

Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción

Francisco Javier Labrador Encinas y Silvia María Villadangos González
Universidad Complutense

El objetivo de este trabajo es evaluar la percepción subjetiva de peligro derivada del uso de las Nuevas Tecnologías (NT) en los menores, y la identificación de conductas indicadoras de un posible problema de adicción a NT. Tras analizar las respuestas al cuestionario DENA de 1710 estudiantes de la Comunidad de Madrid, con edades entre 12-17 años, se encontró una correlación positiva entre el tiempo de uso y la percepción de problema. También, que la edad correlacionaba positivamente con esta percepción. La televisión es la tecnología que genera mayor percepción de problema en los menores. En cuanto a posibles síntomas de adicción, se constató que las NT generan conductas similares a las consideradas características en las adicciones establecidas. Entre ellas, destaca la relajación producida por el uso o el malestar si no puede utilizarse. Se constató la presencia de otros comportamientos relativamente frecuentes exclusivos de este tipo de tecnologías, como la comprobación constante del teléfono móvil. Se discuten los resultados señalando directrices para el estudio de posibles comportamientos adictivos específicos de las NT.

Adolescents and new technologies: Behaviours pointing a possible addiction problem. The aim of this work is to evaluate adolescents' subjective risk perception derived from the use of the New Technologies (NT), and to identify behaviours or warning symptoms of possible addiction problems. A sample of 1,710 underage students of Madrid responded to the DENA questionnaire. Firstly, we found a positive correlation between the time of NT use and the perception of addiction problems. Also, age was positively correlated to these perception problems. Secondly, the results indicated that television is the technology that generates a major perception problem in underage students. Lastly, the NTs have produced behaviours that are similar to those produced by other established addictions. Among them are notable the relaxation caused by their use or discomfort if they cannot be used. In addition, the frequent presence of other behaviours exclusive to these instruments has been identified, such as constantly checking one's mobile phone screen. It is necessary to continue studying possible addictive behaviours specific to the NT.

El despliegue de las Nuevas Tecnologías de la Información (NT) es un fenómeno relativamente reciente que han supuesto rápidos e importantes cambios en nuestra sociedad. El uso de estas NT contribuye, en la mayoría de las ocasiones, a mejorar la calidad de vida de las personas, aunque su implantación en nuestra vida cotidiana no está exenta de polémica (Labrador y Villadangos, en prensa). Su adecuada utilización genera importantes beneficios, pero también parece conllevar problemas. El aspecto más controvertido y que mayor alarma social crea, es el potencial adictivo de estas tecnologías, especialmente entre los menores, los que mayor uso hacen de ellas.

Hasta el momento, los estudios se han centrado en describir el uso que las personas hacen de las NT, y las características que las harían más vulnerables a padecer los problemas indicados. Pero

los resultados no permiten establecer conclusiones determinantes. Se han señalado características individuales o del entorno que aumentan el riesgo de sufrir estos problemas, sin embargo, el perfil del supuesto adicto a NT es muy variado (Becoña, 2006; Fitzpatrick, 2008; Sánchez-Carbonell, Castellana y Beranuy, 2007).

Aunque se habla mucho de "adicción a las NT", no existe una definición precisa de qué es o qué criterios caracterizan dicha adicción. En algunos casos se considera la frecuencia o duración del uso de NT como criterio para caracterizar esta adicción, pero el número de horas dedicadas a una actividad no parece suficiente para establecer un problema adictivo.

Otros autores señalan que cualquier conducta normal puede convertirse en patológica en función de la intensidad, frecuencia o cantidad de dinero invertida en ella y del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y/o laborales de las personas implicadas (Echeburúa, de Corral y Amor, 2005). Para algunos, una adicción sin droga es aquella conducta repetitiva que resulta placentera, al menos en las primeras fases, y que genera una pérdida de control en la persona, con una interferencia grave en su vida cotidiana a nivel social, laboral y familiar (Fairburn, 1998).

