

MÁSTER DE INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA
EN CONTEXTOS DE EDUCACIÓN FORMAL Y NO FORMAL

TRABAJO FIN DE MÁSTER

**El uso problemático del móvil en jóvenes y adolescentes: una
revisión sistemática**

Nombre del estudiante: Marina Santiago Medina

Tutor/a: Lidia Santana Vega

Curso 2022/2023

AGRADECIMIENTOS

Agradezco en primer lugar, a mi familia, mi hermana y mis padres, porque sin su apoyo y respaldo no hubiese sido posible llegar hasta aquí, por guiarme en el camino que yo elegí y ser mi aleteo constante desde que decidí emprender mi viaje, por los valores transmitidos los cuales me han ayudado a ser quién soy.

Al máster cursado, por los conocimientos y formación otorgados de la mano de cada uno de los profesionales que lo han impartido. Por último, a mi tutora Lidia Santana Vega, por guiarme y asesorarme en el proceso y desarrollo del trabajo, el cual me ha permitido superarme de manera académica y formativa.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
2. MARCO TEÓRICO	6
2.1. Uso del móvil en jóvenes y adolescentes.....	6
2.2. Uso problemático del teléfono móvil y la comunicación familiar.....	7
2.3. Factores relacionados con las adicciones generadas.....	9
2.4. Riesgos de exclusión social.....	10
3. DISEÑO METODOLÓGICO	10
3.1. Objetivos.....	11
3.2. Metodología.....	11
3.3. Procedimiento de búsqueda.....	12
3.4. Criterios de inclusión y exclusión.....	12
3.5. Recolección de datos.....	13
4. RESULTADOS	17
5. DISCUSIÓN	23
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	27
Referencias bibliográficas de la selección de la revisión sistemática	30

RESUMEN

Actualmente y a nivel mundial nos encontramos con que uno de los mayores problemas entre la población adolescente es el uso problemático y desmedido del teléfono móvil; este uso problemático del móvil conlleva riesgos en distintas esferas de la vida de la población adolescente. En este estudio de revisión sistemática se pretende realizar una búsqueda exhaustiva de trabajos sobre el uso problemático del móvil en jóvenes y adolescentes. En concreto pretendemos: 1) Conocer qué se entiende por uso problemático del teléfono móvil y 2) analizar las consecuencias del uso inapropiado del teléfono móvil. El método utilizado ha seguido las directrices de la declaración PRISMA. La investigación se ha llevado a cabo mediante el análisis de 12 artículos. Los resultados se presentan en función de los objetivos de la revisión; finalmente se discute si estamos ante un uso problemático, o ante una adicción al móvil de los jóvenes, que provoca el deterioro de las relaciones sociales y familiares.

PALABRAS CLAVE: uso problemático, teléfono móvil, jóvenes y adolescentes, familias, relaciones sociales.

ABSTRACT

Currently and worldwide, we find that one of the biggest problems among the adolescent population is the problematic and excessive use of smartphones; this problematic use of smartphones has risks in different spheres of life of the adolescent population. In this systematic review study, we aim to conduct an exhaustive search for papers on problematic smartphones use in young people and adolescents. Specifically, we aim to: 1) To know what is meant by problematic cell phone use and 2) to analyze the consequences of inappropriate cell phone use. The method used followed the guidelines of the PRISMA declaration. The research was carried out by analyzing 12 articles. The results are presented according to the objectives of the review; finally, it is discussed whether we are dealing with a problematic use, or with an addiction smartphone in young people, which causes the deterioration of social and family relationships.

KEY WORDS: problematic use, mobile phone, youth and teenagers, families, social relationships

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, y a nivel mundial, nos encontramos con el hecho de que uno de los mayores problemas existentes entre la población joven y adolescente es el uso problemático y desmedido del teléfono móvil. Este uso inapropiado del móvil conlleva riesgos en las distintas esferas de la vida de un individuo; tal como señala los datos recogidos en los informes *Net Children Go Mobile* en el año 2016, más de la mitad de los españoles/as cuyas edades oscilan entre los 16 y 17 años, ya disponen de un dispositivo móvil, aumentando de manera considerable el uso de los teléfonos móviles entre la población joven.

En este trabajo se abordará el uso de los teléfonos móviles y los problemas que su mal uso está generando entre adolescentes y jóvenes, qué riesgos y adicciones se pueden presentar con el mal uso de estos dispositivos, y de qué manera esto repercute en el entorno familiar y social de los menores. Sin embargo, no podemos hablar del uso del móvil, sin dejar de lado a las redes sociales, pues ambos conceptos se encuentran relacionados. No hay que olvidar que los dispositivos móviles albergan todo tipo de información personal y, que si esta no es controlada, corre el peligro de difundirse ante desconocidos. Las redes sociales son la ventana al mundo de cualquier individuo que esté dispuesto a difundir información sobre su persona, por mínima que sea, tal es así, que el mal uso de esta información a través de las redes sociales, puede dar pie a usos problemáticos y no controlados de los dispositivos móviles.

Según estudios realizados (del Barrio, 2014) WhatsApp es utilizado por el 88% de jóvenes y adolescentes, y el 56,7% afirma estar enganchados a esta red social haciendo un uso adictivo del teléfono móvil. Observamos que el uso de las redes sociales incrementa la adicción a los dispositivos electrónicos, pues estas redes demandan en los jóvenes y adolescentes la necesidad de estar conectados, por lo que aumenta su tiempo de utilización y la dependencia a este aparato provocando un mal uso del mismo.

A través de este trabajo, se pretende realizar una búsqueda exhaustiva en español sobre el uso problemático del móvil en jóvenes y adolescentes, así como los factores de riesgo implicados en el uso problemático del móvil, en qué medida el uso desmedido de este dispositivo afecta a las relaciones sociales y a las relaciones familiares, qué adicciones puede generar, o de qué manera su uso inadecuado puede condicionar a un individuo en el desarrollo de su vida y su socialización con el entorno que le rodea. Para llevar a cabo este

trabajo, se realizará una revisión sistemática a través de diferentes recursos y plataformas virtuales, que nos permitirá filtrar una serie de documentos de utilidad para responder a los objetivos planteados, a la vez que descubrir las incógnitas que nos presenta este tema tan actual.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Uso del móvil en jóvenes y adolescentes

Tal como menciona del Barrio (2014), el teléfono móvil es la pantalla más utilizada por los jóvenes y adolescentes en la actualidad, debido a su fácil manejo, versatilidad y a su portabilidad. Estas características hacen que este dispositivo sea uno de los favoritos para acceder a redes sociales, internet, comunicación instantánea, etc. La edad en la que los menores adquieren su primer teléfono móvil se va adelantando cada año, a la vez que tienen acceso a diferentes redes sociales, con varios perfiles abiertos que combinan con la mensajería instantánea. Se ha determinado que el smartphone, es el dispositivo electrónico por excelencia en España, según el 91,90% de la población, donde le precede el uso de ordenadores según el 62,90% y por último las tablets que ocupan el 29,70% (Telefónica, 2019).

