

EL APOYO SOCIAL PERCIBIDO MODERADOR ENTRE EL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN JÓVENES ADULTOS

PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AS A MODERATOR BETWEEN PROBLEMATIC INTERNET USE AND DEPRESSIVE SYMPTOMS IN YOUNG ADULTS

Nerea González Retuerto y Ana Estévez Gutiérrez

Universidad de Deusto

Abstract

The inappropriate use of new technologies, may have negative psychological consequences, some potential factors that contribute to this development are self-esteem and social support. The objective of this report is to study in detail the relationship between the inappropriate use of technologies and the psychological variables of anxiety, depression, self-esteem and social support. Additionally, this report introduces an analysis to confirm whether social support acts as a moderator when dealing with inappropriate use of new technologies and anxiety, depression, and self-esteem. Finally, the research establishes a relationship between problematic use of new technology and gender and age. The sample is comprised of 251 young adults between 18 and 30 years old who reside in the Basque Country. The participants completed questionnaires related to the inappropriate use of new technologies, social support perceived, self-esteem, anxiety and depression. The results indicate that a relationship exists between the inappropriate use of new technologies and factors such as anxiety, depression, self-esteem and perceived social support. Moreover, the research shows that the social support moderates the inappropriate use of the Internet and depression. Based on these findings, detailed research is recommended on this critical social issue.

Keywords: inappropriate internet use, anxiety, depression, self-esteem, social support.

Resumen

El uso problemático de las Nuevas Tecnologías puede tener consecuencias psicológicas negativas, siendo el apoyo social y la autoestima factores que podrían intervenir en el desarrollo de las mismas. Los objetivos de esta investigación son, por un lado, analizar la relación entre esta conducta y la sintomatología depresiva, ansiosa, autoestima y el apoyo social percibido. Por otro lado, estudiar si el apoyo social actúa como moderador entre el uso problemático de las Nuevas Tecnologías y la sintomatología depresiva, ansiosa y autoestima. Por último, se ha analizado la relación del uso problemático con la edad y el género. La muestra está compuesta por 251 jóvenes de entre 18 y 30 años procedentes de la comunidad autónoma del País Vasco. Los participantes han completado los cuestionarios relacionados con el uso problemático de las Nuevas Tecnologías, apoyo social percibido, autoestima y sintomatología ansiosa y depresiva. Los resultados muestran que existe relación entre el uso problemático de Internet y el teléfono móvil y la sintomatología depresiva, ansiosa, baja autoestima y bajo apoyo social percibido. Además, se manifiesta que el apoyo social modera en el uso problemático de Internet y la sintomatología depresiva, siendo importante profundizar en este punto en futuras investigaciones.

Palabras clave: uso problemático de las Nuevas Tecnologías, ansiedad, depresión, autoestima, apoyo social.

Correspondencia: Ana Estévez
Departamento de Psicología
Universidad de Deusto
Apartado 1, 48080, Bilbao, Spain
Phone: (+34) 944139000 ext. 2878
aestevez@deusto.es

En los últimos años las Nuevas Tecnologías de la Información y de la Comunicación se han convertido en una herramienta indispensable para el día a día del ser humano, proporcionando numerosas oportunidades de aprendizaje, expresión, comunicación y entretenimiento (Rial, Gómez, Braña & Varela, 2014). Dentro del amplio abanico de las denominadas Nuevas Tecnologías, destacan Internet y el teléfono móvil. Internet es visto como un medio de información y facilitador de relaciones sociales y, en general, como una herramienta de ocio e interacción (García del Castillo et al., 2008). Por su parte, el teléfono móvil ofrece la posibilidad de permanecer en contacto continuo con familia y amigos, de socializarse, de proporcionar intimidad, de expresar sentimientos o de disfrutar del ocio (Beranuy & Sánchez-Carbonell, 2007).

El uso generalizado de las Nuevas Tecnologías ha hecho que al mismo tiempo que se aprecian las ventajas de esta herramienta, se observen también las posibles consecuencias de un uso problemático de la misma; además de cómo influye en nuestro comportamiento (Flores, Jenaro, González, Martín & Poy, 2013). En la actualidad, debido a la falta de reconocimiento de esta categoría en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales (DSM- 5; APA, 2013), muchas de las investigaciones han optado por denominarlo como “uso problemático o patológico de las Nuevas Tecnologías” (Caplan, 2002; Rial et al., 2014; Shapira et al., 2003). Este término puede englobar tanto las diversas prácticas desadaptativas que se pueden llevar a cabo en la red siendo ejemplo de ello el ciberbullying o el sexting (Rial et al., 2014), como el uso persistente y recurrente que se hace de las Nuevas Tecnologías, la alta implicación atencional o la dificultad de cesar en su uso para realizar otras actividades (Labrador, Villadangos, Crespo & Becoña, 2013).