Caracterizaciones alternativas provienen de traducir los criterios DSM de adicción al juego (prototipo de adicción sin sus-

tancias), a comportamientos susceptibles de adicción (uso de NT, compra, sexo, trabajo ...). Sirvan como ejemplos, la propuesta de Griffiths y Hunt (1995) para establecer el nivel de dependencia a videojuegos basada en criterios DSM-III-R; la de Goldber (1996) de criterios diagnósticos para la adicción a Internet basada en DSM-IV, o la de Muñoz-Rivas y Agustín (2005) para la adicción al teléfono móvil, basada en DSM-IV-TR. Curiosamente, para la Televisión, la NT más utilizada, aunque numerosos autores señalan su importante potencial adictivo (Aldea, 2004; McIlwraith, 1990), no se han establecido criterios diagnósticos.

En resumen, actualmente no hay criterios precisos para establecer si una persona presenta una "adicción a NT". Esta falta de criterios cuestiona la obtención de datos precisos y dificulta la comparación entre los ya aportados. Por tanto, se mantienen los principales interrogantes: ¿Existe una adicción derivada del mal uso de las NT?, ¿Afecta este problema de forma significativa a los menores?

Pero establecer criterios diagnósticos, aunque algunos investigadores han hecho propuestas al respecto (Ko et al., 2005), no es labor de una persona o grupo de investigación, sino resultado del acuerdo de colectivos profesionales, plasmados en clasificaciones psicopatológicas tipo DSM o CIE. Aunque sí es posible identificar conductas específicas, características de adicciones ya establecidas, y ver si se presentan entre los usuarios de NT. Esto no permite establecer la existencia de "adicción a NT", pero si identificar conductas concretas que pueden ser indicadoras de posibles problemas adictivos derivados del uso de NT.

Así pues, parece interesante identificar si, en el uso de NT, aparecen conductas similares a las observadas en personas que cumplen criterios para ser diagnosticadas con la categoría de "adicción". En especial conductas similares a las de los jugadores patológicos, prototipo de una adicción sin sustancia. Asimismo parece interesante saber hasta qué punto los usuarios perciben o consideran que el uso de estas NT les ha generado algún problema.

En resumen, los objetivos del presente trabajo son:

1. Identificar la percepción que los menores tienen sobre posibles problemas derivados del uso de las NT.
2. Identificar si aparecen conductas típicas de otras adicciones en el uso de las NT.

Método

Participantes

El estudio se realizó con una muestra de 1710 menores escolarizados en la Comunidad de Madrid. El 40,88% eran mujeres y el 59,12% varones. La edad de los participantes iba desde los 12-17 años, con una media de 14,03 (DT: 1,37) (tabla 1)

A través de la Asociación Protégeles se seleccionaron 6 centros situados en distintas partes de la Comunidad. Uno de los centros era público (11,7% de los alumnos), dos privados (37,1%) y tres concertados (51,1%).

Instrumentos

Se diseñó un instrumento de evaluación específico: *el Cuestionario de Detección de Nuevas Adicciones (DENA)* (Labrador, Becoña y Villadángos, 2008) (tabla 2). El cuestionario, tras recoger los da-

Edad	12 años	13 años	14 años	15 años	16 años	17 años	Total
Porcentaje	16,9	20,5	21,6	27,5	9,9	3,5	100
Número total	290	350	370	471	169	60	1710
Mujeres	115	140	161	183	76	24	699
Varones	175	210	209	288	93	36	1011

PAUTAS PARA RELLENAR EL CUESTIONARIO

1. Leer atentamente cada las preguntas y responder a cada una de ellas marcando con una cruz la casilla que mejor identifica mi comportamiento.

2. El cuestionario es anónimo. Como datos personales, solo hay que poner la edad y el sexo (v: varón y m: mujer)

3. En las preguntas 1 y 2 es imprescindible responder a cada uno de los apartados.

4. Las preguntas 3, 4, 5 y 6 sólo se responden si corresponde, es decir, si la tecnología a la que aluden se utiliza. (Por ejemplo, si una persona no juega nunca a videojuegos, todos los apartados de la pregunta 4 quedarían en blanco)

5. En el apartado 1 de las preguntas 3, 4, 5 y 6, que hace referencia al lugar en el que se emplean los aparatos, hay que responder solo a una opción: el lugar donde es mas frecuente su uso. (Por ejemplo, si una persona ve la televisión en distintas partes, debe de señalar aquel lugar donde pasa más tiempo viéndola)

6. En los apartados 3 de las preguntas 3, 4, 5 y 6, que hacen referencia al tiempo de uso, hay que considerar que el 1 abarca el período de tiempo entre nada y 1 y así sucesivamente.