Se destaca que en España, la red social más usada por parte de los jóvenes y adolescentes es Instagram por lo que cabe señalar algunos porcentajes que indican que el 95% de los menores accedían a Instagram a través de sus dispositivos móviles (Prades y Carbonell, 2016), pues una de las principales actividades de los menores a la hora de utilizar internet, es la monitorización y control de sus redes sociales, por ello, uno de los indicadores de uso problemático del teléfono móvil, es su utilización en exceso.

El uso de estas tecnologías de la información y la comunicación, ha incrementado de manera considerable en los últimos años, siendo los jóvenes y adolescentes el colectivo que mejor se desenvuelve, debido a que han sido la primera generación que ha crecido junto a las tecnologías, estos son considerados como potenciales consumidores de las TIC en la actualidad (Casero-Ripollés, 2012).

Debido a esto, se podría decir que los datos observados explicarían las transformaciones sufridas en las formas de comunicación y socialización entre las personas, así como, en la búsqueda de la información, o incluso en las actividades que los jóvenes y adolescentes desarrollan en su tiempo libre (Brennan y Dempsey, 2018), provocando así que el canal principal de comunicación e información sean las redes sociales generando de esta forma, un cambio sobre el consumo de noticias entre este tipo de población.

Pascual Martínez et al. (2017), han llegado a demostrar que el uso problemático de las nuevas tecnologías, y en concreto el uso del teléfono móvil, incitan a conductas consideradas como patognómicas, debido al comportamiento adictivo que se está generando en la población, un ejemplo de ello es la sensación de desahogo producida al hacer uso de los dispositivos móviles o, por el contrario, el malestar generado al no poder usarlo.

2.2. Uso problemático del teléfono móvil, fobia a sentirse excluido y comunicación familiar

Un buen uso del teléfono móvil puede traer beneficios, pues este sirve para gestionar las relaciones entre amigos, familiares, compañeros, etc. No obstante, su uso problemático y adicción, afecta en muchos aspectos del desarrollo de un sujeto, pues incide de manera negativa en las formas y en la calidad de la comunicación del entorno familiar, influyendo en la desconexión verbal, dando pie a malos entendidos, falta de comunicación, distanciamiento, etc. (Davis, 2001).

Por este motivo, las expectativas de padres y madres ante la mejora de la comunicación en el entorno familiar, se ve afectada por el uso excesivo y diario que los menores dan a los dispositivos móviles, dejando de lado las tareas comunes que se desarrollan dentro de los hogares y las cuáles facilitan la comunicación. No obstante, fortalecer los vínculos emocionales y afectivos entre las familias, fomentan en los sujetos la sensación de sentirse protegidos, apoyados, valorados, etc. (Sánchez et al., 2015), aunque esa realidad se ha visto afectada por el reemplazo del teléfono móvil en escenas familiares donde antes impregnaba la comunicación.

De este modo, la comunicación se ha alzado como factor determinante en el estado emocional, ya que esta comunicación fomenta una mejora de la autoestima y el sentimiento

de protección en el entorno familiar, tal como menciona Jiménez (2011). Actualmente, y a partir del excesivo uso de las nuevas tecnologías, el dispositivo móvil ha sido considerado como uno de los medios de comunicación que presentan una mayor influencia en el desarrollo de las dinámicas sociales, y en concreto en las familiares. De este modo, estos hechos han realizado una transformación en la comunicación entre las familias (Jiménez, 2011).

Para entender la rapidez con la que se ha introducido el teléfono móvil en la vida cotidiana actual, es necesario destacar sus ventajas, entre las que cabría resaltar la facilidad que aporta a la hora de establecer relaciones sociales, acortando distancias y ofreciendo, a su vez, entretenimiento. No obstante, esta ventaja puede convertirse en motivo de conflictos de origen familiar, ya que el uso abusivo del móvil afecta significativamente al desarrollo adecuado de relaciones en el seno de la unidad familiar. El teléfono móvil produce un impacto negativo en las familias, esto genera una necesidad de realizar un análisis y revisión sobre las nuevas formas de comunicación y sus consecuencias (Alpizar Jiménez, 2015).

El «Fear of Missing Out» (FoMO) es el temor de perderse experiencias o fobia a sentirse excluidos/as; este temor, cada día más presente en la vida de los jóvenes que hacen un uso inadecuado del móvil está incidiendo sobremanera en la comunicación entre padres e hijos/as en la etapa de educación secundaria. En la investigación realizada por Santana-Vega, et al. (2019), se comprobó que a mayor uso del teléfono móvil, mayor es el nivel de FoMO, pues los menores que realizan un uso de este dispositivo en una franja de más de 4 horas, generan un mayor temor a no sentirse conectados y, a su vez, sentirse excluidos. Además, el FoMO produce un menor nivel de comunicación parento-filial. Aquellos menores que hacen un uso del teléfono móvil entre 0 y 2 horas, tienen mayor comunicación con sus progenitores, al contrario que los que utilizan este dispositivo más horas. Esta investigación recoge como resultados, que los adolescentes entre 15-19 años hacen un mayor uso del teléfono móvil, viendo cómo esto se reduce en la etapa de la preadolescencia y en adultos jóvenes.

Según Elhai et al. (2016), el temor de perderse experiencias o fobia a sentirse excluidos/as, incrementa la necesidad de que los menores se sientan conectados a redes sociales de manera permanente, lo que incita el temor entre los jóvenes y adolescentes a sentir que se pierden experiencias del entorno social que les rodea.

2.3. Factores relacionados con las adicciones generadas

Por lo general, los jóvenes y adolescentes se presentan como un grupo vulnerable ante las influencias de la sociedad, y esas influencias vienen marcadas en gran parte por el uso del dispositivo móvil y las redes sociales. Un mal uso del dispositivo móvil puede influir en el desarrollo psicológico y social de este grupo (Pertegal-Vega et al., 2019). Estos autores, afirman que los jóvenes y adolescentes se encuentran permanentemente conectados a sus dispositivos móviles, los cuales abren una ventana a las redes sociales y a la necesidad de mantenerse en contacto con otros, a buscar el reconocimiento social y a establecer nuevas relaciones, permitiéndoles formar parte de algo, a la vez que desarrollan un elevado índice de dependencia al utilizar con mayor frecuencia el dispositivo móvil.

Aunque la adicción al uso del teléfono móvil no está considerado como una adicción al no estar incluidas en los criterios del *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (DSM V), muchos son los indicadores que nos dicen que se trata de una adicción, debido a características similares a otro tipo de adicciones, características tales como conflictos, prolongado tiempo de uso, recaídas, etc. No obstante, esta adicción al dispositivo móvil se genera debido a sus numerosas posibilidades de uso, sus funciones, su atractivo para establecer relaciones sociales y a la obtención de información y comunicación de manera inmediata (García del Castillo, 2013).