Numerosos estudios han mostrado la relación existente entre el uso problemático de las Nuevas Tecnologías y la presencia de depresión (Billeux, Van der Linden & Rochat, 2008; Caiza, 2013; Carbonell, Fúster, Lusa & Oberst, 2012; Flores et al., 2013; García del Castillo et al., 2007; Jiménez & Pantoja, 2007; Morrison & Gore, 2010; Ortiz, Morocho, Tenezaca, Torres, Diana & Ugalde, 2014; Rial et al., 2015) y ansiedad (Caiza, 2013; Carbonell et al., 2012; Flores et al., 2013; Labrador & Villadangos, 2010; Rial et al., 2015). Algunos de estos estudios coinciden en que la red y los sistemas de

mensajería instantánea ofrecen un lugar de seguridad al individuo que el mundo real no les proporciona (Rial, et al., 2015). Este hecho se debe a que ciertos síntomas de depresión, como el aislamiento social y la percepción negativa de sí mismo, son variables que pueden hacer que una persona tenga preferencia por la comunicación por internet en lugar de la comunicación cara a cara, siendo ésta última percibida como más insegura y amenazante (Gámez- Guadix, Orue & Calvete, 2013; Morrison & Gore, 2010; Viñas et al., 2002). Gámez- Guadix (2014) afirma también que las Nuevas Tecnologías podrían actuar como una herramienta para la regulación del estado de ánimo, pudiendo convertirse en un instrumento para evadirse de los problemas de la vida diaria.

Un nivel bajo de autoestima unido a estos factores podría estar relacionado con un uso problemático de las Nuevas Tecnologías así como la creación de personalidades ficticias (Harfuch, Murguía, Lever & Andrade, 2009; Gomes- Franco- E- Silva & Sendín- Gutiérrez, 2014). Las Nuevas Tecnologías podrían permitir la creación de un personaje virtual, modificando aquellas características propias que no han sido aceptadas por el individuo (Caiza, 2013), proporcionándole un entorno de seguridad, reconocimiento y sentimientos de valía personal (Harfuch et al., 2009; Viñas et al., 2002). Todas estas consideraciones hacen que un nivel bajo de autoestima sea considerado como uno de los factores más importantes para predecir un uso problemático de las Nuevas Tecnologías (Gámez- Guadix, 2014).

Una de las razones por la que los consumidores de Internet y teléfono móvil llevan a cabo un uso problemático del mismo, es la falta de apoyo social (Caiza, 2013). Muchos de los usuarios que hacen un uso problemático de las Nuevas Tecnologías presentan déficit en las habilidades sociales teniendo, en consecuencia, dificultades en el contacto cara a cara (Rial, et al., 2015). Por consiguiente las Nuevas Tecnologías se convierten en una herramienta con la que el individuo logre la sensación de pertenencia a una comunidad virtual que en el mundo real no consigue tener (Gomes- Franco- E- Silva & Sendín- Gutiérrez, 2014). Tal y como mencionan Jiménez y Pantoja (2007), los usuarios que hacen un uso problemático de las Nuevas Tecnologías mantienen relaciones interpersonales inestables pudiendo adoptar el uso de Internet o de teléfonos móviles como medida

de acompañamiento. Algunos estudios mencionan también que la pertenencia a comunidades virtuales satisfacen la necesidad de apoyo que tiene el individuo (Caiza, 2013). Paradójicamente, este hecho hace que a medida que se incrementa el uso problemático de las Nuevas Tecnologías, el entorno social del individuo o la comunicación con la familia o amigos se vea disminuida (Mendoza & Méndez, 2014). Por ello, el estudio del apoyo social podría ser un factor que amortigüe el uso problemático de las Nuevas Tecnologías. Todo ello es especialmente relevante en la adolescencia y juventud ya que se trata de periodos de riesgo donde se experimentan diferentes cambios (García del Castillo et al., 2008). Durante este periodo, la falta de control de impulsos asociado a las Nuevas Tecnologías podría ser de gran importancia. El uso de estos medios se ha relacionado con un símbolo de estatus, provocando sentimientos negativos en aquellos usuarios que no reciben tantos mensajes como sus compañeros (Sánchez- Carbonell et al., 2008).

Existen resultados contradictorios sobre el uso de las Nuevas Tecnologías y el género. Mientras que hay estudios que muestran mayor afectación en el colectivo masculino que en el femenino (Ortiz et al., 2014; Rial et al., 2015; Viñas et al., 2002), otros afirman lo contrario (Estévez, de la Cruz & Fernández- Liria, 2009). En cuanto al uso problemático de uno u otro género, ciertos autores señalan que los hombres se caracterizan por el de Internet, mientras que las mujeres por el del teléfono móvil y las redes sociales, siendo éstas un medio para expresar sus emociones (Beranuy, Chamarro, Graner & Carbonell, 2009).

