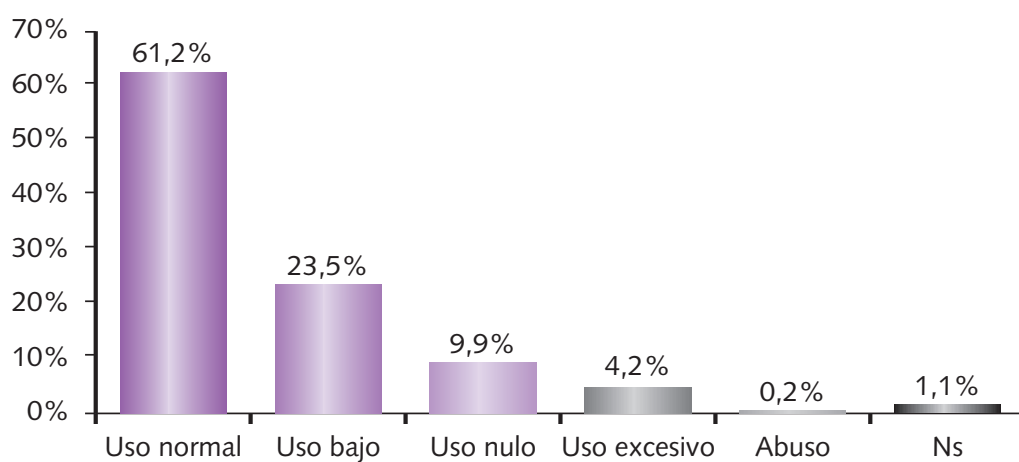
Los padres cuyos hijos han mostrado indicios de uso problemático, no son conscientes en su totalidad, de que esta problemática atañe también a sus hijos.

	Sin problema	Con problema
Creo que mi hijo/a dedica más tiempo del que creo que debería a utilizar estas nuevas tecnologías: Internet, juegos ciber, móviles, chat...	10,3%	25,7%
Creo que puede haber algún problema en el nivel de uso actual de estas nuevas tecnologías por parte de mi hijo/a: Internet, juegos ciber, móviles, chat...	13,9%	19,2%

Base: 536

Los padres consideran que sus hijos hacen un uso normal de las nuevas tecnologías. Solo algo más de un 4% considera que este uso es excesivo o abusivo.

P10. ¿CÓMO DEFINIRÍA EL USO QUE HACE SU HIJO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS?



Base: 556

El mal uso de las nuevas tecnologías se refiere ante todo al tiempo que emplea.

P11. ¿EN QUÉ ASPECTOS PERCIBE ESTE USO?

	Uso excesivo o abuso
En el tiempo que pasa	91,5%
En los usos que le da	13,3%
En los contenidos que consulta	4,3%
Lo que le dice	4,2%
Total	113,3%

Base: 23

Son los padres con hijos que presentan algún problema con las nuevas tecnologías, los que consideran que éstos hacen un uso excesivo de las mismas.

	Sin problema	Con problema
Uso nulo	11,0%	2,6%
Uso bajo	25,5%	10,5%
Uso normal	60,3%	66,5%
Uso excesivo	1,7%	20,3%
Abuso	0,2%	
Ns/Nc	1,3%	
Total	100,0%	100,0%

Base: 556

USO PROBLEMÁTICO DE LAS TIC Y TECNOLOGÍAS DEL JUEGO EN LOS HIJOS

De todos los aspectos analizados referentes al comportamiento de los hijos, alrededor de las tres cuartas partes de los padres encuestados asegura que nunca se ha producido ninguna de las situaciones descritas, si bien todas ellas se producen ocasionalmente en aproximadamente 2 de cada 10 casos.

P12. ALGUNA VEZ HA PERCIBIDO LOS SIGUIENTES COMPORTAMIENTOS POR PARTE DE SU HIJO

	Nunca	Ocasionalmente	A menudo	Siempre	Ns/Nc
Se muestra irritable cuando le interrumpen en el momento en que está usando alguna tecnología	82,2%	14,1%	2,8%	-	0,8%
Miente o se oculta cuando le preguntáis por los usos que hace de estas tecnologías	76,2%	22,4%	0,5%	-	0,9%
Cada vez pasa más tiempo utilizando estas tecnologías	70,8%	22,4%	4,5%	0,9%	1,3%
Descuida sus deberes escolares o su trabajo por estar utilizando estas tecnologías	77,0%	19,8%	1,8%	-	1,3%
Pasa más tiempo utilizando estas tecnologías que con la familia	78,0%	18,5%	1,8%	0,4%	1,3%
Pasa más tiempo utilizando estas tecnologías que con sus amigos	76,1%	20,3%	2,7%	-	0,8%
Ha dejado de lado actividades físicas por pasar más tiempo utilizando estas tecnologías	75,7%	20,2%	1,8%	0,9%	1,3%
Se muestra irritable si alguna vez cuestionáis el tiempo que pasa con estas tecnologías	81,7%	15,1%	1,9%	0,4%	0,9%
En cuanto tiene ocasión, se pone a utilizar estas tecnologías	68,2%	22,4%	6,7%	1,4%	1,3%
Cuando utiliza las nuevas tecnologías pierde totalmente el contacto con su entorno	78,8%	15,8%	3,2%	0,9%	1,3%
Disfruta más cuando utiliza estas tecnologías que cuando está con amigos, familia, etc.	78,9%	13,9%	3,1%	1,4%	2,7%
Sufre por no poder disponer de móvil, ordenador, software, juego novedoso...	78,0%	17,4%	1,4%	0,5%	2,8%
Provoca discusiones para conseguir dinero para contratar más saldo para el móvil, comprar juegos, dispositivos electrónicos, etc.	84,1%	14,5%	0,5%	-	1,0%

Base: 492

Los problemas asociados al uso de las nuevas tecnologías se hacen mucho más patentes entre los hijos que han planteado alguna problemática, siendo ante todo evidente en el aumento del uso de las mismas, la evasión y la sustitución de actividades tradicionales por dichas tecnologías.

