

Uso autoinformado de Internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red

Ferran Viñas Poch

Universidad de Girona, España

ABSTRACT

Self-reported use of Internet among adolescents: Psychological profile of elevated internet use. Excessive use of the Internet, defined by the number of hours spent surfing the web, can affect an adolescent's social life and school performance, and as a consequence, lead parents to seek psychological help. In order to know the level and characteristics of Internet use among adolescents, determine the psychological profile of excessive Internet use and create a model that can predict it, a study with a probabilistic sample of 359 adolescents (12-17 years old) from the city of Girona has been carried out. Personality (NEO-FFI), coping (ACS), hopelessness and Internet use have been evaluated. Among the subjects studied, 6.7% devote more than 30 hours a week to the Internet (more than four hours a day) and 10.2% remain connected after midnight (especially the boys). Surfing the Internet from one's own computer after midnight, coping by finding relief among other peers and feelings of hopelessness are the best indicators of elevated Internet use.

Key words: excessive Internet use, personality, coping, hopelessness.

RESUMEN

Un uso excesivo de Internet, definido por el número de horas que una persona permanece navegando por la red, puede afectar a la vida social y escolar del adolescente y, como consecuencia de ello, llevar a sus padres a solicitar ayuda psicológica. Con el objetivo de conocer el nivel y las características del uso de Internet entre los adolescentes, determinar el perfil psicológico de un uso elevado de la red y construir un modelo que permita su predicción, se ha realizado un estudio con una muestra probabilística de 359 adolescentes (12-17 años) de la ciudad de Girona. Se ha evaluado la personalidad (NEO-FFI), el afrontamiento (ACS), la desesperanza y el uso de Internet. Del total de sujetos estudiados, un 6,7% dedica más de 30 horas a la semana a Internet (superior a las 4 horas diarias) y un 10,2% permanece conectado a partir de medianoche (especialmente los chicos). Navegar por Internet desde el propio ordenador a partir de medianoche junto con un afrontamiento centrado en buscar alivio en los demás y la presencia de sentimientos de desesperanza, son los mejores predictores del uso elevado de Internet.

Palabras clave: uso excesivo de Internet, personalidad, afrontamiento, desesperanza.

El uso de Internet, junto con los videojuegos, es una de las actividades que gozan de mayor éxito entre los adolescentes. El potencial para un uso inapropiado y excesivo de ciertas aplicaciones ha dado lugar a una cierta preocupación por el impacto psicológico y conductual que puede tener Internet en los individuos (Blaszczynski, 2006). La descripción de alteraciones comportamentales asociadas a un uso excesivo de la red, tales como sentimientos de culpa, deseo intenso de estar o continuar conectado a Internet, pérdida de control, pérdida del tiempo de trabajo o de las clases (Gracia, Vigo, Fernández y Marcó, 2002), síntomas psicopatológicos (Viñas et al., 2002), etc. han planteado y abierto un debate sobre una posible “adicción a Internet”. Denominaciones como “adicción a Internet”, “trastorno de adicción a Internet”, “uso patológico de Internet”, “uso problemático de Internet”, “uso excesivo de Internet” o “uso compulsivo de Internet” han sido utilizadas para referirse al mismo concepto y a situaciones en las que el uso de Internet puede afectar a diferentes ámbitos de la vida del sujeto (Widyanto y Griffiths, 2006). En consonancia con esa diversidad terminológica, se han propuesto diferentes criterios diagnósticos, unos enmarcados dentro de lo que se denomina adicción no química o psicológica (Young, 1998) y otros más próximos al concepto de trastorno del control de los impulsos y, más concretamente, del juego patológico (Young, 1998; Young, 1999; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla y McElroy, 2000; Shapira *et al.*, 2003). De igual modo, se han elaborado modelos explicativos en los que la psicopatología previa es considerada como la causa distal o predisponente al uso excesivo de Internet (Davis, 2001; Caplan, 2002).

La primera referencia a la adicción tecnológica se atribuye a Griffiths, quien en 1995 habla de adicción conductual o química que implica una interacción no humana. De acuerdo con este autor, habría dos tipos de individuos que se convierten en adictos a las máquinas: los que disfrutan de la tecnología y los que la utilizan para escapar de las dificultades de la vida personal. No obstante, a pesar de estas referencias a la adicción tecnológica, no hay un consenso claro sobre si se puede o no hablar de adicción a Internet y, tal como señalan Widyanto y Griffiths (2006), tras una interesante y exhaustiva revisión del tema, en caso de existir una “adicción a Internet”, sólo afectaría a un número reducido de internautas, siendo necesaria una mayor investigación para clarificar qué es lo que ocasiona esta adicción.