La necesidad de sentirse permanentemente conectado, tiene un claro impacto sobre los individuos, sus emociones y comportamientos; un uso excesivo del dispositivo móvil y un mal manejo del mismo afecta a la estabilidad emocional de los jóvenes y adolescentes. Es por tal motivo, que se incide en que el uso problemático del teléfono móvil no está ligado a las nuevas tecnologías, sino a la manera de utilizarlas. El riesgo y la vulnerabilidad que puede presentar un sujeto a padecer una adicción, es proporcional al tiempo de exposición y utilización que hace de su dispositivo móvil, además del desarrollo de patologías tales como la depresión y la ansiedad (Capilla, 2017,; Estévez et al., 2017; García del Castillo, 2013).

2.4. Riesgos de exclusión social

Se entiende como exclusión social a determinadas situaciones que son el resultado de una serie de acontecimientos impulsados por desigualdades estructurales que están relacionadas con el sistema social y económico.

Tal como señala Rivero (2017), el 90% de la población realiza un uso de las TIC en la mayoría de horas del día. Según datos generales corroborados por este autor, España ocupa el primer puesto a nivel mundial donde el 88% de la población hace uso del teléfono móvil, siendo este dispositivo el más utilizado para tener acceso a internet entre la población, destacando también su accesibilidad entre la población joven y adolescente.

Haciendo referencia al término de “brecha digital”, el cual entendemos como la diferencia entre un grupo social capaz de beneficiarse de las tecnologías y otro que es incapaz de hacerlo, es indiscutible que el acceso a estas tecnologías se convierta en un elemento más que agrave la exclusión social, por tal motivo, tener o no un teléfono móvil contribuye a un nuevo modelo de desigualdades, el cual es necesario combatir (Alva de la Selva, 2015). Las TIC y en concreto el uso del teléfono móvil pueden contribuir a que se den nuevas situaciones de exclusión social o, por el contrario, prevenir estas situaciones.

Para mencionar otros factores relacionados con la exclusión social entre jóvenes y adolescentes, cabe señalar que toda participación o exposición de este grupo social en espacios virtuales de carácter público tiene algunos inconvenientes, entre otros el hecho de recibir críticas, alguna de ellas pueden ser agresivas o perversas; esto aumenta la posibilidad de que el sujeto pueda padecer exclusión social y ciberacoso. Otro de los factores detectados, es la necesidad de este grupo social a sentirse aceptados a través de internet y las redes sociales.

3. DISEÑO METODOLÓGICO

El presente trabajo es un estudio de revisión sistemática de la literatura sobre el uso problemático del teléfono móvil, así como los factores de riesgo implicados en este uso problemático; las revisiones sistemáticas realizadas sobre esta temática en los último diez años son escasas.

3.1 Objetivos

Los objetivos que se establecen en esta investigación son los siguientes:

- Conocer qué se entiende por uso problemático del teléfono móvil.
- Analizar las consecuencias del uso inapropiado del teléfono móvil.

3.2 Metodología

La revisión sistemática (RS) hace referencia a un tipo de investigación científica en el cual se pretende la revisión de la literatura partiendo de una pregunta que se debe formular de forma objetiva y clara. Se debe utilizar una metodología sistemática y explícita que ayude a encontrar, elegir y valorar de manera crítica aquellas investigaciones que sean relevantes y afines a la pregunta formulada. La recogida de datos e información debe realizarse a través de procesos sistemáticos, con la finalidad y objetivo de lograr conclusiones fundamentadas y validadas científicamente sobre la pregunta formulada (Sánchez-Meca, 2010).

La recogida y selección de datos es un proceso riguroso, en el cual es necesario que se utilicen herramientas que permitan sesgar y filtrar la información necesaria para lograr los objetivos, además de delimitar unos criterios de inclusión y exclusión sobre el estudio. Las revisiones sistemáticas (RS) desempeñan diferentes roles que se consideran imprescindibles para la investigación, consiste en realizar una identificación, selección, evaluación y síntesis de las investigaciones recogidas. La RS hace referencia a un tipo de investigación de carácter científico, en el cual la muestra de análisis son estudios primarios que tratan sobre una misma temática. La declaración *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) se configura como una de las herramientas más adecuadas para la mejora de la calidad de las publicaciones de RS (Sánchez-Serrano et al., 2022).

3.3 Procedimiento de búsqueda

En el desarrollo de esta investigación se ha realizado una búsqueda a través de diferentes páginas webs, donde se ha utilizado algunos términos o palabras claves para la estrategia de búsqueda, estos son “*uso problemático del móvil*” y “*uso del móvil en jóvenes y adolescentes*”.

Los recursos webs utilizados para la búsqueda de información de la revisión sistemática fueron Punto Q, Scopus y Dialnet, las tres hacen referencia a portales de bases de datos que proporcionan numerosas investigaciones, documentos, revistas, etc. de carácter científico.

3.4 Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión y exclusión utilizados para la muestra de los artículos finales de la investigación han sido los siguientes:

- ❖ Artículos cuyo objetivo de investigación sea el uso problemático de los móviles en jóvenes y adolescentes.
- ❖ Rango de edad de jóvenes y adolescentes entre 10 y 25 años.
- ❖ Artículos en español.
- ❖ Artículos de los últimos 10 años.
- ❖ Los artículos deben encontrarse en las plataformas web utilizadas.
- ❖ Artículos evaluados por el criterio de doble ciego en revistas científicas.

Por otro lado, los criterios de exclusión han sido los siguientes:

- ❖ Artículos cuyo objetivo de investigación no sea el uso problemático de los móviles en jóvenes y adolescentes.
- ❖ Artículos donde la muestra de investigación sea población adulta con un rango de edad superior a 25 años.
- ❖ Artículos que estén publicados en otros idiomas que no sean español o inglés.
- ❖ Los artículos publicados con anterioridad al año 2013.

- ❖ Se excluyen artículos que no estén contemplados en las bases de datos de los recursos webs utilizados.
- ❖ Se excluyen publicaciones en formatos de capítulos de libros y libros.
- ❖ Se excluyen publicaciones en un idioma distinto al español.

3.5 Recolección de datos

Para la primera fase de cribado de la selección de artículos, se revisaron los títulos que estuvieran relacionados con el tema en cuestión, excluyendo aquellos que no tuvieran relación con el objeto de estudio.

En la segunda fase, se realizó una revisión del resumen de cada artículo encontrado, procediendo a eliminar y excluir aquellos que no tuvieran relación con los objetivos previamente establecidos o que no cumplieran con los criterios de inclusión mencionados, además de eliminar los artículos duplicados en una misma base de datos.

En la tercera y última fase, se procedió a realizar un análisis exhaustivo de los textos y documentos encontrados para hacer una selección final, en esta fase se eliminaron aquellos documentos que se encontraban duplicados en las demás bases de datos, que no cumplieran con los criterios de inclusión o que el objeto de estudio no tenía relación con la investigación.

De esta forma, a través de las bases de datos utilizadas, se obtuvieron un total de 829 documentos identificados, y a través de la filtración y cribado de los artículos obtenidos, quedaron finalmente 12 que fueron seleccionados y estructurados de la siguiente forma:

La primera base de datos utilizada fue Punto Q, donde se comenzó realizando una búsqueda con los términos establecidos anteriormente:

- ❖ Introduciendo el término “*uso problemático del móvil*” se obtuvieron un total de 189 resultados, a continuación se aplicaron los filtros de inclusión quedando finalmente un total de 126 documentos. De esos 126 resultados, se realizó una lectura del resumen de los trabajos, y en base a los objetivos de la investigación finalmente se seleccionaron un total de 6.