7. En las preguntas referentes al tiempo, hay que señalar el tiempo que suele ser habitual, sin tener en cuenta situaciones o días excepcionales.

8. El tiempo de uso del móvil, hace referencia tanto al tiempo utilizado para hablar, como al utilizado para mandar mensajes, o se está atento de recibir respuesta a ellos y también al tiempo que se emplea para jugar a sus juegos o conectarse a Internet.

9. En el tiempo de uso hay que señalar el tiempo total, incluso aquel que ocurre mientras se está utilizando el aparato y haciendo otra actividad. (por ejemplo: si mientras se cena se está viendo la televisión, el tiempo de la cena hay que incluirlo en las horas dedicadas a ver televisión).

10. En la pregunta 5.2. que hace referencia a quién se hace cargo del gasto del teléfono móvil, hay que señalar la persona que lo hace normalmente, sin considerar recargas excepcionales.

Sexo: V..... M:..... Edad:

1. Indica la frecuencia con la que realizas las siguientes actividades:

	Nunca	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Todos los días
Utilización de Internet...				
Jugar con videojuegos...				
Ir al ciber...				
Teléfono móvil...				
Televisión...				

2. Indica si alguna de de las siguientes actividades te causa problemas porque le dedicas exceso de tiempo, tienes discusiones debido a ellas con tus padres, gastas demasiado dinero en ella o te encuentras en parte enganchado a ella:

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
Utilización de Internet...				
Jugar con videojuegos...				
Ir al ciber...				
Teléfono móvil...				
Televisión...				

3. USO DE INTERNET

3.1. ¿Dónde utilizas Internet? Casa..... Ciber..... Otros.....

3.2. ¿Cuántas horas dedicas a Internet a la semana? Entre 1-2... Entre 2-5... Entre 5-10... Mas de 10...

3.3. ¿Cuántas horas dedicas a Internet al día? 1..... 2..... 3.....4..... 5..... 6.....

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
3.4. ¿Dedicas más tiempo del que crees necesario a Internet?				
3.5. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes utilizar Internet queriendo hacerlo?				
3.6. ¿Estás pensando desde horas antes de conectarte a Internet en ello?				
3.7. ¿Tienes discusiones con tus amigos por la utilización de Internet?				
3.8. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a utilizar Internet?				
3.9. ¿Has dejado de hacer alguna actividad (ir al cine, salir con amigos...) por estar conectado a Internet?				
3.10. ¿Alguna vez has intentado desconectarte de Internet y no lo has conseguido?				
3.11. ¿Te relaja navegar por Internet?				
3.12. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que estuviste conectado a Internet?				

4. USO DE VIDEOJUEGOS

- 4.1 ¿Dónde juegas con videojuegos? Casa..... Ciber..... Otros.....
 4.2 ¿Cuántas horas dedicas a los videojuegos a la semana? 1-2... Entre 2-5... Entre 5-10... Mas de 10...
 4.3 ¿Cuántas horas dedicas a los videojuegos al día? 1..... 2.....3..... 4.....5..... 6.....

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
4.4. ¿Dedicas más tiempo del que crees necesario a los videojuegos?				
4.5. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes jugar a los videojuegos?				
4.6. ¿Estás pensando desde horas antes de jugar con los videojuegos?				
4.7. ¿Tienes discusiones con tus amigos por el tiempo que dedicas a los videojuegos?				
4.8. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a jugar a los videojuegos?				
4.9. ¿Has dejado de hacer alguna actividad (ir al cine, salir con amigos...) por estar jugando a los videojuegos?				
4.10 ¿Alguna vez has intentado dejar de jugar y no lo has conseguido?				
4.11. ¿Te relaja jugar a los videojuegos?				
4.12. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que jugaste?				