Por todo ello, este estudio tiene los siguientes objetivos. En primer lugar, analizar la relación existente entre el uso problemático tanto de Internet como del teléfono móvil y la sintomatología ansiosa, depresiva, autoestima y apoyo social percibido. En segundo lugar, valorar el papel moderador del apoyo social percibido en este uso problemático y la aparición de sintomatología disfuncional. Este último análisis se hará en función del género y la edad.

MÉTODO

Participantes

La muestra total de este estudio está formada por 251 jóvenes de edades comprendidas entre los 18 y los 30 años, con una edad media de 23, 67 años ($dt=3, 39$), siendo un 56, 2% de mujeres y un 43, 8% de hombres. Por otro lado, todos los participantes son procedentes de España, actualmente residen en Vizcaya y se encuentran cursando o han cursado con anterioridad estudios universitarios. En lo que se refiere a la situación laboral de los participantes se encuentra mayor variabilidad ya que un 31, 5% trabaja, un 10, 4% se encuentra en situación de desempleo, un 51, 8% estudia y un 6, 4% estudia y trabaja al mismo tiempo. Se trata de una muestra de conveniencia obtenida a través de diferentes redes sociales como "Facebook" o "Twitter" durante los meses de marzo y abril de 2015. El criterio de inclusión era ser mayor de 18 años.

Tabla 1. Datos en relación con el género

	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	110	43,8
Mujeres	141	56,2
Total	251	100

Fuente: elaboración propia

Tabla 2. Datos en relación con los estudios

	Frecuencia	Porcentaje
Estudios Primarios	4	1,6
Estudios Secundarios	30	12
Formación Profesional	33	13,1
Estudios Universitarios	184	73,3
Total	251	100

Fuente: elaboración propia

Tabla 3. Datos en relación con la situación laboral

	Frecuencia	Porcentaje
Trabaja	79	31,5
Estudia	130	51,8
En paro	26	10,4
Estudia y trabaja	16	6,4
Total	251	100

Fuente: elaboración propia

Instrumentos

Uso Problemático de las Nuevas Tecnologías: Cuestionario de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT) (Labrador, Villadangos, Crespo & Becoña, 2013). Se trata de un instrumento que tiene como objetivo evaluar el uso problemático de las Nuevas Tecnologías en jóvenes y adolescentes. El cuestionario consta de 26 ítems entre los que se evalúan las diferentes Nuevas Tecnologías (televisión, móvil, internet y videojuegos), aunque en este estudio solo se han utilizado aquellas escalas referentes a internet y el móvil. Los valores de fiabilidad del cuestionario son adecuados (alfa de Cronbach de la escala total .88, las subescalas obtienen valores superiores a .70). En cuanto a la validez convergente, también se puede decir que es adecuada ya que las puntuaciones dentro de cada ítem con sus respectivas escalas son superiores a .40. Por otro lado, el cuestionario de uso problemático de las Nuevas Tecnologías posee una adecuada validez clínica con niveles de significación superiores a .001. Asimismo ocurre igual con la validez de constructo en donde el análisis factorial realizado identifica siete factores (los cuatro primeros relacionados con el uso de cada una de las Nuevas Tecnologías y los tres restantes, centrados en conductas que son comunes en la utilización problemática de las mismas), que explican un 61,48% de la varianza total. En este estudio se ha obtenido un Alfa de Cronbach de .75.

Sintomatología depresiva y ansiosa: El Symptom Checklist- 90- R (SCL- 90; Derogatis, Rockel & Rock, 1983) se trata de un cuestionario autoaplicado desde los 13 a los 65 años de edad, cuyo objetivo es la detección y medición de síntomas psicopatológicos, en el caso de este estudio la ansiedad y la depresión. El SCL-90 consta de 90 ítems que se responden mediante una escala tipo Likert de cinco puntos (desde "0" ausencia del síntoma hasta "4" presencia total del mismo). El cuestionario se divide en nueve escalas sintomáticas (Somatización, Obsesión-compulsión, sensibilidad interpersonal, Depresión, Ansiedad, Hostilidad, Ansiedad fóbica, Ideación paranoide y Psicoticismo) y tres índices de malestar psicológico (Índice global de severidad, Índice de malestar sintomático positivo y el Total de síntomas positivos). En este estudio se han utilizado únicamente las subescalas referidas a sintomatología depresiva y ansiosa. La fiabilidad de este instrumento se refiere a un Alfa de Cronbach de entre .078 y .090. En este estudio el

valor de Alfa de Cronbach en la subescala correspondiente a la sintomatología depresiva ha sido de .71 y en la subescala de sintomatología ansiosa .79.