Por otra parte, se utilizó el término “*uso del móvil en jóvenes y adolescentes*” para realizar una doble búsqueda en la que se obtuvieron un total de 104 resultados, posteriormente y tras aplicar los filtros establecidos, quedaron 67 resultados. Finalmente y tras realizar una lectura, de estos últimos quedaron 2 documentos que no se encontraban duplicados y que cumplían con los criterios de inclusión.

La segunda base de datos utilizada ha sido Scopus, donde se encontraron los siguientes documentos:

- ❖ Utilizando el término “*uso problemático del móvil*” se recogieron 6 artículos, los cuales tras realizar el cribado siguieron quedando los mismos. Tras analizar los textos se descartaron cuatro documentos ya que se encontraban duplicados en el Punto Q, y uno de ellos no se encontraba el texto completo por lo que el resultado final de la búsqueda fue de 2 documentos.

Por otro lado, se realizó una segunda búsqueda con el término “*uso del móvil en jóvenes y adolescentes*”, donde se encontró 1 documento, el cual fue descartado ya que no se ajustaba al objeto de investigación y tampoco a los criterios de inclusión.

La tercera y última base de datos utilizada ha sido Dialnet, en la cual se encontraron los siguientes resultados:

- ❖ Introduciendo el término “*uso problemático del teléfono móvil*”, se encontraron 413 artículos en total, posterior a ello se introdujeron los criterios de inclusión, lo que filtro la búsqueda obteniendo 172 resultados, los cuales tras el proceso de lectura de resúmenes quedaron 4 documentos cuyos contenidos estaban relacionados con el objeto de estudio. Finalmente se seleccionaron 2 registros, ambos se ajustan a nuestros criterios, por lo que fueron incluidos en nuestra selección de artículos finales tras el análisis exhaustivo de los textos.

En nuestra segunda búsqueda, se introdujo el término “*uso del móvil en jóvenes y adolescentes*”. En un principio se obtuvieron 116 resultados que pasaron a ser filtrados, y que posterior a ello se quedó en 64 documentos. Tras la lectura se seleccionaron 4 resultados, finalmente después de realizar un análisis en profundidad de los textos y comprobar que cumplían con los criterios de inclusión, se descartaron 3 registros, quedando 1 documento tras este proceso.

Por último, se puede observar en el diagrama (Figura 1) que en un principio se contaba con un total de 829 registros, y que tras el proceso de selección, elegibilidad e inclusión se excluyeron 816 artículos, y se seleccionaron 12 documentos para nuestra investigación final. Estos documentos seleccionados cuentan con una muestra cuya población va de los 10 a 25 años, cumpliendo de esta forma el criterio de inclusión que aborda la juventud y adolescencia, además de 3 artículos en inglés, todos ellos publicados en los últimos diez años centrándose en estudios de carácter descriptivos y cuantitativos.

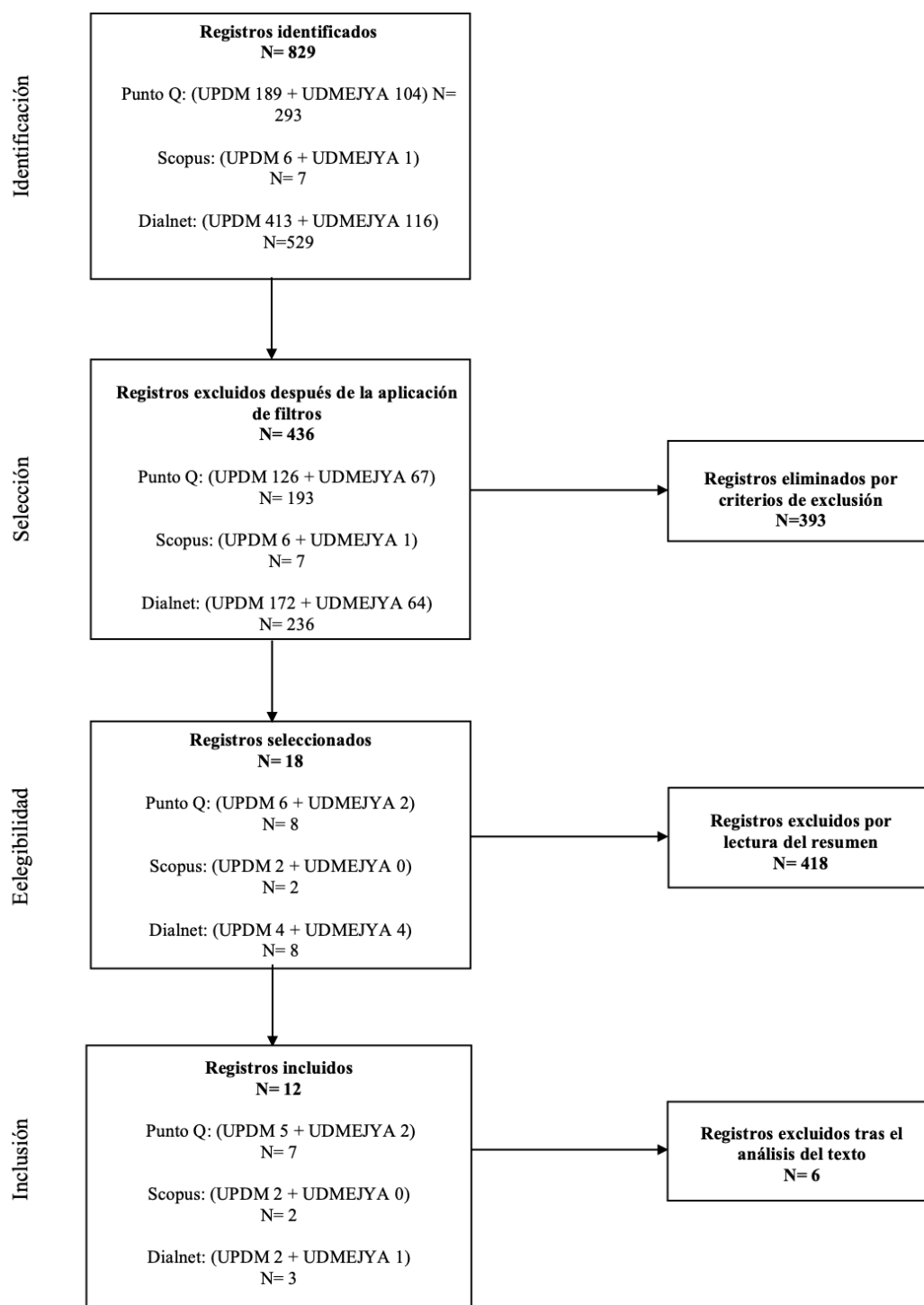


Figura 1: Proceso de búsqueda y selección de documentos

4. RESULTADOS

La Tabla 1 recoge la información sobre los resultados obtenidos en la búsqueda de artículos para la revisión sistemática. Estos documentos han sido seleccionados en función de nuestros objetivos previamente establecidos.