	Sin problema	Con problema
En cuanto tiene ocasión, se pone a utilizar estas tecnologías.	6,9%	38,2%
Cuando utiliza las nuevas tecnologías pierde totalmente en contacto con su entorno.	3,2%	23,3%
Cada vez pasa más tiempo utilizando estas tecnologías.	4,8%	22,0%
Se muestra irritable cuando le interrumpen en el momento en que está usando alguna tecnología.	2,2%	21,8%
Pasa más tiempo utilizando estas tecnologías que con la familia.	2,1%	21,7%
Sufre por no poder disponer de un móvil, ordenador, software, juego novedoso....	1,5%	17,7%
Se muestra irritable si alguna vez cuestionáis el tiempo que pasa con estas tecnologías.	3,5%	16,8%
Descuida sus deberes escolares o su trabajo por estar utilizando estas tecnologías.	2,8%	16,6%
Disfruta más cuando utiliza estas tecnologías que cuando está con amigos, familia, etc.	3,7%	13,8%
Provoca discusiones para conseguir dinero para contratar más saldo para el móvil, comprar juegos, dispositivos electrónicos, etc.	1,2%	11,6%
Ha dejado de lado actividades físicas por pasar más tiempo utilizando estas tecnologías.	3,2%	8,4%
Miente o se oculta cuando le preguntáis por los usos que hace de estas tecnologías.	1,3%	7,0%
Pasa más tiempo utilizando estas tecnologías que con sus amigos.	2,8%	6,7%
<i>Base</i>	423	69

En cuanto a las posibles patologías producidas por el uso de las nuevas tecnologías, más del 80% de los padres afirman que sus hijos no tienen ninguna de las posibles consecuencias del uso de estos aparatos.

P13. ¿PADECE SU HIJO ALGÚN TIPO DE PATOLOGÍA ASOCIABLE A UN USO INADECUADO/EXCESIVO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LAS QUE ESTAMOS HABLANDO?

	Sin problemas	Con problemas	Total
Vista cansada	4,1%	18,6%	6,1%
Dolor de espalda	2,1%	11,8%	3,4%
Dolores posturales	1,2%	4,1%	1,6%
Estrés	0,6%		0,5%
Oído		1,3%	0,2%
Ninguno	89,7%	60,3%	85,7%
Ns/Nc	3,7%	11,9%	4,9%
Total	101,4%	107,9%	102,3%

Base: 556

PERFIL ACADÉMICO DE LOS HIJOS

De manera general, aquellos jóvenes que muestran algún indicio de problema con las nuevas tecnologías muestran unas peores calificaciones escolares.

		Sin problemas	Con problemas	Total
Repetición de curso	Sí	11,4%	37,4%	14,9%
	No	87,3%	62,6%	84,0%
	Nc	1,2%		1,1%
		–	–	–
Nota media del curso	Sobresaliente	3,7%	6,8%	4,1%
	Notable	24,5%	21,0%	24,1%
	Bien	54,7%	38,6%	52,5%
	Suficiente	13,5%	20,2%	14,4%
	Suspense	0,4%	6,8%	1,3%
	Ns/Nc	3,1%	6,5%	3,5%

Base: 556

Del mismo modo, la trayectoria escolar está siendo más deficiente.

		Sin problema	Con problema	Total
Trayectoria escolar	Descendente	3,7%	8,2%	4,3%
	Homogénea	72,8%	77,3%	73,4%
	Ascendente	21,4%	14,5%	20,5%
	Nc	2,1%		1,8%
		–	–	–
Hábito de estudio	Ha empeorado	2,3%	12,3%	3,6%
	Igual	73,0%	69,2%	72,5%
	Ha mejorado	22,2%	15,9%	21,4%
	Ns/Nc	2,5%	2,6%	2,5%

Base: 556

De manera clara, los padres con hijos que presentan alguna problemática perciben una peor citación respecto a sus hijos en lo referente a su salud, amigos, relaciones con la familia y su autoestima, siendo en este último aspecto donde se da una mayor diferencia respecto al resto de hijos.

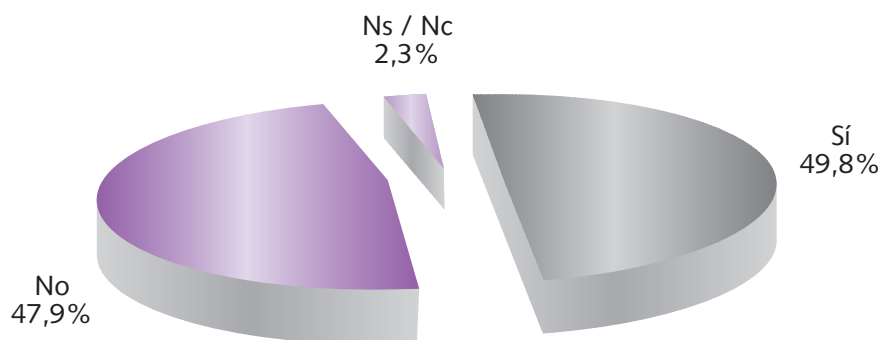
		Sin problema	Con problema	Total
Salud	Mal o muy mal	0,2%	4,0%	0,7%
	Regular	1,6%	7,9%	2,5%
	Bien o muy bien	98,2%	88,1%	96,8%
		–	–	–
Círculo de amigos	Mal o muy mal		4,1%	0,6%
	Regular	3,3%	10,7%	4,3%
	Bien o muy bien	96,7%	85,2%	95,2%
		–	–	–
Relaciones con el resto de la familia	Mal o muy mal		4,0%	0,5%
	Regular	1,6%	9,4%	2,7%
	Bien o muy bien	98,4%	86,6%	96,8%
		–	–	–
Autoestima	Mal o muy mal	0,2%	2,7%	0,5%
	Regular	2,5%	13,3%	4,0%
	Bien o muy bien	96,9%	80,0%	94,6%
	Ns/Nc	0,4%	4,0%	0,9%