Apoyo Social: Medical Outcomes Study- Social Support Survey (MOS) (Sherbourne & Stewart, 1991). El cuestionario MOS de Apoyo Social consta de 20 ítems los cuales se miden mediante la escala Likert que se puntúa de 1 a 5 a excepción del primero, que recoge información sobre el tamaño de la red social. El cuestionario se divide en cuatro dimensiones del apoyo social funcional (apoyo emocional/ informacional, apoyo instrumental, apoyo afectivo e interacción social positiva). La fiabilidad de este cuestionario es de un Alfa de Cronbach que oscila entre .85 y .94. En este estudio se ha obtenido un Alfa de Cronbach de .76.

Autoestima: Escala de Autoestima de Rosenberg (Morejón, García- Bóveda & Jiménez, 2004). La escala tiene como objetivo la exploración de la autoestima personal entendida como aquellos sentimientos de valoración personal y respeto hacia sí mismo. La escala está compuesta por 10 ítems, los cuales se miden mediante escala tipo Likert de 1 a 4. Los resultados de esta escala se clasifican en las siguientes categorías: Autoestima elevada, autoestima media y autoestima baja. La fiabilidad de esta escala obtiene un Alfa de Cronbach de .80 y, además la consistencia interna oscila entre .70 y .87. En este estudio se ha obtenido un Alfa de Cronbach de .76.

Procedimiento

La recogida de datos se ha realizado en formato online, estando los cuestionarios disponibles en una página web. Como introducción se proporcionó una explicación detallada de los objetivos y aspectos relacionados con la investigación, además de informarles de la voluntariedad de participar en el estudio y del cumplimiento de la confidencialidad, anonimato y la protección de datos. Aunque varios estudios señalan que el método de aplicación puede sesgar los datos recogidos (Meade, Michels, & Lautenschlager, 2007) estudios como el de Herrero-Fernández (2015) señalan que no existen diferencias entre las aplicaciones online y las de lápiz y papel.

Este estudio sigue los procedimientos éticos concordantes con la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013).

Diseño

El presente estudio empleó un diseño de tipo correlacional transversal.

Análisis estadísticos

Los análisis estadísticos se obtuvieron a través del programa estadístico *IBM SPSS Statistics v. 20*. Mediante el SPSS se llevó a cabo el siguiente procedimiento.

En primer lugar, se calcularon estadísticos descriptivos. Posteriormente, se realizó un análisis de la distribución normal de la muestra mediante las pruebas de Kolmogórov- Smirnov, con el fin de validar el uso de estadísticos que se ajustasen a este tipo de distribución.

Así, una vez confirmada la normalidad de la muestra, se llevó a cabo un análisis correlacional a través de una *r* de Pearson para analizar la relación existente entre nuestras variables principales (uso de Internet y uso del teléfono móvil) y las variables psicológicas (síntomatología ansiosa, depresiva y apoyo social).

Por otro lado, para analizar el papel moderador de la variable apoyo social entre el uso de Internet y el teléfono móvil y las variables psicológicas (síntomatología ansiosa, depresiva y autoestima) se realizó una regresión lineal.

Por último, se llevó a cabo una diferencia de medias del uso tanto de Internet como del teléfono móvil con respecto a la edad y al género.

RESULTADOS

Correlaciones entre el uso de Internet y teléfono móvil y sintomatología disfuncional, autoestima y apoyo social

En primer lugar, se ha elaborado un análisis de la relación existente entre el uso de Internet y la sintomatología psicológica disfuncional. A partir de este análisis se han extraído tanto los coeficientes *r* de Pearson como la significación de los mismos, los cuales se exponen en la siguiente tabla.

Tabla 4. Correlaciones entre Uso de Internet y Uso de Teléfono Móvil y sintomatología ansioso-depresiva, autoestima y apoyo social

	S. Depresiva	S. Ansiosa	Autoestima	Apoyo Social
Uso de Internet	.30**	.29**	-.30**	-.25**
Uso del Teléfono Móvil	.34**	.17**	-.20**	-.16**
Sintomatología depresiva	1			
Sintomatología ansiosa	.82**	1		
Autoestima	-.64**	-.56**	1	
Apoyo Social	-.50**	-.48**	.58**	1

Nota: S. Depresiva= Sintomatología Depresiva; S. Ansiosa= Sintomatología Ansiosa **p < .01

Tal y como se recoge en esta primera tabla, los coeficientes se encuentran por debajo de .40 o -.40. Se concluye que todas las relaciones encontradas son bajas.