Tabla 1. Artículos sobre uso problemático del móvil.

Título	Autor, año y país	Edad/muestra	Instrumentos y procedimientos	Resultados
Uso problemático del móvil, fobia a sentirse excluido y comunicación familiar de los adolescentes	Santana-Vega L., Feliciano-García L., Gómez-Muñoz A.-M. Año 2019, España	Entre 12 y 19 años	<i>Cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil</i> (CERM), la adaptación española del Cuestionario « <i>Fear of Missing Out</i> » (FoMO-E) y la dimensión de comunicación con padres y madres del «Inventario de apego con padres y pares»	Se muestra que a mayor uso del móvil más nivel de FoMO experimentan los adolescentes Cuanto menor es el uso del móvil, mejor es la comunicación parentofamiliar Las chicas realizan un mayor uso del dispositivo móvil en relación a los chicos
Dependencia emocional en el noviazgo y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes	Estévez Gutiérrez A., Irache U., Iurrizaga Díez I., et al. Año 2017, España	Jóvenes universitarios	Cuestionario <i>Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes</i> (DEN) <i>Instrumento de valoración de conductas adictivas con y sin sustancias</i> (MULTICAGE CAD-4) <i>Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil</i> (CERM) <i>Symptom Check-List-90-R</i> (SCL-90-R) <i>Escala de Depresión</i>	Se muestra que existe una relación entre la dependencia emocional y el abuso del móvil La ansiedad, la depresión y la autoestima también estarían relacionadas con el uso problemático del teléfono móvil

			(CES-D) Escala de Autoestima de Rosenberg	
Utilización de internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes	Ruiz Palmero J., Sánchez Rodríguez J., Trujillo Torres J. Año 2016, España	Estudiantes de bachillerato	Cuestionario ad hoc. <i>Test of Mobile-phone Dependence (TMD)</i>	Las chicas presentan mayor dependencia del móvil, desarrollando inquietud en caso de no tener acceso al móvil, manifestando conflictos parento-filiales Menos del 1% expresan que no tienen problemas de adicción El 39,50% manifiesta tener problemas con el uso problemático del teléfono móvil
El uso problemático del teléfono móvil: análisis transversal del perfil individual y factores asociados	Olivella M., García X., Bartroli M., et al. Año 2023, España	Entre 13 y 18 años.	Encuesta <i>Factores de Riesgo en la Escuela Secundaria (FRESC)</i> <i>Cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil (CERM)</i>	Se muestran diferencias de sexo, siendo las chicas las que realizan un mayor uso problemático del teléfono móvil Se observan factores relacionados con el uso problemático, siendo estos el uso del móvil antes de irse a dormir, malas relaciones con los familiares, salud mental inestable, sedentarismo, utilizar el móvil cenando o consumo de sustancias

<p>El uso problemático del smartphone en estudiantes universitarios</p>	<p>Marín Díaz V., Vega Gea E., Sampedro Requena B. Año 2018, España</p>	<p>Estudiantes universitarios</p>	<p>Escala <i>Mobile Phone Problem Use Scale (MPPUS)</i></p>	<p>Según los resultados, las relaciones de los jóvenes se sustentan por el uso del móvil, pues sin él no existiría comunicación con el resto de amigos</p> <p>Se confirma la existencia de FoMO</p> <p>La muestra no presenta un uso problemático del móvil</p>
<p>Factores de riesgo en el uso problemático de internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles</p>	<p>Moral M., Suárez C. Año 2016, España</p>	<p>Entre 12 y 17 años</p>	<p><i>Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI)</i> <i>Cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil (CERM)</i> Escalas <i>Generalized Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS2)</i> <i>Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT)</i></p>	<p>Se revela que no hay existencia de problemas graves en el uso problemático del teléfono móvil</p> <p>Las chicas presentan mayor uso problemático del teléfono móvil</p> <p>Se muestra una preferencia ante la interacción social de manera <i>online</i></p> <p>Se encuentra una reducción en el uso problemático del teléfono móvil en cuanto va avanzando la edad. A mayor edad menor uso problemático</p>
<p>Instrumentos de</p>	<p>Simó Sanz</p>	<p>Jóvenes y</p>	<p>Escalas</p>	<p>Existe una preocupación por</p>

<p>evaluación del uso problemático del teléfono móvil/smartphone</p>	<p>C., et al. Año 2017, España</p>	<p>adolescentes</p>	<p><i>Mobile Phone Problem Use Scale (MPPUS)</i> <i>Mobile Phone Dependence Questionnaire (MPDQ)</i> <i>Cellular Phone Dependence Questionnaire (CPDQ)</i> <i>SMS Problem Use Diagnostic Questionnaire (SMS-PUDQ)</i> <i>Smartphone Addiction Proneness Scale (SAPS)</i> <i>Smartphone Addiction Inventory (SPAI)</i> <i>Cell-Phone Over Use Scale (COS)</i> <i>Mobile Phone Addiction Index (MPAI)</i> <i>Problematic Mobile Phone Use Questionnaire (PMPUQ)</i> <i>Text-Message Dependency Scale (TMDS)</i> <i>Problematic Cellular Phone Use Questionnaire (PCPU-Q)</i> <i>The Smartphone Problematic Questionnaire (SPUQ)</i> <i>Smartphone Addiction Scale (SAS)</i> <i>Cuestionario de</i></p>	<p>sentirse conectado al móvil</p> <p>Problemas de ansiedad, abstinencia y control de los impulsos cuando no se tiene el teléfono móvil</p> <p>Se muestran conflictos derivados del uso del móvil, estos están relacionados con las emociones y las relaciones sociales</p> <p>Comportamiento compulsivo</p> <p>Se muestra que los jóvenes y adolescentes mienten a sus padres y terapeutas para ocultar el uso excesivo del móvil</p>
--	---	---------------------	--	--

			<p><i>experiencias relacionadas con el móvil</i></p> <p>(CERM)</p> <p><i>Test de Abuso y Dependencia al Teléfono Móvil</i></p> <p>(TDM)</p> <p><i>Mobile Phone Involvement Questionnaire</i></p> <p>(MPIQ)</p>	
<p>Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico</p>	<p>Capilla Garrido E., Cubo Delgado S.</p> <p>Año 2017, España</p>	<p>Jóvenes universitarios entre 19 y 29 años</p>	<p>Cuestionario de datos sociocadémicos</p> <p>Cuestionario <i>Mobile Phone Problem Use Scale</i> (MPPUSA)</p> <p>Cuestionario General de Salud de Golberg</p>	<p>El uso problemático del teléfono móvil está relacionado con mayores puntuaciones en síntomas somáticos</p> <p>Existe una relación entre el uso problemático del móvil y la depresión</p> <p>Se muestra que los jóvenes con usos problemáticos del teléfono móvil presentan disfunciones personales, familiares y sociales</p>
<p>Comunicación familiar en la era del vacío: nuevas patologías asociadas al uso problemático del móvil</p>	<p>Rodríguez Sas O., Estrada L.</p> <p>Año 2019, España</p>	<p>Jóvenes y adolescentes</p>	<p>Revisión bibliográfica de documentos relacionados con las nuevas patologías asociadas con el uso problemático del móvil.</p>	<p>El teléfono móvil es el aparato con mayor incidencia en las dinámicas familiares</p> <p>A cuanto mayor tecno interferencia, mayores son los conflictos familiares</p> <p>El uso desmedido del teléfono móvil deriva en patologías como ansiedad, nomofobia, FoMO, etc.</p>
<p>Percepción del</p>	<p>de Miguel</p>	<p>Alumnado de</p>	<p><i>Escala de Uso</i></p>	<p>Se muestra que los estudiantes no</p>