Por lo que respecta al tiempo dedicado a Internet que puede ser considerado como patológico o excesivo, se han propuesto diferentes cifras. Así, mientras que Morahan-Martin y Schumacher (2000) hallan un promedio de 8,5 horas semanales en un grupo de usuarios considerados patológicos, Estalló (2001) concluye que entre 7 y 14 horas semanales pueden considerarse como un uso adaptativo de Internet. No obstante, y a partir de la evidencia empírica disponible (Brenner, 1997; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla y McElroy, 2000), parece acertado considerar que a partir de las 20-28 horas semanales (un promedio de entre 3 y 4 horas diarias) estamos ante un uso excesivo de la red que generalmente conlleva una interferencia de la actividad social y/o escolar o bien la presencia de malestar psicológico en el individuo.

Los datos relativos al nivel de uso de Internet en España, proporcionados por la AIMC (Asociación para la Investigación de Medios de Comunicación) y pertenecientes al año 2006, señalan que el 60,4% de los españoles que utilizan Internet no superan las

30 horas semanales, mientras que el 24,1% dedican a Internet un promedio de entre 30 y 60 horas y un 14,6% más de 60 horas. En dicho estudio también se señala, entre otras cosas, que el 5,6% y el 12,2 % de los usuarios reconocen que el tiempo dedicado al trabajo o a los estudios, respectivamente, ha disminuido como consecuencia del uso de Internet. Atendiendo a estos datos y considerando el número de horas mencionado anteriormente como excesivo, se podría pensar que en España hay un porcentaje muy elevado de personas que realizan un uso excesivo de Internet. No es así si consideramos que la metodología utilizada por la AIMC (entrevista autoadministrada a través de Internet) puede ofrecer una imagen sesgada de la población general, ya que quien mayor uso hace de Internet tiene más probabilidad de responder a la encuesta, y además en la entrevista se incluyen las conexiones desde el trabajo y el uso de aplicaciones cada vez más habituales y necesarias, como la consulta diaria del correo electrónico o de las cuentas bancarias.

Partiendo de que, tal como señalan Castellana, Sánchez Carbonell, Graner y Beranuy (2007), el uso que el adolescente hace de Internet puede ser problemático cuando el número de horas de conexión afecta al correcto desarrollo de la vida cotidiana, se han establecido tres objetivos principales para este estudio: a) conocer el nivel y características del uso de Internet entre los adolescentes; b) determinar el perfil psicológico de aquellos que realizan un uso elevado de la red; y, c) determinar los factores que mejor predicen un uso elevado de Internet con la finalidad de aportar datos para la prevención y tratamiento de aquellos adolescentes que realizan un uso excesivo de Internet que puede dar lugar a dificultades escolares y/o sociales.

MÉTODO

Diseño y participantes

Se trata de un estudio descriptivo transversal de poblaciones con muestras probabilísticas, en el que participaron de forma voluntaria y anónima 359 alumnos (183 chicos y 176 chicas) pertenecientes a los cinco centros públicos de Enseñanza Secundaria Obligatoria de la ciudad de Girona. Se trata de una muestra aleatoria y representativa de todos los centros públicos de ESO de la ciudad de Girona (N= 2528).

Para la constitución de la muestra se utilizó la técnica de muestreo aleatorio por conglomerados, en el que el aula fue considerada como conglomerado. El porcentaje de participación fue del 81,78% (439 sujetos seleccionados inicialmente). La muestra final se corresponde con el 14,2% del total de la población estudiada. La edad de los participantes osciló entre 12 y 17 años, con una media de 14,04 y una moda de 13 años. En la tabla 1 se especifican las características sociodemográficas de la muestra.

Instrumentos

Se emplearon como instrumentos las escalas, cuestionario e inventario que se relatan a continuación.

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra.

		N	%
Sexo	Masculino	183	51,0
	Femenino	176	49,0
Edad	12 años	44	12,3
	13 años	91	25,3
	14 años	89	24,8
	15 años	87	24,2
	16 años	36	10,0
	17 años	12	3,3
Curso	1° de ESO	91	25,3
	2° de ESO	79	22,0
	3° de ESO	114	31,8
	4° de ESO	75	20,9

Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; Frydenberg y Lewis, 1996a). Constituida por 79 ítems de tipo cerrado y uno final abierto, distribuidos en 18 subescalas que permiten conocer las estrategias de afrontamiento de los adolescentes (12 a 17 años). Cada ítem es valorado en una escala de Likert de 5 puntos en función de la frecuencia con que se da la conducta de afrontamiento. Existen dos versiones de las escalas: afrontamiento general y afrontamiento específico de un problema. La consistencia interna (alfa de Cronbach) de los factores, para la escala general, oscila entre .54 (buscar diversiones relajantes) y .85 (buscar apoyo espiritual). La adaptación española utilizada en este estudio, presenta unos coeficientes de fiabilidad aceptables y el análisis factorial apoya la existencia de las 18 dimensiones. Estos 18 factores están constituidos por un número desigual de ítems, por lo que las puntuaciones directas se ajustan multiplicándolas por 4, 5 o 7, según estén formadas por 3, 4 o 5 ítems.