5. USO DE TELÉFONO MÓVIL

- 5.1. ¿Dónde? En mi habitación..... En el colegio..... En el salón de casa.....
 5.2. ¿Quién lo paga? Mis padres..... Yo, con mi dinero..... Otros.....
 5.3. ¿Cuántas horas dedicas al móvil a la semana? Entre 1-2...Entre 2-5... Entre 5-10... Mas de 10...
 5.4. ¿Cuántas horas dedicas al móvil al día? 1..... 2.....3..... 4.....5..... 6.....

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
5.5. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes usar el teléfono móvil?				
5.6. ¿Estás pensando desde horas antes de usar el móvil?				
5.7. ¿Tienes discusiones con tus amigos por el tiempo que dedicas a los móviles?				
5.8. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas al móvil?				
5.9. ¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo has conseguido?				
5.10. ¿Te relaja usar el móvil?				
5.11. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que usaste el móvil?				
5.12. ¿Consultas el móvil por si te ha llamado o escrito alguien?				

6. USO DE TELEVISIÓN

- 6.1. ¿Dónde sueles ver la televisión? En mi habitación..... En el salón de casa..... Otros.....
 6.2. ¿Cuántas horas dedicas a la televisión a la semana? 1-2...Entre 2-5...Entre 5 -10... Mas de 10...
 6.3. ¿Cuántas horas dedicas a la televisión al día? 1..... 2.....3..... 4..... 5..... 6.....

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
6.4. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes ver la televisión?				
6.5. ¿Estás pensando desde horas antes de ver la televisión?				
6.6. ¿Tienes discusiones con tus amigos por el tiempo que dedicas a la televisión?				
6.7. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a ver la televisión?				
6.8. ¿Has dejado de hacer alguna actividad (ir al cine, salir con amigos...) por estar viendo la tele?				
6.9. ¿Alguna vez has intentado dejar de ver la televisión y no lo has conseguido?				
6.10. ¿Te relaja ver la televisión?				
6.11. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que viste la televisión?				
6.12. ¿Solo ves en la televisión aquellos programas que te resultan interesantes?				

tos de edad, sexo y centro de estudio, se divide en 6 apartados. Los dos primeros referidos a la frecuencia del uso de las NT y a la percepción subjetiva de posibles problemas derivados de su uso. Los cuatro siguientes se refieren de forma específica a cada una de las NT estudiadas: internet, teléfono móvil, videojuegos y televisión (anexo I).

Procedimiento

Tras el diseño del cuestionario por un grupo de expertos se realizó una prueba piloto, aplicándosele a una muestra de 140 menores de ambos sexos y diversas edades. El análisis de estos resultados indicó la necesidad de incluir unas pautas para facilitar la realización de la prueba.

Posteriormente, el cuestionario fue aplicado en los centros escolares por tres psicólogos previamente entrenados para ello. La aplicación fue colectiva, aunque cada alumno respondía de forma individual y anónima a su cuestionario.

Análisis de datos

El análisis de datos se realizó con el Statistics Package for Social Sciences (SPSS-15), utilizando ANOVA para variables continuas y Chi cuadrado para categóricas.

Resultados

Percepción subjetiva de problemas derivados del uso de las NT: los participantes consideran a la televisión la NT que mayores

problemas les genera. Más del 25% puntúan en las dos categorías superiores (*siempre o casi siempre*). Las puntuaciones de internet (18,83%) y móvil (18,71%) en esas dos categorías también son elevadas. Los videojuegos se perciben en menor medida como generadores de problemas (10,93%) (tabla 3).

Diferencias en función de edad y sexo. Considerando los valores de las categorías *con frecuencia* y *siempre*, aparece una correlación positiva significativa entre edad y percepción de problemas en el uso de internet y móvil, pero negativa con videojuegos y televisión (tabla 4). Considerando la variable sexo aparecen diferencias significativas: las mujeres perciben más problemas que los hombres en el uso de internet y móviles, y menos en el uso de videojuegos. Respecto al uso de la televisión no hay diferencias (tablas 5 y 6).