uso del teléfono móvil en alumnos desde Educación Primaria hasta Grado Universitario	C., Domínguez Pérez D., Rodríguez Sánchez G. Año 2021, España	Primaria hasta Grado Universitario	<i>Problemático del Teléfono Móvil</i> (EUPTM) <i>Mobile Phone Problem Use Scale</i> (MPPUS)	perciben ningún tipo de uso problemático del teléfono móvil Antes de los 15 años el 96,3% de la muestra ya dispone de móvil propio Las chicas hacen un mayor uso de este dispositivo que los chicos Se muestra una influencia negativa en las calificaciones académicas a mayor uso del móvil
Uso problemático del smartphone en la adolescencia: supervisión familiar y estrés tecnológico	Díaz López A., Maquilón Sánchez J., Mirete Ruiz A. Año 2023, España	Entre 11 y 18 años	Cuestionario Ud-TIC <i>Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet</i> (CERI) <i>Cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil</i> (CERM)	Se muestra que los jóvenes trasnochan por la utilización del teléfono móvil Muestran inquietud o nerviosismo cuando no reciben llamadas o mensajes, siendo las chicas las que tienen más presencia en este indicador El alumnado que sí tiene supervisión familiar, presenta menos problemas con el uso del móvil
Nomofobia y FoMO en el uso del smartphone en jóvenes: el rol de la ansiedad por estar conectados	Braña Sánchez A., Moral Jiménez M. Año 2023, España	Entre 18 y 25 años	Cuestionario <i>Fear of missing out questionnaire</i> (FoMO) <i>Cuestionario de Nomofobia</i> (NMP-Q) <i>Beck Anxiety Inventory</i> (BAI)	Las chicas presentan mayor nomofobia y ansiedad Se confirma que existe una relación con la nomofobia y el FoMO entre aquellos que utilizan el móvil cinco horas o más a los que lo utilizan menos tiempo

5. DISCUSIÓN

En esta revisión sistemática, se ha realizado una búsqueda y selección de documentos, los cuales nos han sido de gran ayuda para dar respuesta a los objetivos planteados en esta investigación. La búsqueda ha sido realizada a través de documentos de los últimos diez años, que dieran respuesta a nuestros objetivos: conocer qué se entiende por uso problemático del teléfono móvil y analizar las consecuencias del uso inapropiado del teléfono móvil.

A través del análisis de artículos, se ha podido comprobar que el uso desmedido e inapropiado de este dispositivo está causando trastornos psicosociales, personales y familiares entre jóvenes y adolescentes, provocando estragos en su manera de relacionarse con el entorno que les rodea, afectando a las relaciones familiares o incluso causando incidencias en factores académicos, generando cada vez más dependencia y ansiedad por el uso del teléfono móvil.

Según el análisis de documentos del conjunto de la muestra seleccionada, un total del 83,5% tiene a su disposición móvil propio con acceso a internet, por etapa educativa observamos que en EP el 50,1% ya dispone de un teléfono móvil, en ESO el porcentaje aumenta de manera considerable hasta el 93,1%. En Bachillerato un 95,4% de los sujetos tiene un móvil, y finalmente se ha podido observar que en la etapa universitaria el 98,4% dispone de uno. De los jóvenes y adolescentes que se han analizado, el 27,2% ha tenido acceso a su primer teléfono móvil a los 12 años (Ruíz de Miguel et al., 2021).

En cuanto a nuestro primer objetivo, *conocer qué se entiende por uso problemático del teléfono móvil*, y tal como hemos podido comprobar, se realiza un uso inapropiado del teléfono cuando éste irrumpe de manera notable en las relaciones interpersonales, en la pérdida de control del tiempo que lo utilizamos o en la relación que tiene este uso con otras variables como la sensación de ansiedad cuando no tenemos este dispositivo cerca, la depresión o la autoestima. Por ello, el uso problemático se podría entender como la utilización del móvil en espacios prolongados de tiempo, la necesidad de revisar constantemente el teléfono móvil con la finalidad de comprobar si hay llamadas o mensajes, deterioro, o incluso pérdida, de las relaciones sociales debido a la preferencia de interactuar de manera *online* (Carbonell et al., 2012).

En el caso de los jóvenes y adolescentes, el dispositivo móvil entra dentro de los objetos más preciados e importantes, pues disponer de este objeto les otorga identidad social y la posibilidad de relacionarse, destacando que en la adolescencia tenemos como elementos fundamentales la necesidad de entablar relaciones sociales para pertenecer a un grupo social, otorgándoles un sentido de pertenencia e identidad. Es por ello, que los adolescentes pertenecen al grupo más vulnerable entre la sociedad debido a que se encuentran expuestos a estos dispositivos desde edades muy tempranas, lo que les otorga un mayor acceso al mismo en edades posteriores (Berríos et al., 2015).

El uso problemático del teléfono móvil se acentúa más en edades comprendidas entre la adolescencia y la juventud, y su uso va descendiendo cuando la persona se va acercando a la edad adulta, esto se debe a la toma de conciencia de este sector en relación con los problemas que genera tal uso inadecuado, como mencionan Moral y Suárez (2016).

También se ha podido comprobar que existe una mayor incidencia de un uso problemático en las chicas, siendo estas más dependientes debido a estados de ánimo de carácter ansioso o para no sentirse solas, pues 6 de los 12 artículos examinados, confirman que las chicas hacen un mayor número de consultas en el móvil (Chóliz et al., 2009). De tales usos problemáticos se derivan diversas alteraciones afectivas y psicosociales, como desajustes del estado de ánimo, aumento del aislamiento social y deterioro de las relaciones más cercanas (García et al., 2008).

En cuanto a nuestro segundo objetivo, *analizar las consecuencias sobre el uso inapropiado del teléfono móvil*, se han analizado diversas alteraciones afectivas psicosociales derivadas de las consecuencias que este mal uso provoca; los registros seleccionados en la investigación confirman la aparición de patologías por el uso desmedido e incontrolable de este dispositivo. Dentro de las nuevas tecnologías, se destaca que el móvil es el aparato que mayor uso problemático desadaptativo genera en comparación con otros.