Escala de Desesperanza para niños (*Hopelessness Scale for Children*, Kazdin, French, Unis, Esveldt-Dawson y Sherick, 1983), versión para niños y adolescentes de la escala de desesperanza de Beck, Weissman, Lester y Trexler (1974). Consta de 17 ítems de respuesta dicotómica que permiten valorar el grado de desesperanza. La puntuación máxima es de 17 puntos y una puntuación elevada es indicativa de que el sujeto tiene una visión negativa de su futuro. Se ha utilizado la versión catalana (Viñas y Doménech Llaberia, 1998), cuyas propiedades psicométricas son aceptables. En el presente estudio la consistencia interna (alfa de Cronbach) fue de .66 y de .69 con el método de las dos mitades (Spearman-Brown). Estos datos son muy similares a los hallados por Spirito, Williams, Stark y Hart (1988) con población normal.

Inventario Neo Reducido de Cinco Factores (NEO-FFI, Costa y McCrae, 1978), versión reducida del NEO-PI, que permite evaluar cinco rasgos de personalidad: neuroticismo, extroversión, apertura a la experiencia, amabilidad y responsabilidad. Se ha utilizado la versión española de Cordero, Pamos y Seisdedos (1999) a partir de una versión modificada del inventario traducido por Avia et al. (1995). Consta de 60 ítems que son valorados en una escala de Likert de 0 a 4 puntos. El ámbito de aplicación del NEO-FFI incluye a adultos y adolescentes, habiendo sido demostrada su validez en estos últimos (Costa y McCrae, 1994). Para la realización de este estudio, se han computado las puntuaciones directas de cada factor. Las propiedades psicométricas de

la versión española son muy similares a las de la versión original, con una consistencia interna (alfa de Cronbach) que oscila entre .71 (Amabilidad) y .82 (neuroticismo) (Manga, Ramos y Moran, 2004).

Cuestionario de autoinforme. Se administró un cuestionario de tipo autoinforme con un conjunto de preguntas en formato cerrado y otras en formato abierto, relativas al uso de Internet. Se interrogó a los encuestados con relación al nivel de uso de la red (frecuencia de conexiones, horarios habituales, lugares desde donde se realiza la conexión, frecuencia de uso del servicio SMS y del *chat*), así como con relación a las dificultades o problemas con que se habían encontrado al utilizar Internet. Dicho cuestionario también permitió recopilar los datos sociodemográficos (edad, sexo y curso).

Procedimiento

Tras solicitar el correspondiente permiso al Departamento de Enseñanza de la Generalitat de Cataluña y a la dirección de los centros educativos, se informó a los participantes de las características y objetivos de la investigación, y también se aseguró la confidencialidad de los datos y el anonimato. El protocolo, con todos los cuestionarios utilizados en el estudio, fue sometido tanto a la aprobación de las instituciones responsables como de los padres. Una vez obtenido el consentimiento para su aplicación, se procedió a la administración colectiva (en el aula) de los instrumentos de evaluación.

Análisis estadístico de los datos

Para el primer objetivo, se han calculado los estadísticos descriptivos para cada uno de los ítems del cuestionario y se han comparado los datos en función del género y la edad mediante la prueba chi-cuadrado (cuando los datos eran categoriales) y la prueba *t* de Student o ANOVA (según el número de grupos independientes) cuando se requería comparar medias. Para el segundo objetivo, se han generado dos grupos: uso elevado de Internet frente a uso “normativo” de la red. El criterio para la asignación al grupo de uso elevado de la red ha sido mantener conexiones superiores a 22 horas semanales (más de 3 horas diarias). Para el grupo normativo se han tenido en cuenta criterios de distribución. Más concretamente, se han seleccionado aquellos sujetos cuyo nivel de uso se corresponde con la moda (menos de 7 horas a la semana, 43,2% de la muestra). El grupo de uso elevado está formado por 45 sujetos y el de uso normativo por 155 adolescentes.

Las puntuaciones obtenidas en los diferentes instrumentos utilizados se han comparado mediante la prueba *t* de Student para grupos independientes. Finalmente, mediante la regresión logística se ha construido un modelo con aquellos factores que mejor predicen un uso elevado de la red. El nivel de significación estadística requerido en todas las pruebas ha sido de $p < .05$. El análisis estadístico de los datos se ha realizado mediante el paquete estadístico SPSS, versión 15.0.

RESULTADOS

El 52,7% de los adolescentes encuestados se describe como “usuario habitual de Internet”, seguido del 33,8% que se considera “usuario ocasional”. En los extremos, un 3,9% no se considera usuario y un 9,6% cree que “hace un uso excesivo” de la red (ver tabla 2). La distribución de las respuestas es homogénea por género y curso, y no se observan diferencias por edad. El número medio de horas a la semana que navegan por la red más frecuente es “inferior a 7 -menos de una hora al día-” (43,2%), seguido de “entre 7 y 14 horas -entre 1 y 2 horas al día” (28,4%), “entre 15 y 21 -entre 2 y 3 horas al día” (15,9%), “más de 30 horas -más de 4 horas al día” (6,7%), y, finalmente, “entre 22 y 30 horas -entre 3 y 4 horas al día” (5,8%). No hay diferencias en las respuestas por género, pero se observa un aumento progresivo del número de horas en función de la edad (a mayor edad, mayor número de horas de conexión a Internet), si bien las diferencias no son estadísticamente significativas ($F(4,354) = 1.98$, ns.).