Conducta o síntomas característicos de las adicciones: las contestaciones del cuestionario se puntuaron de la siguiente manera:

Edad	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
12 años	90	31,03	118	40,69	50	17,24	32	11,03
13 años	130	37,14	120	34,28	61	17,43	39	11,14
14 años	124	33,51	149	40,27	57	15,40	40	10,81
15 años	174	36,94	194	41,19	68	14,44	35	7,43
16 años	68	40,24	56	33,14	27	15,98	18	10,65
17 años	29	48,33	14	23,33	7	11,67	10	16,67

Tabla 2
Cuestionario de detección de nuevas adicciones (Labrador y Villadangos, en prensa)

	Nunca		A veces		Con frecuencia		Siempre	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Internet	652	38,13	736	43,04	235	13,74	87	5,09
Videojuegos	925	54,09	598	34,97	161	9,41	26	1,52
T. Móvil	893	52,22	497	29,06	185	10,82	135	7,89
Televisión	615	35,96	651	38,07	270	15,79	174	10,17
Internet								
12 años	142	48,96	124	42,76	16	5,52	8	2,76
13 años	150	42,86	144	41,14	37	10,57	19	5,43
14 años	152	41,08	135	36,49	65	17,57	18	4,86
15 años	144	30,57	223	47,35	79	16,77	25	5,30
16 años	45	26,63	82	48,52	30	17,75	12	7,10
17 años	19	31,67	28	46,67	8	13,33	5	8,33
Videojuegos								
12 años	136	46,90	116	40,00	36	12,41	2	0,69
13 años	179	51,14	134	38,28	35	10,00	2	0,57
14 años	202	54,59	136	36,76	23	6,21	9	2,43
15 años	272	57,75	141	29,94	47	9,98	11	2,33
16 años	104	61,54	48	28,40	15	8,87	2	1,18
17 años	32	53,33	23	38,33	5	8,33	0	---
Móvil								
12 años	192	66,21	75	25,86	14	4,83	9	3,10
13 años	190	54,28	91	26,00	38	10,85	31	8,86
14 años	178	48,11	110	29,73	46	12,43	36	9,73
15 años	226	47,98	153	32,48	54	11,46	38	8,07
16 años	79	46,74	52	30,77	23	13,61	15	8,87
17 años	28	46,67	16	26,67	10	16,67	6	10,00
Televisión								
12 años	90	31,03	118	40,69	50	17,24	32	11,03
13 años	130	37,14	120	34,28	61	17,43	39	11,14
14 años	124	33,51	149	40,27	57	15,40	40	10,81
15 años	174	36,94	194	41,19	68	14,44	35	7,43
16 años	68	40,24	56	33,14	27	15,98	18	10,65
17 años	29	48,33	14	23,33	7	11,67	10	16,67

Tabla 4
ANOVA entre la percepción de problema en el uso de las Nuevas Tecnologías y la edad
* Diferencias estadísticamente significativas

		Suma de cuadrados	Grados de libertad	Media cuadrática	F	Nivel de significación
Internet	Inter-grupo	31,27	5	6,25	9,11	0,001*
	Intra-grupo	1169,20	1704	0,69		
Videojuegos	Inter-grupo	3,77	5	0,75	1,44	0,205
	Intra-grupo	889,77	1704	0,52		
Cibercentros	Inter-grupo	2,87	5	0,57	4,68	0,001*
	Intra-grupo	208,80	1704	0,12		
Móvil	Inter-grupo	33,12	5	6,62	7,66	0,001*
	Intra-grupo	1472,68	1704	0,86		
Televisión	Inter-grupo	5,63	5	1,12	1,22	0,298
	Intra-grupo	1575,36	1704	0,92		

Tabla 5
Percepción de problema en el uso de las Nuevas Tecnologías en función del sexo