Base: 556

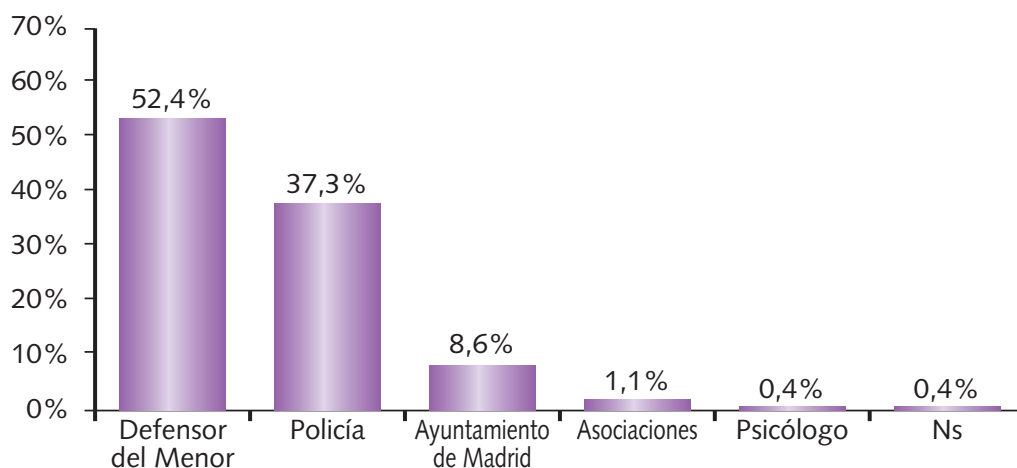
NOTORIEDAD DE LOS MECANISMOS INSTITUCIONALES

Prácticamente la mitad de los padres encuestados sabría donde acudir en caso de que su hijo sufriera una situación de acoso por Internet, siendo el Defensor del Menor y la Policía los organismos donde acudiría un mayor porcentaje.

P19. SI PERCIBIESE QUE SU HIJO PUDIERA TENER UN PROBLEMA CON EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LAS SIGUIENTES SITUACIONES, ¿SABRÍA DONDE ACUDIR?



Base: 556

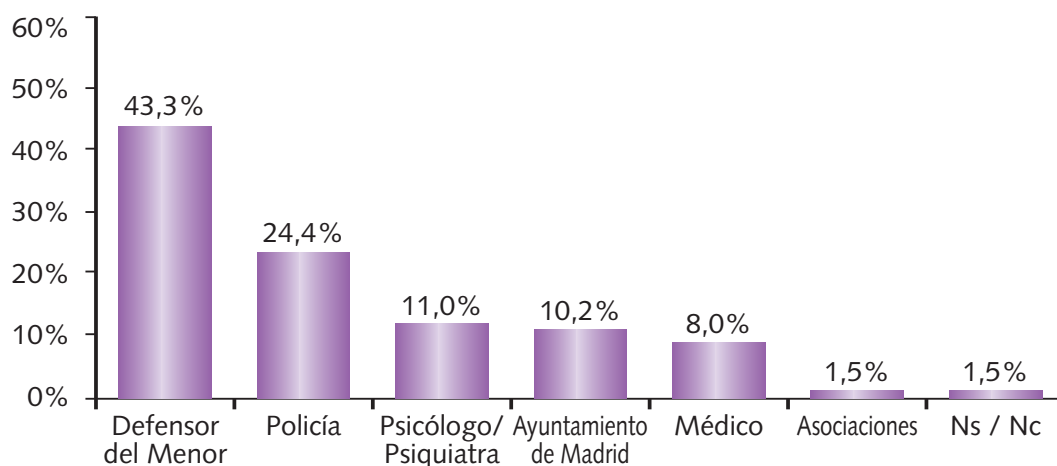
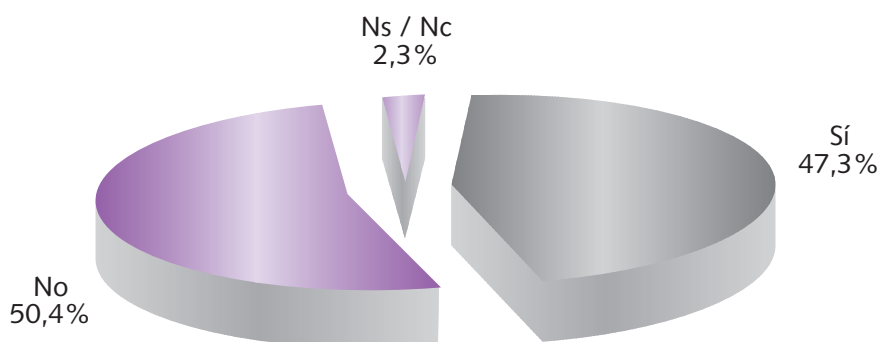


Base: 277 encuestados

De nuevo, la mitad de los padres asegura que sabría dónde acudir en caso de que su hijo sufriera trastornos de la conducta por el uso de las nuevas tecnologías. Si bien, cabe destacar que el desconocimiento de las posibles salidas es notorio entre los padres consultados.

De nuevo, se acudiría en la mayoría de los casos al Defensor del Menor, seguido de la Policía. Prácticamente uno de cada diez, sin embargo, acudiría a psicólogos o psiquiatras o al Ayuntamiento de Madrid.