Más de la mitad (66,6%) navega desde su propio ordenador, el 22,3% utiliza el de sus padres (sobre todo los de menor edad, $t(357) = 2,61$, $p = .009$), el 17,7% navega desde el ordenador de sus amigos, el 20,3% lo hace desde el ordenador de la escuela y finalmente, el 17,3% también navega en cibercafés. Cabe destacar que es bastante frecuente que lo hagan desde diferentes sitios. Por ejemplo, el 11,3% de los que navegan desde su propio ordenador también lo hace desde el ordenador de sus amigos. De igual modo, el 8,8% navega desde su propio ordenador y desde cibercafés, y el 2,1% desde su propio ordenador, el de los amigos y en cibercafés.

Por lo que respecta a las franjas horarias, el intervalo en el que se realizan la mayoría de las conexiones es el que va de las 18 a las 20-21 horas (57,9%), seguido de las 20-21 a las 23-24h (47,2%), de las 15 a las 18h (16,4%), de las 8 a las 15h (10,7%) y el 10,2% permanece conectado más allá de la medianoche. Sin embargo, es habitual que naveguen en diferentes franjas horarias. Así, por ejemplo, el 16,7% de los que dicen navegar desde las 18 hasta las 20h, también lo hacen desde las 20 hasta las 23h y de las 23h en adelante (5,9% del total de la muestra). En cuanto al género, en las franjas de 8 a 15 horas y a partir de las 23-24 horas es más habitual encontrar chicos que chicas navegando por la red ($\chi^2(1, N = 359) = 9,10$, $p = .003$ y $\chi^2(1, N = 359) = 7,52$, $p = .006$).

El perfil psicológico de los adolescentes que hacen un uso elevado de la red se caracteriza por puntuaciones elevadas en desesperanza ($t(198) = -4,07$, $p < .001$), neuroticismo ($t(198) = -2,33$, $p = .021$) y bajas en extroversión ($t(198) = 2,90$, $p = .004$) y amabilidad ($t(198) = 2,13$, $p = .035$).

Por lo que se refiere a los estilos de afrontamiento, los adolescentes con uso elevado de Internet presentan puntuaciones elevadas en buscar apoyo social ($t(198) = -2,30$, $p = .023$), concentrarse en resolver el problema ($t(198) = -2,06$, $p = .041$), invertir en amigos íntimos ($t(198) = -5,07$, $p < .001$), buscar pertenencia ($t(198) = -3,05$, $p = .003$), falta de afrontamiento ($t(198) = -3,40$, $p = .001$), reducción de la tensión ($t(198) = -3,10$, $p = .002$), acción social ($t(198) = -2,34$, $p = .020$), ignorar el problema ($t(198) =$

Tabla 2. Características del uso de Internet entre los adolescentes.

Características		N	%
Tipo de usuario (autovaloración del uso de Internet)	No utiliza Inteme	14	3,9
	Ocasional	121	33,8
	Habitual	189	52,7
	Uso excesivo	35	9,6
Horas a la semana dedicadas a navegar por Internet	Menos de 7 horas (menos de 1 hora al día)	155	43,2
	Entre 7 y 14 horas (entre 1 y 2 horas al día)	102	28,4
	Entre 15 y 21 horas (entre 2 y 3 horas al día)	57	15,9
	Entre 22 y 30 horas (entre 3 y 4 horas al día)	21	5,8
Franjas horarias y uso de Internet	Más de 30 horas (más de 4 horas al día)	24	6,7
	De las 8 a las 15 horas	38	10,7
	De las 15 a las 18 horas	59	16,4
	De las 18h a las 20-21 horas	208	57,9
	De las 20-21 a las 23-24 horas	169	47,2
	A partir de las 23-24 horas	37	10,2

-2,44, $p = .016$), autoinculparse ($t(198) = -3,23$, $p = .001$), buscar ayuda profesional ($t(198) = -2,85$, $p = .05$) y buscar diversiones relajantes ($t(198) = -2,52$, $p = .013$) (ver tabla 3).

Los adolescentes que hacen un uso elevado de Internet también se caracterizan por pertenecer a cursos superiores ($\chi^2(3, N = 200) = 13,35$, $p = .004$) y tener mayor edad (la media de edad de los que hacen mayor uso de Internet es de 14,47 ($t(198) = -2,53$, $p = .012$) y hay mayor sobrerrepresentación a partir de segundo curso). No hay diferencias de género.

Por otra parte, el 52,3% se describe como usuario habitual y el 40,9% cree que hace un uso excesivo de la red. Asimismo, el 95,6% navega desde su propio ordenador ($\chi^2(1, N = 200) = 34,41$, $p < .001$), sólo un 13,3% (29% en el grupo normativo) dice hacerlo desde el ordenador de la escuela ($\chi^2(1, N = 200) = 4,52$, $p = .033$), y un 8,9% (frente al 23,2%) en cibercafés u otros establecimientos que permiten navegar por Internet ($\chi^2(1, N = 200) = 4,48$, $p = .034$).