Cabe destacar la existencia de una relación positiva y estadísticamente significativa entre el uso de Internet y la sintomatología depresiva y ansiosa, así como entre el uso del teléfono móvil y esta misma sintomatología. Por otro lado, existe una relación negativa y estadísticamente significativa entre el uso de Internet y la autoestima y el apoyo social percibido, así como entre el uso del teléfono móvil y las variables de autoestima y apoyo social percibido.

En lo que al análisis de correlaciones se refiere, se ha llevado a cabo la asociación entre apoyo social y sintomatología depresiva, ansiosa y autoestima. Tal y como se puede observar en la tabla 4 se han obtenido coeficientes positivos y estadísticamente significativos en las relaciones entre las variables apoyo social y autoestima, mientras que se tienen coeficientes negativos y estadísticamente significativos en las relaciones entre apoyo social, los síntomas de depresión y ansiedad.

Análisis de moderación de apoyo social percibido entre uso de Internet y teléfono móvil y la sintomatología depresiva, ansiosa y autoestima

A la vista de los resultados que se acaban de mencionar, se decide realizar un análisis de moderación

mediante regresión lineal. De esta manera, se presentan en la Tabla 5 los resultados en relación a las variables predictoras (uso de Internet y uso del teléfono móvil), la variable moderadora (apoyo social) y las variables consecuencia (sintomatología depresiva, ansiosa y autoestima).

Tabla 5. Efecto moderador del apoyo social percibido entre uso problemático de Internet y teléfono móvil y sintomatología disfuncional

	Sintomatología Depresiva				Sintomatología Ansiosa				Autoestima			
	B	ET	B	t	B	ET	β	t	B	ET	β	T
Paso 1												
Uso de Internet	1.65	.49	.19	3.37*	.94	.30	.18	3.13*	-.92	.29	-.17	-3.16*
Apoyo Social	-4.02	.49	-.45	-8.21**	-2.34	.30	-.44	-7.78**	2.98	.29	.54	10.28**
Paso 2												
Uso de Internet X Apoyo Social	-1.14	.36	-.18	-3.18*	-.46	.22	-.12	-2.07	.43	.21	.11	1.99
Paso 1												
Uso de Teléfono Móvil	2.33	.47	.26	4.98**	.50	.30	.09	1.69	-.59	.29	-.11	-2.08
Apoyo Social	-4.06	.47	-.46	-8.67**	-2.49	.30	-.47	-8.37**	3.12	.29	.56	10.84**
Paso 2												
Uso de Teléfono Móvil X Apoyo Social	-.02	.01	-.49	-2.00	-.01	.01	-.25	-.95	.01	.01	.35	1.44

*P < .05 ** P < .01

La primera regresión se centra en el papel del apoyo social percibido como moderador de la relación entre el uso de Internet y el teléfono móvil y la sintomatología depresiva. La tabla 5 muestra una puntuación alta en el uso de Internet y se asocia significativamente con mayor puntuación en sintomatología depresiva. Sin embargo, una puntuación alta en apoyo social percibido se asocia significativamente a menor puntuación en sintomatología depresiva. La multiplicación entre las variables uso de Internet y apoyo social, también se asocia negativa y significativamente a la sintomatología depresiva, por lo que se confirma el efector moderante del apoyo social en la relación entre uso de Internet y sintomatología depresiva. Este hecho se puede observar en la Figura 1, donde el apoyo social percibido actúa como factor de protección ante un uso problemático de Internet.

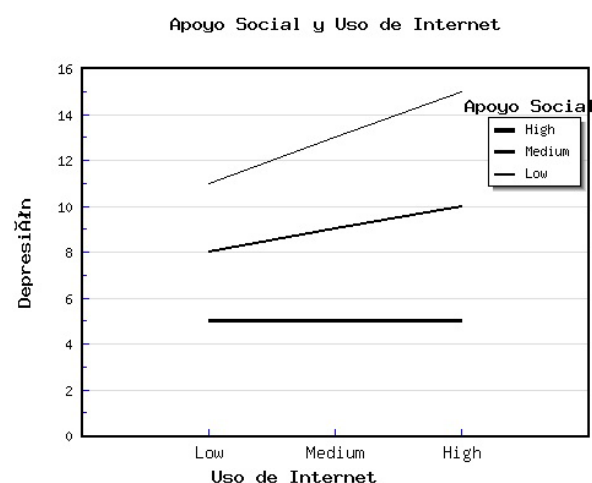


Figura 1. Presencia de un efecto moderador de apoyo social percibido entre uso de Internet y sintomatología depresiva

No obstante, este efecto moderador no se obtiene en la relación entre el uso de teléfono móvil y sintomatología depresiva. De forma similar, tampoco se obtiene dicho efecto moderador del apoyo social en la relación entre el uso de Internet y de teléfono móvil y la presencia de síntomas de ansiedad y baja autoestima.