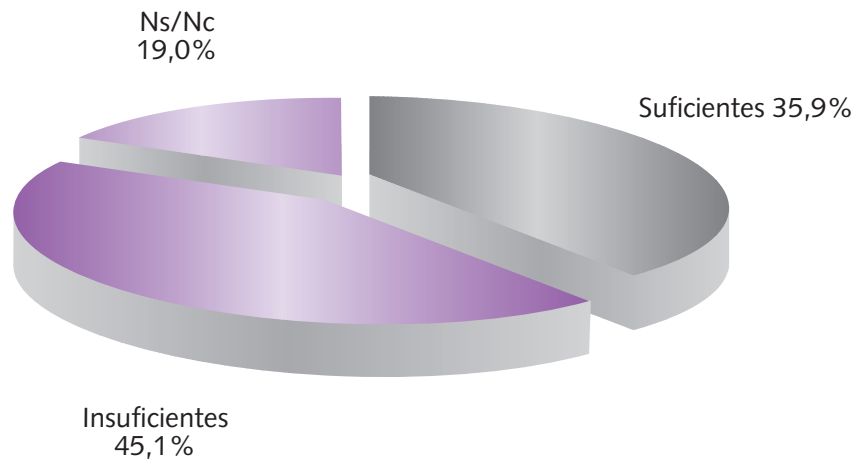
TRASTORNOS EN LA CONDUCTA POR EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS



Base: 263 encuestados

Cerca de la mitad de los padres encuestados considera que las acciones realizadas desde las instituciones pertinentes para evitar problemas son insuficientes. Cabe destacar que casi dos de cada diez padres no es capaz de posicionarse en este aspecto.

P22. ¿CONSIDERA QUE LAS ACCIONES QUE SE ESTÁN REALIZANDO DESDE LAS INSTITUCIONES PARA PREVENIR ESTE TIPO DE PROBLEMAS SON...



Base: 556 encuestados

ESCALAS DE AUTOEVALUACIÓN DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Una vez conocidas y validadas estadísticamente aquellas variables que describen un uso problemático de las nuevas tecnologías, a continuación se han creado unos cuestionarios de autoevaluación del uso que se hace en cada una de ellas.

Se han realizado cuatro autodiagnósticos, uno para cada tecnología y son los propios jóvenes quienes contestarán a una u otra en función de si son o no usuarios.

En base a una escala en la que los jóvenes pueden indicar su grado de identificación con las afirmaciones que se les mencionan, se llega a una puntuación que va a indicar su nivel de problemática.

CHAT

¿Utilizas el chat?

1. No. Pasa a las preguntas referidas al uso de la navegación por Internet.
2. Sí. Responde al cuadro siguiente.

Responde en qué medida te identificas con las siguientes afirmaciones que se refieren a tu uso del chat.

	Nada	Poco	Ni mucho ni poco	Bastante	Mucho
Prefieres conocer gente a través del chat porque puedes ser aquella persona que quieres ser	1	2	3	4	5
Es normal que te encuentres pensando y/o soñando en tus conexiones al chat	1	2	3	4	5
Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente en el chat	1	2	3	4	5
Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas conectarte al chat	1	2	3	4	5
Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás conectado al chat	1	2	3	4	5
A lo largo del día, te encuentras varias veces pensando y planificando la próxima conexión al chat	1	2	3	4	5
Piensas que te sentirías mal si se redujera el tiempo que pasas en el chat	1	2	3	4	5
Tiendes a decir que solo serán unos minutos cuando en realidad te conectas durante unas cuantas horas	1	2	3	4	5
Has intentado alguna vez conectarte menos veces al chat y no lo has logrado	1	2	3	4	5
Cada vez pasas más tiempo en el chat que con tus amigos en la vida real	1	2	3	4	5
Mientras estás en el chat, te evades de los problemas que puedas tener	1	2	3	4	5

SUMA:

Suma las puntuaciones que has marcado y comprueba tu situación respecto al uso del chat:

De 11 a 24: no hay problema en tu uso del chat.

De 25 a 40: en general, tu uso del chat no presenta problemas, aunque tienes que asegurar que sea un uso controlado y limitado para que evites caer en un uso dependiente.

De 41 a 55: tu uso del chat puede ser preocupante, ya que tienes necesidad de utilizarlo y has pasado a depender en cierto modo de él. Habla con tus padres o profesores para solucionarlo y que puedas utilizarlo sin problemas.

NAVEGACIÓN POR INTERNET

¿Sueles navegar por Internet por motivos diferentes al trabajo o estudios?

1. No. Pasa a las preguntas referidas al uso del móvil/correo electrónico.
2. Sí. Responde al cuadro siguiente.

Responde en qué medida te identificas con las siguientes afirmaciones que se refieren a tu utilización de Internet.

	Nada	Poco	Ni mucho ni poco	Bastante	Mucho
Has intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo has logrado	1	2	3	4	5
Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad navegas durante unas cuantas horas	1	2	3	4	5
La verdad es que ha ido aumentando el tiempo que pasas en la red	1	2	3	4	5
Mientras estás navegando, te evades de los problemas que puedas tener	1	2	3	4	5
El estar conectado a la Red te proporciona bienestar	1	2	3	4	5
Te vuelves precavido o reservado cuando alguien te pregunta en qué dedicas el tiempo que pasas navegando	1	2	3	4	5
Tratas de ocultar cuánto tiempo pasas realmente navegando	1	2	3	4	5
Es normal que te encuentres pensando y/o soñando que estás navegando por Internet	1	2	3	4	5
Desatienes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo navegando por la Red	1	2	3	4	5
Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para conectarte a Internet	1	2	3	4	5
Cada vez pasas más tiempo navegando por Internet que con tus amigos	1	2	3	4	5

SUMA:

Suma las puntuaciones que has marcado y comprueba tu situación respecto al uso de Internet:

De 11 a 24: no tienes problemas cuando navegas por Internet.

De 25 a 40: en general, haces un buen uso de Internet, aunque deberías asegurarte de seguir así, vigilando el tiempo que navegas y utilizando Internet de un modo controlado, para evitar caer en un uso dependiente.

De 41 a 55: puedes tener un problema en tu utilización de Internet, ya que necesitas conectarte cada vez más e incluso has podido abandonar ciertas actividades por seguir conectado. Habla con tus padres o profesores para solucionarlo y que puedas utilizarlo sin problemas.

MÓVIL O CORREO ELECTRÓNICO

¿Utilizas el móvil o el correo electrónico?

1. No. Pasa a las preguntas referidas a las tecnologías del juego.
2. Sí. Responde al cuadro siguiente.

Responde en qué medida te identificas con las siguientes afirmaciones que se refieren a tu utilización del móvil o correo electrónico.