Por lo que respecta a la franja horaria de conexión, se diferencian del grupo normativo por navegar con mayor frecuencia entre las 20-21h y las 23-24h ($\chi^2(1, N = 200) = 17,33$, $p < .001$) (66,7% frente al 32%); y más allá de las 23-24h ($\chi^2(1, N = 200) = 41,03$, $p < .001$) (37,8% frente al 3,3%). Como consecuencia del uso de Internet han tenido con mayor frecuencia problemas ($\chi^2(1, N = 200) = 5,58$, $p = .018$) (22,2% frente al 9,2%) que los han afectado en el ámbito escolar ($\chi^2(1, N = 200) = 5,41$, $p = .02$) (13,3% frente al 3,9%). En la mayoría de los casos en que se ha detallado el problema, éste hace referencia al incumplimiento o no realización de las tareas escolares o a la falta de estudio debido al uso de Internet. El 88,9% tiene su propio móvil frente al 76% del grupo normativa ($\chi^2(1, N = 200) = 3,89$, $p = .049$) y utilizan con mayor frecuencia el servicio de SMS ($\chi^2(1, N = 200) = 3,93$, $p = .047$), 74,4% frente al 57,7%. Además, el 77,8% utiliza el *chat* cada día o prácticamente cada día ($\chi^2(3, N = 200) = 55,89$, $p < .001$), 77,8% frente al 22,2% en el grupo normativo, y han recibido con mayor fre-

Tabla 3. Perfil psicológico de los adolescentes que hacen un uso elevado de Internet: Medias y desviaciones típicas (entre paréntesis) de las medidas de personalidad.

Variable		Uso normativo de Internet		Uso elevado de Internet	
Desesperanza		5,27	(2,90)	7,42	(3,55)
Rasgos de personalidad	Neuroticismo	22,66	(6,99)	25,69	(8,55)
	Extroversión	29,36	(6,38)	25,83	(8,55)
	Apertura	25,64	(5,21)	24,02	(5,85)
	Amabilidad	27,36	(5,51)	25,21	(6,41)
	Responsabilidad	27,05	(7,50)	24,64	(8,43)
Afrontamiento	Buscar apoyo social	57,53	(18,36)	65,00	(17,63)
	Concentrarse en resolver el problema	58,43	(16,20)	64,20	(13,52)
	Esforzarse y tener éxito	62,36	(15,56)	61,76	(14,48)
	Preocuparse	63,11	(17,85)	62,80	(16,51)
	Invertir en amigos íntimos	57,59	(17,11)	73,41	(16,17)
	Buscar pertenencia	65,01	(16,20)	73,43	(13,99)
	Hacerse ilusiones	52,69	(16,25)	57,10	(14,03)
	Falta de afrontamiento	37,94	(13,16)	46,57	(18,12)
	Reducción de la tensión	35,67	(15,13)	44,60	(19,48)
	Acción social	32,67	(11,47)	37,50	(12,70)
	Ignorar el problema	38,59	(13,75)	44,76	(16,64)
	Autoinculparse	45,10	(17,26)	55,12	(19,11)
	Reservarlo para sí	49,42	(16,51)	55,00	(18,88)
	Buscar apoyo espiritual	37,76	(13,73)	39,36	(11,65)
	Fijarse en lo positivo	59,63	(17,82)	58,90	(18,59)
	Buscar ayuda profesional	43,15	(16,70)	51,75	(17,71)
	Buscar diversiones relajantes	68,78	(18,05)	77,00	(18,89)
Distracción física	68,34	(22,21)	67,03	(21,44)	

cuencia mensajes vía Internet con contenido amenazador ($\chi^2(1, N=200)=5,99, p=.014$), 36,4% frente al 18,8%.

A fin de determinar las variables predictoras de un uso elevado de Internet se llevó a cabo una regresión logística mediante el método de selección por pasos hacia delante (*wald*) con las variables que en el apartado anterior han diferenciado los adolescentes con un uso elevado de Internet del grupo normativo. En la tabla 4 se indican las variables que entran en cada paso, los coeficientes y los correspondientes intervalos de confianza. Tal como muestra dicha tabla, en el primer paso entra en la ecuación la variable “conectarse a Internet a partir de las 23-24 h”, en el segundo “navegar por Internet desde su propio ordenador”, en tercer lugar “invertir en amigos íntimos” y, finalmente y en el cuarto paso, la puntuación de la escala de desesperanza. El modelo consigue clasificar correctamente el 89,3% de los sujetos (96,1% de los sujetos con un uso normativo y el 65,5% de los que hacen un uso elevado). La R^2 de Nagelkerke indica

Tabla 4. Resultados de la regresión logística.