	Nunca		A veces		Con frecuencia		Siempre	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Internet								
Mujeres	212	30,33	341	48,78	106	15,16	40	5,72
Varones	440	43,52	395	39,07	129	12,76	47	4,65
Videojuegos								
Mujeres	550	78,68	130	18,60	17	2,43	2	0,29
Varones	375	37,09	468	46,29	144	14,24	24	2,37
T. móvil								
Mujeres	296	42,35	233	33,33	98	14,02	72	10,30
Varones	597	59,05	264	26,11	87	8,60	63	6,23
Televisión								
Mujeres	238	34,05	282	40,34	108	15,45	71	10,16
Varones	377	37,29	369	36,50	162	16,02	103	10,19

Tabla 6
Correlación entre la percepción de problema en el uso de las Nuevas Tecnologías y el sexo. * Diferencias estadísticamente significativas

	Valor de χ^2	Grados de libertad	Nivel de significación (bilateral)
Internet	30,60	3	0,001*
Videojuegos	295,87	3	0,001*
Cibercentros	1,09	3	0,778
Teléfono móvil	49,36	3	0,001*
Televisión	2,90	3	0,408

Nunca (0), A veces (1), Con frecuencia (2), Siempre (3) Aparecen diferencias entre las conductas características de las adicciones consideradas y entre las distintas NT. La conducta más significativa, pues aparece en todas las NT y con las mayores puntuaciones es *Relajación con el uso*. El 22,1% de los internautas, el 29,7% de los jugadores de videojuegos, el 16,6% de los usuarios de telefonía móvil y el 40,5% de los telespectadores, reconocen la presencia de esta conducta.

Internet es la NT que presenta más valores elevados en estas conductas. En tres aparecen puntuaciones superiores a 1,70 (*Relajación con el uso*, *Mayor dedicación del tiempo necesario* y *Malestar si no puede utilizarse*) y en un cuarto superiores a 1,5 (*Anticipar la actividad*). A continuación está el móvil, con dos puntuaciones por encima del 1,7 (*Consultas frecuentes* y *Relajación con el uso*) y una más por encima del 1,5 (*Malestar si no puede utilizarse*). Destaca la puntuación tan alta (2,86) en la categoría de *Consultas frecuentes* para ver si hay algún mensaje o llamada, categoría no aplicable a otras NT, pero que indica una alta dependencia del móvil.

Televisión y videojuegos presentan sólo un valor superior a 1,70 (*Relajación con el uso*) y otro a 1,50 (*Malestar si no puede utilizarse*). Destaca el elevado valor de *relajación con el uso* en la

televisión, el 18,7% de los participantes señalan que experimentan siempre esta sensación (tabla 7).

Discusión y conclusiones

El primer objetivo era analizar la percepción subjetiva de los menores sobre posibles problemas del uso de NT (internet, videojuegos, teléfono móvil, televisión). Los resultados señalan una correlación positiva entre el tiempo de uso y la percepción de problemas. Cuanto más usan los menores las NT, más consideran que pueden generarles problemas. Sólo alrededor de un tercio de éstos consideran que la televisión o internet nunca les causa problema, la mitad en el caso de videojuegos o móvil. Destaca, pues, la elevada percepción de problemas del uso de NT, quizá facilitada por las consideraciones habituales de los mayores sobre el excesivo tiempo dedicado a ellas o la necesidad de actividades alternativas.

Entre las NT, destaca la televisión. Es la más utilizada por los menores y también la que genera mayor percepción subjetiva de problema. El 26% de los menores encuestados reconoce que le ha generado algún tipo de problemas *siempre o casi siempre*. Aunque, dado lo generalizado de su uso, la televisión es la NT que menor alarma social produce. Parece aceptado o "normal" que los menores dediquen más de dos horas diarias a su contemplación (Labrador y Villadangos, en prensa). Por el contrario, los videojuegos, que producen gran alarma social, son considerados por los menores la NT que menos problema les genera.