	Nada	Poco	Ni mucho ni poco	Bastante	Mucho
El recibir un sms o un e-mail supone una alegría para ti.	1	2	3	4	5
Aunque quisieras, no podrías prescindir del móvil (para tu uso personal)	1	2	3	4	5
Estás atento a todas las novedades que surgen en cuanto a móviles	1	2	3	4	5
Te irritas cuando ves que a lo largo del día no recibes ningún mensaje	1	2	3	4	5
Cada vez te comunicas más con tus amigos por SMS o mail aunque puedas hacerlo en persona	1	2	3	4	5
Tu gasto en móvil es excesivo	1	2	3	4	5
Te inscribes a todas las ofertas de correo electrónico o servicios de móvil que aparecen en el mercado	1	2	3	4	5
Sueles cambiar de operador de teléfono a menudo	1	2	3	4	5

SUMA:

Suma las puntuaciones que has marcado y comprueba tu situación respecto al uso de Internet:

De 8 a 19: no tienes problemas en tu uso del móvil.

De 20 a 29: en general, utilizas el móvil de manera adecuada, aunque deberías asegurarte de que el móvil es una simple herramienta de comunicación, que no debería obsesionarte.

De 30 a 40: puedes tener un problema en tu utilización del móvil, ya que se ha convertido en un instrumento fundamental en tu vida y te preocupas por estar continuamente al día en lo que respecta a todas las novedades del móvil. Habla con tus padres o profesores para conseguir un uso normal del móvil como mero instrumento de comunicación.

TECNOLOGÍAS DEL JUEGO

¿Utilizas alguna de las siguientes tecnologías del juego: juegos de ordenador, video-consola, PSP, Game Boy o similares?

1. No. Fin de la encuesta.
2. Sí. Responde al cuadro siguiente.

Responde en qué medida te identificas con las siguientes afirmaciones que se refieren a tu utilización de las tecnologías del juego.

Nada	Poco ni mucho	Bastante	Mucho		
El estar jugando, te proporciona bienestar	1	2	3	4	5
Mientras estás jugando, te evades de los problemas que puedas tener.	1	2	3	4	5
Sientes necesidad de avanzar en niveles y de ponerte cada vez más al límite en el juego.	1	2	3	4	5
Te sientes molesto cuando alguien te interrumpe mientras estás en plena partida.	1	2	3	4	5
Sueles revivir partidas pasadas, repasando los pasos que diste.	1	2	3	4	5
Sueles ocultarte cuando juegas y disimulas cuando te ven tus padres.	1	2	3	4	5
Sueles ocultar a tus padres el tiempo que pasas jugando.	1	2	3	4	5
Te sientes ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando pasa un día sin que puedas jugar.	1	2	3	4	5
Has dejado de practicar alguna actividad de ocio para poder tener más tiempo para jugar.	1	2	3	4	5
Cada vez pasas más tiempo jugando que con tus amigos.	1	2	3	4	5
Cuando pierdes en el juego, tienes continuamente en mente el volverte a conectar para ganar.	1	2	3	4	5
Desatiendes las tareas del colegio/ universidad / trabajo por pasar más tiempo jugando.	1	2	3	4	5
Has intentado alguna vez pasar menos tiempo jugando y no lo has logrado.	1	2	3	4	5
Tiendes a decir que sólo serán unos minutos cuando en realidad juegas durante unas cuantas horas.	1	2	3	4	5

SUMA:

Suma las puntuaciones que has marcado y comprueba tu situación respecto al uso de las tecnologías del juego:

De 14 a 32: no tienes problemas cuando utilizas los juegos tecnológicos.

De 33 a 50: en general, utilizas el juego de manera adecuada, aunque deberías asegurarte de seguir controlando el juego para que no se convierta en una necesidad en tu vida.

De 51 a 70: puedes tener un problema en tu juego con las nuevas tecnologías. Por un lado, sientes la necesidad de estar jugando continuamente y te molesta si no puedes hacerlo. Además, has abandonado ciertas actividades por el juego y sientes que no puedes reducir el tiempo que pasas jugando. Habla con tus padres o profesores para lograr que los juegos no se conviertan en una dependencia.

Conclusiones

¿PUEDE VERDADERAMENTE EXISTIR UNA PATOLOGÍA EN EL USO DE LAS TIC Y DE LAS TECNOLOGÍAS DEL JUEGO?

Tanto los teóricos como los estudiosos del tema son cautos a la hora de hablar de adicciones o del uso de las nuevas tecnologías como patología. No existen estudios clínicos que avalen estas teorías y los casos aparecidos son demasiado bajos como para poder extraer conclusiones definitivas.

La inclusión de una nueva adicción sin sustancias en un próximo DSM V podría ser clave para solventar estas dudas.

Los estudios realizados hasta el momento tienen, además, un fuerte sesgo metodológico que puede incrementar la prevalencia excesivamente:

- Utilización de cuestionarios on-line que son contestados por personas que pueden estar más cerca de esta problemática.
- Exclusión de aquellos usuarios de servicios como el juego o el chat.
- Autodefinición de los propios encuestados sobre su adicción a las tecnologías.

Son, además, estudios que se han centrado en Internet en general, sin diferenciar entre las distintas herramientas que ofrece. En la actualidad, además, existe una carencia de estudios relativos a la problemática derivada del uso del teléfono móvil.

Sin embargo, existen indicios de que la adicción existe, ya que se han documentado casos.

Para todos los expertos, las nuevas tecnologías, además, son potencialmente adictivas, debido a que ofrecen unas recompensas como el bienestar o la evasión, que pueden llegar a potenciar el uso que de ellas se hace y, a la larga, generar una dependencia.

Por tanto, la base existe, así como pruebas de que la adicción existe, aunque los expertos rechazan el alarmismo generado por los medios de comunicación, manifestando que se trata de un fenómeno relativamente nuevo, con un bajo porcentaje de prevalencia en nuestro país, aunque no se descarta que en un futuro vaya a más.