Otra de las regresiones realizadas en este estudio ha sido la tarea moderadora del apoyo social percibido entre el uso de Internet y teléfono móvil y sintomatología ansiosa. Tal y como se observa en la Tabla 5, no existe un papel moderador del apoyo social entre el uso de Internet y el teléfono móvil y la sintomatología ansiosa.

El último análisis de regresión realizado hace referencia al papel moderador del apoyo social percibido entre el uso de Internet y teléfono móvil y autoestima. Como se muestra en la tabla, en este caso, no consta el apoyo social como moderador entre el uso de Internet y uso de teléfono móvil y autoestima.

Diferencia de medias del uso problemático de internet y móvil en función del género y edad

Por último, se ha realizado una diferencia de medias para analizar si el uso problemático de Internet y teléfono móvil afectan de la misma manera en función del género y la edad.

Tabla 6. Diferencia de medias para uso problemático de Internet y teléfono móvil en género y edad

		F	T	gl	Sig. (bilateral)
Género	Uso de Internet	.43	-.77	249	.44
	Uso de teléfono móvil	.00	.98	249	.37
Edad	Uso de Internet	.43	-.77	249	.45
	Uso de teléfono móvil	.01	.98	249	.37

*p< .01

Para ello se lleva a cabo la prueba T para muestras independientes. Tal y como se puede apreciar en la Tabla 6, en el caso del género no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas, por lo que, en este estudio, se puede decir que afecta por igual tanto a hombres como a mujeres. La variable edad se ha dividido en dos grupos, por un lado menor o igual que 24 años, y por otro mayor o igual que 25 años. En la tabla se observa la ausencia de diferencias estadísticamente significativas.

DISCUSIÓN

En primer lugar, se ha estudiado la relación existente entre el uso problemático de Internet y teléfono móvil con la sintomatología depresiva que, como se ha indicado con anterioridad se ha encontrado relacionada. Estos resultados coinciden con otros estudios con conclusiones similares (Billeux, Van der Linden & Rochat, 2008; Caiza, 2013; Carbonell, Fúster, Lusa & Oberst, 2012; Flores et al., 2013; Gámez- Guadix, 2014; García del Castillo et al., 2007; Jiménez & Pantoja, 2007; Morrison & Gore, 2010; Ortiz, Moroch, Tenezaca, Torres, Diana; Rial et al., 2015; Ugalde, 2014). Las personas con depresión podrían utilizar las Nuevas Tecnologías para regular dicho estado de ánimo (Gámez- Guadix, 2014). Además, en esta misma línea, Gámez- Guadix e Itzel (2015) añaden que esta relación podría deberse a que algunos indicios de la depresión como son la apatía o la abulia, provocan un aumento del uso problemático de Internet o el teléfono móvil.

En segundo lugar, se ha estudiado la relación entre un uso problemático de Internet y el teléfono móvil y la ansiedad, obteniéndose relación entre ellas. Otros estudios anteriores también avalan dichos resultados (Caiza, 2013; Carbonell et al., 2012; Flores et al., 2013; Gámez- Guadix, 2014; Labrador & Villadangos, 2010; Ortiz et al., 2014; Rial et al., 2015). Rial (2015) añade que esto puede deberse a que el uso de Internet y teléfono móvil, también pueden utilizarse como medio para reducir los síntomas de ansiedad.

En tercer lugar, se ha comprobado la relación entre el uso problemático de las Nuevas Tecnologías y autoestima. Relación que se ha visto ratificada por los resultados ya que un mayor uso problemático de Internet y teléfono móvil se relaciona con niveles bajos de autoestima, al igual que se expone en otros estudios publicados (Harfuch, Murguía, Lever & Andrade, 2009; Gomes- Franco- E- Silva & Sendín- Gutiérrez, 2014). En estos estudios se determina la importancia de esta variable (Gámez- Guadix, 2014), debido a que aquellas personas con niveles bajos de autoestima, podrían estar utilizando las Nuevas Tecnologías como medio facilitador de seguridad y reconocimiento (Caiza, 2013, Harfuch et al., 2009; Viñas et al., 2002).