Entre esas consecuencias que produce este mal uso podemos destacar, el *Fear of Missing Out* (FoMO). Este concepto, que se menciona en 4 de nuestros 12 artículos hace referencia al miedo de perderse algo o quedarse fuera. Tal como señala Santana-Vega et al., (2019), los individuos que presentan índices de necesidades de carácter psicológicas insatisfechas presentan un mayor grado de FoMO, pudiendo incrementarse en adolescentes,

pues estos se encuentran en edades vulnerables donde existe la presencia de obstáculos y retos a través de los cuales se pretende lograr una identidad social y conseguir autonomía.

El FoMO es la incitación de permanecer constantemente conectados a las redes sociales, incrementando a su vez el miedo o temor en los jóvenes y adolescentes a no sentir que están conectados, el temor a perderse acontecimientos en el entorno social que les rodea, debido a que los jóvenes y adolescentes esperan que la utilización de las redes sociales aumente sus emociones de manera positiva, eliminando por el contrario las negativas, por ello existe un incremento del FoMO a cuanto mayor uso del teléfono móvil (Braña y Moral, 2023,; Marín et al., 2018;Santana-Vega et al., 2019).

Otra de las consecuencias derivadas del uso inapropiado del móvil es la nomofobia, la cual se define como el miedo excesivo e irracional de no poder hacer uso del teléfono móvil (Bragazzi y Del Puente 2014). Este hecho sucede cuando existe una ausencia de este dispositivo, por lo que el individuo comienza a experimentar síntomas tales como la abstinencia, ansiedad, angustia... debido al uso excesivo, pues los jóvenes y adolescentes que presentan altos niveles de ansiedad, también presentarán mayor grado de nomofobia y viceversa.

La familia es uno de los principales responsables a la hora de conformar una relación sana y adecuada entre los hijos/as y sus dispositivos móviles (Díaz-Vicario et al., 2019), pues tal como destaca Díaz-López et al. (2020) existe una relación significativa entre la supervisión de los progenitores y el uso frecuente del teléfono móvil.

Según el análisis de los documentos, 7 de 12 registros se muestran de acuerdo en que el uso problemático del teléfono móvil altera e irrumpe en la interacción parento-filial, además también afecta a las dinámicas y convivencia familiar. La relación existente entre los progenitores y sus hijos/as, así como también el tipo de aprendizaje que los jóvenes y adolescentes extraen de las TIC, está regulado por el control y las pautas orquestadas por las familias (Rodríguez y Estrada, 2019).

No obstante, y tal como señala Martínez et al., (2011), los progenitores se ven beneficiados a la hora de poder contactar con sus hijos/as en cualquier momento, pudiendo de esta forma ejercer un control sobre ellos, permitiéndoles geolocalizarles en todo momento.

Aunque este tipo de beneficios se ven fácilmente afectados debido al uso que se le da a este dispositivo, los padres también son consumidores importantes del teléfono móvil, lo que en ocasiones causa que dejen de lado sus responsabilidades parentales a la hora de modular y establecer usos adecuados. El uso inadecuado del móvil en los padres también se encuentra asociado con una interacción parento-filial por debajo de los modelos positivos establecidos (McDaniel y Radesky 2018).

Los progenitores han de establecer un control sobre el uso adecuado del teléfono móvil y poner límites en su utilización en espacios y tiempos determinados dentro del hogar. Aunque esta medida se ha comprobado ineficaz debido a que son los propios padres quienes en ocasiones, y de manera reiterada, infringen sus reglas; esto genera conflictos en las dinámicas familiares, de manera que se vuelve un impedimento a la hora de implementar dichas normas en los hogares (Carrasco Rivas et al., 2017).

Otro de los aspectos positivos que podríamos encontrar en este dispositivo, es que permite la comunicación entre los miembros de una familia en tiempo real, independientemente de la distancia. No obstante, a lo largo de esta RS, hemos observado que este tipo de tecnologías impactan de manera negativa en los aspectos de comunicación parento-filial, esto es debido a la poca o nula conexión verbal entre ellos, pudiendo llegar a producir distanciamientos o incluso diferencias (Davis 2001).

Podemos concluir que el uso problemático del teléfono móvil en jóvenes y adolescentes está causando estragos, sobre todo en este colectivo. Se ha comprobado en esta investigación que estos usos problemáticos existen, y que, además, se ven reflejados de manera especial en la etapa de la adolescencia y juventud.

Los problemas derivados del uso problemático del teléfono móvil están causando alarma social, lo que ha provocado que haya aumentado el número de estudios en los últimos años. No obstante, es necesario investigar si es un uso problemático, o realmente es una adicción. Además, este uso inadecuado provoca como consecuencia el deterioro de las relaciones familiares, destacando en este aspecto que las familias desempeñan un papel muy importante, pues estas se deben convertir en un medio de información y de modelo positivo para el uso adecuado del teléfono móvil. (Rial-Boubeta et al., 2015).

REFERENCIAS

American Psychiatric Association - APA. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5* (5a. ed.). Editorial Médica Panamericana.

Alva de la Selva, A. R. (2015). Los nuevos rostros de la desigualdad en el siglo XXI: la brecha digital. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*, 60 (223), 265-285.

Alpízar Jiménez, L. (2015). Entorno familiar: Factor de riesgo o protección para el desarrollo de conductas adictivas en los hijos. *Drugs and Addictive Behavior*, 1(1), 101-102. <https://doi.org/10.21501/24631779.1760>

Berrios, L., Buxarrais, M. y Garcés M. (2015). Uso de las TIC y mediación parental percibida por niños de Chile. *Comunicar*, 45, 161-168.

Bragazzi, N. y Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 16 (7), 155-160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>

Brennan, A. y Dempsey, M. (2018). The student voice: the students own views on smartphone usage and impact on their academic performance. En *12th International Technology, Education and Development Conference*, 5-7 de marzo, 2018, Valencia. <https://doi.org/10.21125/inted.2018.1836>

Casero-Ripollés, A. (2012). Más allá de los diarios: el consumo de noticias de los jóvenes en la era digital. *Comunicar*, 20(39), 151-158. <https://doi.org/10.3916/c39-2012-03-05>

Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A. y Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del Psicólogo*, 33(2), 82-89.

Carrasco Rivas, F., Droguett Vocar, R., Huaiquil Cantergiani, D., Navarrete Turrieta, A., Quiroz Silva, M. J. y Binimelis Espinoza, H. A. (2017). El uso de dispositivos móviles

por niños: Entre el consumo y el cuidado familiar. *CUHSO · Cultura - Hombre - Sociedad*, 27(1), 108-137. <https://doi.org/10.7770/cuhso-V27N1-art1191>

Chóliz, M., Villanueva, V., & Chóliz, M. C. (2009). Ellos, ellas y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 34(1), 74-88. <https://bit.ly/2BZsfct>

González-Cortés, E., Córdoba-Cabús, A., & Gómez, M. (2020). Una semana sin smartphone: usos, abuso y dependencia del teléfono móvil en jóvenes. *Bordón: Revista de pedagogía*, 72(3), 104-122. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.79296>

Davis, R. A. (2001). Un modelo cognitivo-conductual del uso patológico de internet. *Computadoras en el comportamiento humano*, 17(2), 187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)

del Barrio, A. (2014). Los adolescentes y el uso de los teléfonos móviles y los videojuegos. *International Journal of Development and Educational Psychology* 1(3), 563-570.