¿CÓMO DETECTAR LA EXISTENCIA DE ESTA PATOLOGÍA?

Ante la ausencia de criterios científicos que avalen la sintomatología de la adicción a Internet, la mayor parte de los estudiosos han utilizado los criterios diagnósticos del juego patológico.

Entre los expertos consultados, algunos confirman la utilización de estos criterios como los más válidos, mientras que otros lo refutan, manteniendo que aún no se ha comprobado científicamente. No obstante, tanto unos como otros coinciden en los siguientes como los síntomas de una potencial adicción:

- Tolerancia.
- Abstinencia.
- Pérdida de control.
- Ocultación.
- Abandono de actividades y cambios en el comportamiento.

Los expertos mencionan el trastorno en la vida de las personas como el principal indicio de que el uso excesivo se ha convertido en adicción. Sin embargo, no existen estudios científicamente probados que lo avalen, por lo que los límites no quedan claros.

¿LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS SON SUSCEPTIBLES DE GENERAR ADICCIÓN A TODAS LAS PERSONAS POR IGUAL?

Si bien las nuevas tecnologías tienen unos elementos que las hacen potencialmente adictivas, es fundamental el componente personal para que la adicción se manifieste.

Una personalidad solitaria, con baja autoestima, problemas de incomunicación, etc. son los acicates para que las nuevas tecnologías se conviertan en una válvula de escape y camuflaje de los problemas, convirtiéndose así en imprescindibles para estas personas.

Del estudio cuantitativo se desprende que los usuarios problemáticos tienen peor conciencia de sí mismos y de su vida en la actualidad, y sus relaciones familiares son más deficientes que quienes hacen un uso normal.

Un uso excesivo de las nuevas tecnologías puede además formar parte de una etapa pasajera de las personas y desaparecer completamente en un futuro.

Lo anterior significaría la importancia que tienen las modas tecnológicas y las etapas de desarrollo de una persona.

De hecho, del análisis cualitativo se veía cómo los jóvenes de mayor edad habían pasado por una etapa en la que el juego era importante en su tiempo de ocio, pero ya había dejado de serlo. Además, se pone de manifiesto que el uso de los juegos tiene mayor presencia entre los jóvenes de menor edad entre la muestra consultada, lo que puede ser indicio de lo anterior.

Una vez pasada esta fase de novedad, los usos tienden a hacerse patológicos solamente en aquellas personas con problemáticas personales.

¿CUÁL ES LA ACTITUD DE LA POBLACIÓN ANTE LA PROBLEMÁTICA QUE GENERAN LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS?

Tanto por parte de los jóvenes como de los padres y profesores consultados, las nuevas tecnologías están muy presentes en la vida cotidiana. Del análisis cuantitativo se desprende que hay un alto uso de las nuevas tecnologías por parte de los jóvenes, en especial en lo que respecta al móvil e Internet. Por otro lado, los juegos tecnológicos, a pesar de ser menos utilizados, ocupan un tiempo similar a la salida con los amigos.

Para la mayor parte de los padres encuestados, las nuevas tecnologías tienen un componente positivo, salvo en lo que respecta a la incomunicación entre los jóvenes.

Según los expertos, esta normalización hace que la problemática en el uso de las nuevas tecnologías se camufle y pueda pasar desapercibida.

Sin embargo, todos los grupos de población son conscientes de que la problemática existe, aunque en pocos casos se habla directamente de patología o adicción. De los datos cuantitativos, tanto entre los padres como entre los hijos, se manifiesta una negación del problema en ellos o sus hijos (la mayor parte de los padres conciben un uso adecuado de las nuevas tecnologías por parte de sus hijos), si bien un alto porcentaje percibe el problema en la sociedad.

Pero desde todos los segmentos consultados se reconocen indicios de que existe un problema, que se traduce en preocupación constante de los jóvenes por estar al día en las nuevas tecnologías, necesidad de estar utilizando tecnologías a lo largo de todo el día, irritabilidad, ansiedad, falta de concentración, potenciación del mínimo esfuerzo, etc.

En relación con lo anterior, los padres con hijos que presentan alguna problemática ponen de manifiesto, en el análisis cuantitativo, ante todo el aumento en el uso de las tecnologías, evasión, irritabilidad y sustitución de actividades tradicionales por su uso.

Para los expertos, las diferencias de edad no deberían ser definitorias de una mayor o menor problemática en los jóvenes. Las diferencias surgidas en el análisis cuantitativo no son, de hecho, significativas, por lo que no hay una relación directa.

No obstante, el mayor control ejercido por los padres en segmentos de menor edad minimiza el riesgo. Tanto de las dinámicas cualitativas como del análisis cuantitativo, se deriva que los padres ejercen un mayor control en los hijos menores de edad. Por tanto, los riesgos se incrementan entre los mayores.

Las diferencias son palpables también en cuanto a las responsabilidades atribuidas a los padres, ya que los padres de hijos de menor edad se reconocen como los principales responsables, mientras que aquellos que tienen hijos mayores de edad se encuentran más aparte de la problemática y mencionan la escuela como la entidad que debería tutorizar a los jóvenes.

Son los profesores quienes más críticos se muestran, ante todo por ser los agentes que en mayor medida ven el fenómeno y por el hecho de que se sienten solos ante la problemática.

¿TODAS LAS TECNOLOGÍAS PRESENTAN UN MISMO PATRÓN DEL PROBLEMA?

Del análisis documental y entrevistas a expertos, se obtiene que mientras que el chat y los juegos tienen un mayor riesgo entre las personas solitarias y con problemas de sociabilidad, los problemas con otras tecnologías como el móvil o los juegos en red son más frecuentes entre personalidades sociables.