Variable	B	E.T.	Wald	gl	p	Exp (B)	I.C. 95,0% para EXP(B)		
							Inferior	Superior	
Paso 1(a)	Navegar a partir de las 23-24 h	2,706	,638	18,009	1	,000	,067	,019	,233
	Const ante	1,012	,584	3,002	1	,083	2,750		
Paso 2(b)	Navegar desde el propio ordenador	2,498	,742	11,323	1	,001	,082	,019	,352
	Navegar a partir de las 23-24 h	3,356	1,063	9,966	1	,002	,035	,004	,280
	Const ante	1,547	,697	4,928	1	,026	4,698		
Paso 3(c)	Invertir en amigos íntimos	,059	,018	11,002	1	,001	1,061	1,025	1,099
	Navegar desde el propio ordenador	2,307	,776	8,837	1	,003	,100	,022	,456
	Navegar a partir de las 23-24 h	3,879	1,133	11,711	1	,001	,021	,002	,191
	Const ante	-2,352	1,321	3,170	1	,075	,095		
Paso 4(d)	Desesperanza	,269	,115	5,447	1	,020	1,309	1,044	1,641
	Invertir en amigos íntimos	,064	,020	10,535	1	,001	1,066	1,026	1,109
	Navegar desde el propio ordenador	2,061	,822	6,295	1	,012	,127	,025	,637
	Navegar a partir de las 23-24 h	4,137	1,145	13,052	1	,000	,016	,002	,0151
	Const ante	-4,303	1,689	6,490	1	,011	,014		

a: variable(s) introducida(s) en el paso 1: Navegar a partir de las 23-24 h; b: variable(s) introducida(s) en el paso 2: Navegar desde el propio ordenador; c: variable(s) introducida(s) en el paso 3: Invertir en amigos íntimos; d: variable(s) introducida(s) en el paso 4: Desesperanza.

que el modelo explica el 59% de la variabilidad. (R^2 de Nagelkerke = .59). Asimismo, el valor del estadístico -2 log de la verosimilitud o desviación es de 74,77, lo cual indica un buen ajuste del modelo a los datos.

DISCUSIÓN

Los datos relativos al uso de Internet en la muestra de adolescentes estudiada es muy similar a los hallados por otros autores en los que también se observa que los adolescentes se conectan con regularidad a Internet (*UCLA Center for Communication Policy*, 2003), acceden a la red desde diferentes ordenadores o lugares (Borzekowski y Rickert, 2001; Casas *et al.*, 2007; Casas, González, Figuer y Malo, 2007) y dedican bastante tiempo, entre otras aplicaciones, a visitar las salas de *chat* (Berson, Berson y Ferron, 2002; Casas, González, Figuer y Malo, 2007). Por lo que respecta al número de horas que los adolescentes dedican a Internet por semana o día, es algo inferior a las 2,9 horas diarias de promedio (87 horas por mes) hallada en una muestra de italianos (Bricolo, Gentile, Smeiser y Serpelloni, 2007) o a las 3-4 horas al día de los

adolescentes de Hong Kong (Chan y Fang, 2007). Pero es muy similar a los datos aportados por Garitaonandia y Garmendia (2007), con adolescentes de diferentes provincias españolas, que informan de un promedio de entre 1 y 2 horas al día. Además cabe destacar, con relación a los datos del presente estudio, que un 6,7% de la muestra navega por Internet un promedio superior a las 4 horas al día y que un 10,2%, mayoritariamente chicos, permanece conectado a la red más allá de la medianoche. Es evidente que tal uso de la red puede afectar negativamente a su actividad escolar y que no posibilita el mantenimiento de unos buenos hábitos de sueño que faciliten el aprendizaje y que, en consecuencia, permitan obtener un buen rendimiento académico. Por otra parte, hay que tener en cuenta, en cuanto a la validez de estos datos, que a pesar de que conocían los objetivos del estudio, esto es, conocer el nivel y características del uso de Internet, los adolescentes, por término general, son sinceros cuando informan de estos aspectos y más aún cuando lo hacen de manera anónima.

Con relación al segundo objetivo del estudio, a partir de las respuestas dadas en los diferentes ítems que conforman el NEO-FFI, la escala de desesperanza y de afrontamiento, ha sido posible obtener un perfil psicológico de los adolescentes que pasan mayor tiempo en Internet. Dichos adolescentes pertenecen principalmente a los cursos superiores y se describen como introvertidos, emocionalmente inestables, poco amables y pesimistas o desesperanzados, un perfil de personalidad en el que predominan más bien las emociones negativas. Asimismo, ante la adversidad o los problemas que la vida les plantea, presentan un perfil de afrontamiento que se caracteriza, de acuerdo con los tres estilos señalados por Frydenberg y Lewis (1996b), por un afrontamiento improductivo (ignorar el problema, autoinculparse, falta de afrontamiento y reducción de la tensión), no dirigido a la resolución del problema (buscar diversiones relajantes) y centrado en la relación con los demás (invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, buscar apoyo social, acción social o buscar ayuda profesional). Es una postura curiosamente “extrovertida” (de acuerdo con la estructura hallada para la ACS en la muestra española que sitúa la acción social y la búsqueda de apoyo social y profesional en esta dimensión) que cabría pensar que sólo es factible, dado el perfil introvertido hallado en el NEO-PI, en un entorno “protegido”, desde un punto de vista social, como aparentemente proporciona la red.