En las NT estudiadas, aparece una mayor percepción de problema conforme aumenta la edad de los menores. Esto puede indicar bien que con una mayor frecuencia de uso se perciben o se han experimentado más problemas, bien que conforme aumenta la edad van identificando mejor los efectos negativos de su uso. El que la percepción de problemas en el uso de la televisión se haya incrementado en la categoría de *siempre*, aunque no su frecuencia de uso, apoya la segunda hipótesis, al aumentar la edad se perciben mejor posibles aspectos negativos del uso de NT. Resultados si-

Tabla 7
Media y desviación típica de las conductas que indican adicción a las NT

	Internet		Videojuegos		T. móvil		Televisión	
	Media	DT	Media	DT	Media	DT	Media	DT
Mayor dedicación del tiempo necesario	1,85	0,78	1,55	0,71	–	–	–	–
Malestar si no puede utilizarse	1,71	0,89	1,35	0,62	1,65	0,90	1,60	0,74
Conflictos en las relaciones interpersonales	1,10	0,36	1,10	0,39	1,10	0,40	1,10	0,40
Engaños y mentiras a los miembros de la familia	1,19	0,48	1,17	0,44	1,21	0,56	1,22	0,55
Pérdida de interés por act. previamente gratificantes	1,14	0,42	1,16	0,44	–	–	1,21	0,48
Fracasos en los esfuerzos de control	1,25	0,56	1,31	0,63	1,23	0,60	1,37	0,66
Relajación con el uso	1,98	0,91	2,13	1,01	1,74	0,93	2,39	1,01
Malestar si pasa mucho tiempo sin usarlo	1,30	0,66	1,24	0,60	1,38	0,81	1,26	0,64
Anticipar la actividad	1,53	0,79	1,43	0,71	1,30	0,67	1,48	0,72
Consultas frecuentes	–	–	–	–	2,86	1,12	–	–

milares presentan Esteve, Bayón, De la Cruz y Fernández-Liria (en prensa), que encuentran una reducción en el porcentaje de adolescentes con uso problemático de internet conforme avanza la edad, desde 3º de ESO (5,6%) hasta 2º de Bachillerato (0,9%). Estos datos señalan la importancia de hacer ver a los más pequeños, como medida preventiva, los problemas que puede acarrear el uso de NT.

Respecto al segundo objetivo, identificar conductas o síntomas indicadores de problemas de adicción, la conducta más señalada y con mayor puntuación en todas las NT es el *Relajación que genera el uso*, seguido por *Malestar si no puede utilizarse*. Estas conductas tienen un evidente parecido con los síntomas de abstinencia que el DSM-IV-TR (APA, 2002) considera necesarios para el diagnóstico de la dependencia de sustancias. Los menores, cuando no pueden utilizar las NT se sienten mal (inquietos, nervioso, irritados,...). Su utilización, por el contrario, les produce relajación. Es posible que esta inducción de relajación sea similar al efecto que el consumo de sustancias produce en personas adictas o, simplemente, que se usan las NT como conductas de ocio.

Otras conductas con puntuaciones elevadas, como *Mayor dedicación de tiempo necesario* o *Fracasos en los esfuerzos de control* recuerdan los criterios diagnósticos del DSM-IV-TR para el juego patológico, resaltando la incapacidad del adicto para interrumpir o controlar la conducta de juego como un síntoma central del problema.

Alternativamente *Conflictos en las relaciones interpersonales* y *Pérdida de interés por actividades previamente gratificantes* son los ítems que obtienen puntuaciones más bajas en todas las NT. Estos aspectos, con frecuencia señalados como los más problemáticos del uso de NT, apenas aparecen entre los menores que las usan. Por otro lado estos comportamientos no suelen asociarse con tanta frecuencia a las adicciones con o sin sustancia.

En conclusión, hay ciertas conductas asociadas al uso de NT que, dado su similitud con los síntomas de adicciones ya establecidas, parecen indicar que el uso de NT puede generar adicción. Televisión e internet son las NT que facilitan con más frecuencia e intensidad estas conductas en los menores.

Resalta el valor elevado, en el caso del móvil, de la conducta *Consultas frecuentes*, consistente en mirar con insistencia la pantalla para ver si hubo alguna llamada o SMS. Este tipo de conducta, aunque no tiene parecido con los síntomas de adicciones, puede ser un índice del nivel de dependencia del móvil.