Sin embargo, los estudios existentes no permiten elaborar conclusiones al respecto. No obstante, del análisis cuantitativo a partir de la utilización de análisis factoriales, se observan diferencias en los patrones de comportamiento de las diferentes tecnologías, según su uso por parte de los jóvenes madrileños:

- El patrón mostrado por el móvil/correo electrónico se refiere fundamentalmente a la necesidad del mismo en la vida diaria de los jóvenes y, en menor medida, presenta indicios de uso compulsivo y el efecto de las modas y novedades.
- En relación con el chat, se trata de una tecnología que ante todo se perfila como una herramienta que permite una vida paralela y provoca abstinencia.
En menor medida, se traduce en una pérdida de control y evasión de los problemas.
- Las tecnologías del juego, por su parte, muestran un patrón en el que destaca fundamentalmente la recompensa positiva de bienestar y evasión, además de la necesidad que supone en la vida de sus usuarios. En menor medida, produce comportamientos de ocultación, abandono de actividades, abstinencia y pérdida de control.
- Por último, la navegación de Internet viene descrita fundamentalmente por la pérdida de control del tiempo y la recompensa positiva de bienestar y evasión de los problemas. En menor medida, su uso comporta ocultación, preocupación y abandono de actividades.

¿CUÁL ES LA PREVALENCIA DE USO PROBLEMÁTICO ENTRE LOS JÓVENES DE LA CIUDAD DE MADRID?

La prevalencia de usos problemáticos entre los jóvenes de la ciudad de Madrid con las nuevas tecnologías es baja, siendo en los móviles donde se dan mayores porcentajes.

- El 8,5% de los jóvenes plantea alguna problemática con el uso de los móviles o correo electrónico, reduciéndose a 0,4% de jóvenes que reconocen problemas tanto de necesidad, como preocupación o uso compulsivo.
- En cuanto al chat, el porcentaje se reduce al 4,1% del total de jóvenes y se confirman problemáticas en dos factores, por parte de un 1,1%.
- Las tecnologías del juego plantean una problemática en el 3,7% del total de jóvenes, si bien solamente un 0,2% plantea problemas en todos los factores: evasión, pérdida de control, abstinencia, abandono de actividades y ocultación.
- Por último, la prevalencia de usos problemáticos con la navegación de Internet llega a un 4,5%, reduciéndose a 0,5% de jóvenes que reconocen problemas en tres de los cinco factores que describen la problemática con Internet.

En definitiva, se da un 13,5% de jóvenes madrileños que al menos presenta algún problema con una u otra tecnología. Aunque cabe decir que solamente un 2% reconoce problemas con tres o cuatro de las 5 tecnologías tenidas en cuenta.

¿HAY UN PERFIL DIFERENCIADO DE LOS USUARIOS PROBLEMÁTICOS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS?

Se dan diferencias estadísticamente significativas, entre los jóvenes que acusan algún tipo de problema y los que no, tanto en cuestiones personales como familiares:

- Las diferencias personales atañen sobre todo a la autoimagen, más negativa en el caso de los jóvenes con algún problema, a las relaciones familiares y a la satisfacción con su vida actual. Presentan además un mayor índice de consumo de sustancias.

Igualmente, los jóvenes con indicios de problemas en el uso de las NNTT padecen malestar físico en mayor porcentaje.

Además de esto, se dan diferencias en relación con la evolución de las calificaciones y trayectoria académica de los hijos, peor en el caso de los hijos que presentan algún problema.

- En el ámbito familiar, aquellos jóvenes con problemas, están menos controlados por sus padres, tienen una menor relación con éstos en cuanto a la comunicación sobre los riesgos de las TIC y el uso que hacen y, asimismo, comparten en mucha menor medida tecnologías como Internet o correo electrónico.

¿CÓMO SE DEBE ACTUAR ANTE LA PROBLEMÁTICA?

Tras el estudio realizado, se muestra que no existe una alta prevalencia de usos problemáticos entre los jóvenes de la ciudad de Madrid. Sin embargo, la evolución a futuro es desconocida. La normalización en el uso de las nuevas tecnologías, el desconocimiento sobre el tema y la potencialidad adictiva de las NNTT hace que el problema pueda hacerse más evidente.

Ante esto, las acciones de prevención desde las instituciones deben ser un motor fundamental en la intervención, antes que las acciones paliativas.

Se debe trabajar en la prevención desde edades tempranas, tanto en la familia como en la escuela, pero implicando activamente a los padres y trabajando directamente con los profesores en actividades dirigidas a los más jóvenes.

La formación a padres debería ser otra de las acciones más importantes, con el fin de que conozcan el fenómeno sin alarmismos y sean capaces de detectar posibles problemáticas con el objetivo de atajarlas.

Además de esto, debiera darse una mayor notoriedad de las instituciones que trabajan en estos problemas y a las que puede acudir en caso de percibir estos problemas, ya que el desconocimiento de los lugares adecuados donde acudir es notable entre los padres.

De cara a la investigación de la adicción a las nuevas tecnologías, sería clave el impulso de la investigación a nivel clínico, con el objetivo de sentar una base científica en la medición del fenómeno en la población.

El presente estudio tiene una pretensión sociológica, en el que se han analizado los indicios de un problema emergente en la sociedad. Pero puede ser también la base sobre la que se asiente una investigación clínica basándose en el cuestionario de referencia.