También llama la atención, y contrasta con el resto del perfil, haber hallado una puntuación más elevada en concentrarse en resolver el problema. Ello implica respuestas tales como “dedicarme a resolver lo que está provocando el problema” o “pensar lo que estoy haciendo y por qué”, que son claramente adaptativas.

Este perfil de personalidad es además coherente con el obtenido por otros autores que describen a las personas con un uso excesivo de Internet como introvertidas (Echeburúa, 1999; Pratarelli, Browne y Johnson, 1999). Como señala Davis (2001), la pérdida de apoyo social (ya sea de la familia o de los amigos) favorece su búsqueda en las salas de *chat*. En otras palabras, el adolescente utiliza Internet para recibir de los otros usuarios respuestas más positivas, de las que recibe en su entorno habitual, en un entorno que es percibido como no amenazador. Ello conlleva, evidentemente, una preferencia por la comunicación en línea en detrimento de la interacción personal cara a cara (Caplan, 2002).

El perfil hallado en la muestra estudiada se completa por una mayor sobrerepresentación de los alumnos de mayor edad, por reconocer el uso excesivo que están haciendo de Internet, tener su propio ordenador, navegar con menor frecuencia desde cibercafés y, como un elemento claramente diferenciador, navegar a partir de medianoche y desde su propio ordenador. Esta última característica sugiere claramente la necesidad de una buena supervisión paterna para evitar este uso excesivo de Internet, que, tal como reconocen, les genera un mayor número de problemas escolares.

A partir de este perfil y mediante el análisis de regresión logística, se han identificado cuatro factores de riesgo para un uso elevado de Internet: navegar por Internet a partir de medianoche, navegar desde el propio ordenador, invertir en amigos íntimos y presentar desesperanza. Con respecto a invertir en amigos íntimos, se trata de acciones orientadas a buscar apoyo social, como reunirse o llamar a los amigos. Esta tendencia, junto con los rasgos de personalidad descritos anteriormente, constituye una combinación perfecta para hallar en Internet un canal donde abrirse al “mundo exterior”, ya que, como señala Greenfield (1999), el uso excesivo de Internet facilita lo que se denomina la intimidad acelerada. Dicho de otro modo, la persona siente, junto con una mayor desinhibición y pérdida de los límites, una sensación de intimidad y de conexión social con el otro de una forma mucho más rápida de lo normal. De esta manera, el apoyo social obtenido a través de las salas de chat les permite disponer de ciberamigos o de una familia virtual difíciles de encontrar con tanta facilidad, dada su elevada timidez o dificultad para entablar relaciones, en la vida cotidiana (Young, 1997).

Finalmente, los datos obtenidos en este estudio pueden ser de ayuda tanto para la planificación de la intervención, cuando los adolescentes acuden al psicólogo para solicitar ayuda ante un uso excesivo de Internet, como para la prevención, desde el entorno escolar o familiar. Así, desde la escuela se puede favorecer y reforzar (atendiendo a las puntuaciones halladas en “concentrarme en resolver el problema”) el desarrollo de estrategias de afrontamiento más adaptativas (centradas en el afrontamiento del problema tanto conductual como cognitivamente) y de habilidades sociales. Con respecto al entorno familiar, el hecho de navegar por Internet a partir de medianoche, junto con un número elevado de horas diarias dedicadas al uso de la red, puede denotar, como ya se ha mencionado, una escasa supervisión por parte de los padres. En este sentido, tal como recomienda la *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* (2001), es muy importante que los padres limiten el tiempo que pasan sus hijos “en línea” y “navegando” por Internet y, por supuesto, controlen dicho uso. Herramientas tales como el control o limitación del acceso a Internet, y en especial de determinadas aplicaciones, ya sea directamente a través del módem o bien de software (antivirus con control paterno, etc.), pueden facilitar dicha supervisión. Por otra parte, es necesario fomentar un uso adecuado y responsable de Internet partiendo de la base de que la red cada vez está más integrada en nuestras vidas y que son múltiples las ventajas y aplicaciones que ofrece la red con fines educativos (correo electrónico, plataformas educativas, bases de datos y bibliotecas virtuales, enciclopedias, etc.).

Los resultados de este estudio señalan la necesidad de continuar investigando sobre los factores que pueden favorecer un uso elevado de Internet y, de manera espe-

cial, centrando la atención sobre ciertas aplicaciones, como el chat, y en el papel que puede desempeñar la presencia de psicopatología previa como factor predisponente, aspectos que no se han tenido en cuenta en esta investigación y que pueden clarificar y aportar nuevos datos sobre las causas de un uso elevado de Internet en los adolescentes.