Hasta el momento, se han buscado las conductas o síntomas que parecían más típicos de las adicciones ya establecidas. En esta dirección, Griffiths (2005) señala la importancia de seis aspectos claves en toda adicción: a) Relevancia de la actividad adictiva; b) Alteración del estado de ánimo; c) Tolerancia; d) Síntomas de abstinencia; e) Conflicto interpersonal o con otras actividades; y f) Recaída. Habrá que tener en cuenta estas consideraciones, pero, es probable que las conductas más significativas de adicción a NT sean otras. Por ejemplo, la consulta reiterada del móvil ya señalada. Quizá haya que buscar, en cada NT, conductas o síntomas indicativos propios, no sólo los comunes a otras adicciones.

Finalmente, destacar las dificultades para encontrar estudios semejantes con los que poder comparar resultados. La posible adicción a NT tiene gran repercusión mediática pero hay pocos estudios científicos al respecto. La mayor parte de los datos encontrados están realizados por empresas de sondeos de opinión y publicados en periódicos. Por eso, este estudio puede tener especial relevancia al presentar datos significativos de una muestra amplia de menores escolarizados de Madrid.

Referencias

- Aldea, S. (2004). La influencia de la "nueva televisión" en las emociones y en la educación de los niños. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4, 145-159.
- American Psychiatry Association (2002). *Diagnostic and statistical manual for mental disorders (4th edition-TR)*. Washington, American Psychiatric Association.
- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. Vigo, Nova Galicia.
- Echeburúa, E., Corral, P., y Amor, P.J. (2005), El reto de las nuevas adicciones: objetivos terapéuticos y vías de intervención. *Psicología Conductual*, 13, 511-525.
- Esteve, L., Bayón, C., De la Cruz, J., y Fernández-Liria, A. (en prensa). Uso y abuso de Internet en adolescentes. En E. Echeburúa, F.J.Labrador y E. BEcoña (Dir.) *Adicción a las nuevas tecnologías en jóvenes y adolescentes*. Madrid: Pirámide.
- Fairburn, C. (1998). *La superación de los atracones de comida*. Barcelona: Paidós.
- Fitzpatrick, J.J. (2008). Internet addiction: Recognition and interventions. *Archives of Psychiatric Nursing*, 22, 59-60.
- Goldberg, I. (1996) Internet addiction disorder en <http://www.cog.brown.edu/brochures/people/duchon/humor/internet.addiction.html>.
- Griffiths, M.D., y Hunt, N. (1995). Computer game playing in adolescence: Prevalence and demographic indicators. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 5, 189-194.
- Griffiths, M.D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197.
- Ko, C.H., Yen, J.Y., Chen, C.C., Chen, S.H., y Yen, C.F. (2005). Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. *Journal of Nervous and Mental Disorders*, 193, 728-733.
- Labrador, F.J., y Villadangos (en prensa). *Adicción a nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. En E. Echeburúa, F.J.Labrador y E. BEcoña (Dir.) *Adicción a las nuevas tecnologías en jóvenes y adolescentes*. Madrid: Pirámide.
- Mellwraith, R. (1990). *Theories of television addiction*. Comunicación presentada en el congreso de la American Psychological Association, Boston.
- Muñoz-Rivas, M., y Agustín, S. (2005). La adicción al teléfono móvil. *Psicología Conductual*, 13, 481-493.
- Protegeles (2002). Seguridad Infantil y costumbres de los menores en Internet. En <http://www.protegeles.com/costumbres.asp>
- Protegeles (2002). Cibercentros y Seguridad Infantil en Internet. En <http://www.protegeles.com/cibercentro.asp>
- Protegeles (2005). Seguridad infantil y costumbres de los menores en el empleo de la telefonía móvil. En <http://www.protegeles.com/telefonía.asp>
- Sánchez-Carbonell, X., Castellana, M., y Beranuy, M. (2007). Las adicciones tecnológicas en la adolescencia. A J. Riart (ed.). *Tutoría y orientación en la diversidad*. Madrid: Pirámide.