Fuentes consultadas

- American Psychiatric Association (1994). DSM – IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Barcelona: Masson.
- Brenner, V. Psychology of computer use: Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the Internet usage survey. Psychological Reports 1997; 80: 879-882.Center for On-Line Addiction.
- Carmelo Garitaonandia y cols. (1997-1998). Las relaciones de los niños y de los jóvenes con las viejas y las nuevas tecnologías de la información1 <http://www.ehu.es/zer/zer4/carmelo6.html>
- Davis, R.A., (1999). A cognitive-behavioral model for pathological Internet use (PIU). Catalyst. http://www.victoriapoint.com/Y2K_anxiety.htm
- De Gracia, Manuel: http://www.universia.es/html_estatico/portada/actualidad/noticia_actualidad/param/noticia/egfc.html
- Echeburúa, E. (1999). ¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet. Bilbao: Desclee de Brower.
- Echeburúa, E., Amor, P. Y Cenea, R. (1998). Adicción a Internet: ¿una nueva adicción psicológica? Monografías de psiquiatría, 2, 38-44.
- Guerricaechevarría, C. y Echeburúa, E. (1997). Tratamiento Psicológico de la adicción al teléfono (líneas party line y eróticas): un caso clínico. Análisis y modificación de conducta, 23 (91), 697-727.
- Egger, O. y Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. Grohol, J.M. (1995) Unprofessional Practices. <http://www.psychcentral.com/pageone.htm>
- Estallo Martí, Juan Alberto (Instituto Municipal de Psiquiatría) Barcelona (España). <http://www.ub.es/personal/ini.htm>
- Estallo Martí, Juan Alberto (2001). Usos y abusos de Internet. Anuario de Psicología 2:95-108. <http://www.geocities.com/HotSprings/6416/toledo.htm>
- Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder – Diagnostic criteria. [Documento WWW]. Internet Addiction Support Group (IASG).
- Greenfield, David (1999). "Virtual Addiction", Oakland: New Harbinger Publications, Inc.

- Greenfield, D.N. (1999b). The nature of Internet Addiction: Psychological factors in compulsive internet use. Presentado en los encuentros de la APA de Boston, Massachusetts, 20 de Agosto de 1999.
- Griffiths, M.D. (1998). Internet addiction: Does it really exist? En J. Gackenbach (Ed.), Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications (pp 61-75). New York: Academic Press.
- Grohol, J.M. (1997) WHAT's NORMAL? How much is Too Much When Spending Time Online? <http://www.psychcentral.com/pageone.htm>
- Grohol, J.M. (1999) Internet Addiction Guide. <http://www.psychcentral.com/pageone.htm>
- Infante, Rosa (1997) Quién y Cómo Puede Verse 'Enganchado' Niños y adultos caen en el 'saco' de las nuevas adicciones. <http://www.elmundo.es/su-ordenador/SORnumeros/97/SOR069/SOR069enganche.html>
- ONG Protégeles; "Videojuegos, menores y responsabilidad de los padres", 2005. http://www.protegeles.com/estudios_2.asp
- ONG Protégeles; "Seguridad Infantil y costumbres de los menores en el empleo de la telefonía móvil", 2005. http://www.protegeles.com/estudios_2.asp
- ONG Protégeles; "Seguridad Infantil y costumbres de los menores en Internet". http://www.protegeles.com/estudios_2.asp
- López, R.I. "La adicción a Internet" (2000). La Adicción a Internet. Psicología Online. Madrid <http://www.psicologia-online.com/colaboradores/nacho/ainternet.htm>
- Suler, J. (1996). Why is This Eating my Life? Computer and Cyberspace Addiction at the "Palace" World Wide Web. <http://www1.rider.edu/~suler/psyber/eatlife.htm>
- Young, k. (1996). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. Cyber Psychology & Behavior 3:237-244.
- Young, K.S. (1999). Internet addiction: symptoms, evaluation and tratamiento. En L. VandeCreek & T. Jackson (Eds.) Innovations in Clinical Practice: A source book. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Dr. Kimberly Young's Center (one of the researchers behind the push for this diagnostic category), which, co-incidentally, offers books, workshops for professionals, and online counseling to treat this "disorder." <http://www.solociencia.com/informatica/influencia-internet-sociedad-actual-adiccion-internet.htm>
- Young, K.S. y Rogers, R. C. (1998a). Internet addiction: Personality traits associated with its development. Artículo presentado en el 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association.
- Young, K.S. y Rogers, R. C. (1998b). The relationship between depression and Internet addiction. CyberPsychology and Behavior, 1, 25-28.
- Fundación Gaudium: www.fundaciongaudium.com

- Kraut, R. y cols. (1998). "Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?" *American Psychologist*, 53 (9), 1017-1031.
- Petrie, H. y Gunn, D. (1998). Internet "addiction": the effects of sex, age, depresión and introversión. Artículo presentado en la British Psychological Society London Conference.
- Morahan-Martin y Schumaker (1997). Incidence and Correlates of Pathological Internet Use. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association.
- Creasey, G. y Myers, B. (1986). Video games and children: Effects on leisure activities, school-work, and peer involvement. *Merrill-Palmer Quarterly*, 32, 251-261.
- Egger, O. y Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. Semester thesis; Federal Institute of Technology, Zurich.
<http://www.ifap.bepr.eth.ch/~egger/ibq/res.htm>
- Armstrong L, Phillips JG, Saling LL. (2000). Potencial determinants of heavier Internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies* 53:537-50.
- Treuer T. y cols. (2001). Internet Addiction associated with features of impulse control disorders: is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders* 66:283.
- Fernández Liria, A. y Estévez, L. Estudio sobre adicción a Internet.
<http://www.adictosainternet.com/default.asp>
- Confederación española de organizaciones de amas de casa, consumidores y usuarios (CEACCU); "Estudio sobre hábitos de consumo de la TV y las nuevas tecnologías", 2004.
<http://www.ceaccu.org/>
- ALUESA, Entidad de Atención a la Ludopatía y a la Exclusión Social; "Prevención de la Adicción a las Nuevas Tecnologías en jóvenes" (2003, 2004).
<http://www.juegoresponsable.org/pdf%20documentacion/PREVENCIoN%20DE%20LA%20ADICCION%20A%20LAS%20NUEVAS%20tecnologias%20EN%20JOVENES.pdf>
- AVACU, Asociación Valenciana de Consumidores y Usuarios; "Informe sobre videojuegos" (2002).
<http://www.avacu.es/informes/videojuegos%20II.pdf>
- Fundación CTIC: "Estudio sobre hábitos y usos de videojuegos en Asturias", (2006).
- Plataforma Mediterránea para el Estudio del Juego Responsable; Documentos especializados en juego responsable, estudios psicológicos, guías, asesoramiento jurídico, etc.
<http://www.juegoresponsable.org/documents.htm>