En cuarto lugar, se ha considerado la relación entre el apoyo social percibido y el uso de Internet y el teléfono

móvil. En este sentido, se confirma que un excesivo uso de las Nuevas Tecnologías está relacionado con bajos niveles de apoyo social percibido, dato que se ve ratificado en los estudios publicados al respecto (Flores et al., 2013; Gomes- Franco- E- Silva & Sendín- Gutiérrez, 2014; Sánchez- Carbonell et al., 2008). A la vista de los resultados y debido a la importancia de la variable apoyo social en este estudio, se ha investigado el papel moderador de esta variable entre el uso problemático de Internet y el teléfono móvil y la sintomatología depresiva, ansiosa y baja autoestima. En referencia a este aspecto se ha encontrado que el apoyo social percibido actúa como moderador entre el uso problemático de Internet y la sintomatología depresiva. Pese a que no se han hallado estudios que midan esto, los resultados encontrados pueden ir en la línea de lo que mencionan Gomes- Franco- E- Silva & Sendín- Gutiérrez (2014) donde resaltan la importancia de tener en cuenta estas variables. Estos autores aseguran que se emplea Internet como herramienta para evadirse de la realidad y afrontar estados emocionales negativos. Además, pueden tener dificultades para mantener el contacto cara a cara, por lo que priorizan el contacto de manera online (Gámez- Guadix, et al., 2013).

Por último, en este estudio se ha analizado el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en relación a la edad y género. En relación a la edad, no se han encontrado diferencias entre los dos grupos de edad analizados. Este resultado, contradice lo encontrado en algunos estudios que afirman que la presencia de un mayor uso problemático de Internet y de teléfono móvil hacia el final de adolescencia y los primeros años de juventud, puede estar relacionado, con un mayor grado de autonomía en esa etapa (Jafari et al., 2014; Muñoz- Rivas et al., 2010; Rial, Gómez, Braña et al., 2014). Este resultado podría deberse al uso generalizado de las Nuevas Tecnologías que se inicia a edades más tempranas. Por otro lado, en relación con el género, los resultados afirman que el uso problemático de las Nuevas Tecnologías afectan de la misma manera a hombres y mujeres. Estos resultados pueden deberse a la controversia de esta variable ya que algunos estudios confirman que el uso problemático de Internet y teléfono móvil afecta en mayor medida a los hombres (Ortiz et al., 2014; Rial et al., 2015; Viñas et al., 2002), mientras que otros afirman que afectan en mayor medida a las mujeres (Estévez et al., 2009). Tal y como se señalaba previamente,

una posible explicación es que su uso es tan generalizado que podría afectar de igual manera a ambos géneros.

Este estudio no está exento de limitaciones. En primer lugar, sería más adecuado llevar a cabo un estudio longitudinal, de manera que se puedan verificar los datos obtenidos y establecer mejor las variables implicadas en el uso problemático de las Nuevas Tecnologías. Sería importante mejorar el número de muestra y utilizar el procedimiento de muestreo probabilístico, de manera que se podrían extrapolar los resultados obtenidos a la población en general.

A modo de conclusión, se puede decir que el uso problemático de Internet es un hecho que provoca enorme preocupación y que el apoyo social podría ser una variable muy importante a tener en cuenta (Caiza, 2013). En este estudio, los resultados apuntan a que el apoyo social podría actuar como moderador en el uso problemático de Internet y la sintomatología depresiva.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de interés en este trabajo.

REFERENCIAS

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. DSM – 5*. Washington. D. C: American Psychiatric Publishing.
- Atienza, F. L., Moreno, Y. & Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología. Universitas Tarraconensis*, 81, 29- 42.
- Beranuy, M., Chamarro, A., Graner, C. & Carbonell, X. (2009). Metodología: Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso de móvil. *Psicothema*, 21, 480-485.
- Caiza, T. (2013). *Adicción a internet y sus consecuencias en adolescentes de la ciudad de Quito en el año 2013*. Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Quito.
- Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A. & Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: Una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del psicólogo*, 33, 82-89. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2096.pdf>
- Cruzado, L., Matos, L. & Kendall, R. (2006). Adicción a internet: Perfil clínico y epidemiológico de pacientes hospitalizados en un instituto nacional de salud mental. *Medica Herediana*, 17, 197-205.