Díaz-López, A., Maquilón-Sánchez, J., y Mirete-Ruiz, A. (2020). Maladaptive use of ICT in adolescence: Profiles, supervision and technological stress. [Uso desadaptativo de las TIC en adolescentes: Perfiles, supervisión y estrés tecnológico]. *Comunicar*, 64, 29-38. <https://doi.org/10.3916/C64-2020-03>

Díaz-Vicario, A., Mercader, C. & Gairín, J. (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(7), 1-11. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>

Elhai, J.D., Levine, J.C., Dvorak, R.D., & Hall, B.J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computer in Human Behavior*, 63, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>

García del Castillo, J.A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Revista Health and Addictions/Salud y Drogas*, 13(1), 5-14.

García del Castillo J. A., García del Castillo-López, A., Dias, P. C. & García-Castillo, F. (2019). Conceptualización del comportamiento emocional y la adicción a las redes sociales virtuales. *Salud y Drogas* 19(2), 173-181.

García, J., Terol, M., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín Aragón, M. y Sitges, E. (2008). Uso y abuso de internet en jóvenes universitarios. *Adicciones*, 20(2), 131-142.

Jiménez, T. I. (2011). Autoestima de riesgo y protección: Una mediación entre el clima familiar y el consumo de sustancias en adolescentes. *Psychosocial Intervention*, 20(1), 53-61. <https://doi.org/10.5093/in2011v20n1a5>

Martínez, M., Pérez Frías, W. y Solano, D. (2011). Impacto de los medios masivos de comunicación en la dinámica familiar. *Cultura, Educación y Sociedad*, 2(1), 111-118.

McDaniel, B. T. y Radesky, J. S. (2018). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child Development*, 89(1), 100-109. <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>

Montes-Vozmediano, M., Pastor Ruiz, Y., Martín-Nieto, R., & Atuesta Reyes, J.D. (2020). Smartphone y redes sociales: una aproximación a los usos, vulnerabilidades y riesgos durante la adolescencia en España y Colombia. *Revista Espacios* , 41 (48), 44-59.

Pascual Martínez, A., Vega Díaz, C., Vázquez Díaz, C., Castaño García, P., Castaño García, T. y Cernuda Martínez, J. A. (2017). Adicciones a nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. *Metas de Enfermería*, 20(5), 57-64.

Pertegal-Vega, M.Á., Oliva Delgado, A. y Rodríguez Meirinhos, A. (2019). Revisión sistemática del panorama de la investigación sobre redes sociales: Taxonomía sobre experiencias de uso. *Comunicar*, 60, 81-91. <https://doi.org/10.3916/C60-2019-08>

Prades, M. & Carbonell, X. (2016). Motivaciones sociales y psicológicas para usar Instagram. *Media Literacy & Gender Studies*, 5(9), 27-36.

Rial-Boubeta, A., Gómez-Salgado, P., IsornaFolgar, M., Araujo-Gallego, M. & VarelaMallou, J. (2015). Pius-a: Problematic internet Use Scale in adolescents. *Development and psychometric validation. Adicciones*, 27 (1), pp. 47-63.

Rivero, F. (2017). Informe Ditrendia Mobile en España y en el Mundo 2017. *Ditendria*, 84.

Sánchez, G., Aguirre, M., Solano, N. y Viveros, E. (2015). Sobre la dinámica familiar. Revisión documental. *Cultura, Educación y Sociedad*, 6(2), 117-138.

Sánchez-Meca, J. (2010). Cómo realizar una revisión sistemática y un meta-análisis. *Aula Abierta*, 38(2), pp. 53-64.

Sánchez-Serrano, S., Pedraza-Navarro, I., & Donoso-González, M. (2022). ¿Cómo hacer una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA? Usos y estrategias fundamentales para su aplicación en el ámbito educativo a través de un caso práctico. *Bordón. Revista De Pedagogía*, 74(3), 51–66. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.95090>

Santana-Vega, L.E., Gómez-Muñoz, A.M., & Feliciano-García, L. (2019). Uso problemático del móvil, fobia a sentirse excluido y comunicación familiar de los adolescentes. *Comunicar Revista Científica de Educomunicación*, 59, 39-47. <https://doi.org/10.3916/C59-2019-04>

Telefónica (2019). *Sociedad digital en España 2018*. Madrid

Referencias bibliográficas de la selección de la revisión sistemática

Braña Sánchez, A. J. y Moral Jiménez, M.V. (2022). Nomofobia y fomo en el uso del smartphone en jóvenes: el rol de la ansiedad por estar conectado. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 23(1), 117-130.

Capilla Garrido, E., & Cubo Delgado, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 50, 173-185. <http://dx.doi.org/10.12795/pixelbit.2017.i50.12>

de la Villa Moral, M., & Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7 (2), 69-78.

de Miguel, CR, Pérez, DD, & Sánchez, GR (2021). Percepción del uso del teléfono móvil en alumnos desde Educación Primaria hasta Grado Universitario. *Revista de Educación Digital*, (39), 23-41.

Díaz-López, A., Maquilón Sánchez, J. J., & Mirete Ruiz, A. B. (2023). Uso problemático del smartphone en la adolescencia: supervisión familiar y estrés tecnológico. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 23(1), 302–314. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i1.758>

Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J., & Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en las relaciones de noviazgo y consecuencias psicológicas del abuso de internet y dispositivos móviles. *Anales de Psicología*, 33 (2), 260-268.

Marín Díaz, V., Vega Gea, E. M.^a y Sampedro-Requena, B. E. (2018). Uso problemático del smartphone en estudiantes universitarios. *Revista Española de Drogodependencia*, 43(1), 62-76.

Moral, M. V. y Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7, (2), 69-78. <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.03.001>

Olivella-Cirici, M., Continente, X. G., Bartroli, M., Serral, G., & Pérez, G. (2023). El uso problemático del teléfono móvil: análisis transversal del perfil individual y factores asociados. *Revista española de salud pública*, (97), 6.

Rodríguez Sas, O. y Estrada, L.C. (2019). Comunicación familiar en la era del vacío: nuevas patologías asociadas al uso problemático del móvil. *Revista de Psicología*, 18 (2), 105-123.

Ruíz-Palmero, J., Sánchez-Rodríguez, J. y Trujillo-Torres, J. M. (2016). Utilización de internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (2), 1357-1369.

Santana-Vega, L.E., Gómez-Muñoz, A.M., & Feliciano-García, L. (2019). Uso problemático del móvil, fobia a sentirse excluido y comunicación familiar de los adolescentes. *Comunicar Revista Científica de Educomunicación*, 59, v. XXVII, 39-47.

Simó Sanz, C., Martínez Sabater, A., Ballester Tarín, ML, & Domínguez Romero, A. (2017). Instrumentos de evaluación del uso problemático del teléfono móvil/smartphone. *Salud y drogas*, 17 (1), 5-14.