- Domínguez, C., Geijo, S., Sánchez, I., Imaz, C. & Cabús, G. (2012). Revisión de los mecanismos implicados en el uso problemático de Internet. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32, 691-705.
- Echeburúa, E. & De Corral, P. (2010). Adicción a las Nuevas Tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto. *Adicciones*, 22, 91-96.
- Estévez, L., Bayón, C., de la Cruz, J. & Fernández-Liria, A. (2009). Uso y abuso de Internet en adolescentes. En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (Eds.), *Adicción a las Nuevas Tecnologías en adolescentes y jóvenes* (pp. 101-130). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Flores, N., Jenaro, C., González, F., Martín, E., & Poy, R. (2014). Adicción al móvil en alumnos de secundaria: efectos en la convivencia. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and education*, 3, 215-225. Recuperado de <http://www.ejihpe.es/index.php/journal/article/view/44/pdf>
- Gámez-Guadix, M. & Itzel, F. (2015). El modelo cognitivo-conductual de la adicción a Internet: el papel de la depresión y la impulsividad en adolescentes mexicanos. *Psicología y Salud*, 25, 111-122.
- Gámez-Guadix, M. (2014). Depressive Symptoms and Problematic Internet Use Among Adolescents: Analysis of the Longitudinal Relationships from the Cognitive-Behavioral Model. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17, 714-719.
- Gámez-Guadix, M., Orue, I., & Calvete, E. (2013). Evaluation of the cognitive-behavioral model of generalized and problematic Internet use in Spanish adolescents. *Psicothema*, 25, 299-306.
- García del Castillo, J. A., Terol, C., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M. & Sitges, E. (2008). Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones: Revista de sociodrogalcohol*, 20, 131-142. Recuperado de <http://www.adicciones.es/files/garcia%20del%20castillo.pdf>
- Gomes- Franco- E- Silva, F. & Sendín-Gutiérrez, J. C. (2014). Internet as a Haven and Social Shield: Problematic Uses of the Network by Young Spaniards. *Comunicar*, 43, 45-62.
- Harfuch, M. F., Murguía, M. P., Lever, J. & Andrade, D. (2009). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18, 6-18.
- Herrero-Fernández, D. (2015). A comparison of Internet-based and paper-and-pencil questionnaires in assessing driving anger in a Spanish sample. *REMA: Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 20(1), 1-15.
- Jiménez, A. L., & Pantoja, V. (2007). Autoestima y relaciones Interpersonales en sujetos adictos a Internet. *Psicología- Segunda Época*, 16, 78-89.
- Labrador, F. J., Villadangos, S. M., Crespo, M., & Becoña, E. (2013). Desarrollo y validación del cuestionario de uso problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT). *Anales de Psicología*, 29, 836-847.
- Labrador, F. J. & Villadangos, S. M. (2010). Menores y Nuevas Tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22, 180-188.
- Marco, C., & Chóliz, M. (2013). Tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a Internet y videojuegos. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 13, 25-141.
- Meade, A. W., Michels, L. C., & Lautenschlager, G. J. (2007). Are Internet and Paper-and-Pencil Personality Tests Truly Comparable? An experimental design measurement invariance study. *Organizational Research Methods*, 10(2), 322 - 345.
- Mendoza, Y. & Méndez, L. (2014). Adicción a Internet. En Moreno, A., Cano, J. & Maciel, G. E. (Eds.), *Educación. Handbook T- III* (pp. 121-129). Recuperado de <file:///C:/Users/pc/Downloads/Dialnet-EducacionHandbookTIII-563831.pdf>
- Morrison, C. & Gore, H. (2010). The Relationship between Excessive Internet Use and Depression: A Questionnaire- Based Study of 1319 Young People and Adults. *Psychopathology*, 43, 121-126. doi: 10.1159/000277001.
- Ortiz, J. I., Morocho, M. I., Tenezaca, Á. H., Torres, M. G., Ugalde, T. & Diana, P. (2014). Diagnóstico de la relación entre el uso excesivo de las TICs y síntomas depresivos y ansiedad en estudiantes de medicina, Universidad de Cuenca, Ecuador. *Maskana*, 5, 41-48.
- Puerta-Cortés, D. X., & Carbonell, X. (2014). El modelo de los cinco grandes factores de personalidad y el uso problemático de Internet en jóvenes colombianos. *Adicciones*, 26, 54-61.
- Renau, V., Carbonell, X., & Oberst, U. (2012). Redes sociales on-line, género y construcción del self. *Aloma*, 30, 97-110.
- Revilla, L., Luna, J., Bailón, E. & Medina, I. (2005). Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. *Medicina de Familia*, 6, 10-18.
- Rial, A., Golpe, S., Gómez, P. & Barreiro, C. (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. *Health and Addictions/ Salud y Drogas*, 15, 25-38.
- Rial, A., Gómez, P., Braña, T. & Varela, J. (2014). Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de Psicología*, 30, 642-655.
- Robles, J.I., Andreu, J. M. y Peña, E. (2002). SCL- 90- R: Aplicación y análisis de sus propiedades psicométricas en una muestra de sujetos clínicos españoles. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 2, 5- 19.
- Ruiz Olivares, R., Lucena, V., Pino, M. J. & Herruzo, J. (2010). Analysis of behavior related to use of the Internet, mobile telephones, compulsive shopping and gambling among university students. *Adicciones*, 22, 301- 310.
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamorro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20, 149-159.
- Shapira, N. A., Lessing, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. & Stein, D. J. (2003). Problematic Internet Use:

proposed classification and diagnostic criteria. *Depress Anxiety*, 17, 207-216.

Viñas, F., Ferrer, J. J., Villar, E., Caparros, B., Pérez, I. & Cornella, M. (2002). Internet y Psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología. *Clínica y Salud*, 13, 235-256.

Whang, L. S. M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 6, 143-150.