REFERENCIAS

- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (2001). *Children Online. Facts for Families*. Extraído 19 de marzo, 2004: <http://www.aacap.org/publications/factsfam/online.htm>.
- Asociación para la Investigación de Medios de Comunicación (2007). *Navegantes en la red. 9ª Encuesta AIMC*. Extraído 11 de diciembre, 2007: <http://www.aimc.es/aimc.php>.
- Avia MD, Sanz J, Sánchez-Bernardos ML, Martínez Arias MR, Silva F y Graña JL (1995). The five factor model-II. Relations of the NEO-PI with other personality variables. *Personality and Individual Differences*, 19, 81-97.
- Beck AT, Weissman A, Lester D y Trexler L (1974). The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
- Berson IR, Berson MJ y Ferron JM (2002). Emerging risks of violence in the digital age: Lessons for educators from an online study of adolescent girls in the United States. *Meridian: A Middle School Computer Technologies Journal*, 5. Extraído 7 de febrero, 2003, <http://www.ncsu.edu/meridian/sum2002/cyberviolence/index.html>
- Blaszczynski A (2006). Internet Use: In Search of an Addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 7-9.
- Borzekowski D y Rickert V (2001). Adolescent cybersurfing for health information: A new resource that crosses barriers. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 155, 813-817.
- Brenner V (1997). Psychology of computer use: XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction. The first 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Bricolo F, Gentile DA, Smeiser RL y Serpelloni G (2007). Use of the Computer and Internet among Italian Families: First National Study. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 789-798.
- Caplan SE (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575.
- Casas F, Mjaavatn PE, Nayar U, Rizzini I, September R, Figuer C, González M y Malo S (2007). Adolescents, their parents and audiovisual media: evaluations and interpersonal relationships in five countries. En F Casas, I Rizzini, R September, PE Mjaavatn y U Nayar (Eds.) *Adolescents and audio-visual media in five countries* (pp. 11-61). Girona: Documenta Universitaria.
- Casas F, González M, Figuer C y Malo S (2007). The penetration of audio-visual media into adolescent cultures in Spain between 1999 and 2003. En F Casas, I Rizzini, R September, PE Mjaavatn y U Nayar (Eds.) *Adolescents and audio-visual media in five countries* (pp. 105-125). Girona: Documenta Universitaria.
- Castellana M, Sánchez Carbonell X, Graner C y Beranuy M (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28, 196-204.

- Chan K y Fang W (2007). Use of the internet and traditional media among young people. *Young Consumers: Insight and Ideas for Responsible Marketers*, 8, 244-256.
- Cordero A, Pamos A y Seisdedos N (1999). *Inventario de Personalidad Neo Revisado (NEO PI-R) y Inventario Neo Reducido de Cinco Factores (NEO-FFI)*. Adaptación española. Madrid: TEA Ediciones S.A.
- Costa PT y McCrae RR (1978). *NEO PI-R, Revised Neo Personality Inventory and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI)*. Odessa: PAR Psychological Assessment Resources Inc.
- Costa PT y McCrae RR (1994). Stability and change in personality from adolescence through adulthood. En CF Halverson GA Kohnstamm y RP Martin (Eds.), *The developing structure of temperament and personality from infancy to adulthood* (pp. 139-155). Hillsdale: Lawrence Erlbaum.
- Davis RA (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Echeburúa E (1999). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, Internet*. Bilbao: Desclee de Brower.
- Estalló JA (2001). Usos y abusos de Internet. *Anuario de Psicología*, 32, 95-108.
- Frydenberg E y Lewis R (1996a). *ACS Escalas de Afrontamiento para Adolescentes*. Adaptación Española de J Pereira y N Seisdedos. Madrid: TEA Ediciones SA.
- Frydenberg E y Lewis R (1996b). A replication study of the structure of the Adolescent Coping Scale: Multiple forms and applications of a self-report inventory in a counselling and research context. *European Journal of Psychological Assessment*, 12, 224-235.
- Garitaonandia C y Garmendia M (2007). *Cómo usan Internet los jóvenes: hábitos, riesgos y control parental. Safer Internet Plus Programme de la Unión Europea (Programa Eukids On Line)*. Extraído el 15 de diciembre, 2007, de <http://www.ehu.es/eukidsonline>
- Gracia M, de Vigo M, Fernández MJ y Marcó M (2002). Problemas conductuales relacionados con el uso de Internet: Un estudio exploratorio. *Anales de Psicología*, 18, 273-292.
- Greenfield D (1999). *Virtual Addiction. Help for netheads, cyberfreaks, and those who love them*. Oakland: New Harbinger.
- Griffiths MD (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 95, 14-19.
- Kazdin AE, French NH, Unis AS, Esveldt-Dawson K y Sherick RB (1983). Hopelessness, depression, and suicidal intent among psychiatrically disturbed inpatient children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 504-510.
- Manga D, Ramos F y Morán C (2004). The Spanish norms of the NEO Five-Factor Inventory: New data and analyses for its Improvement. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 4, 639-648.
- Morahan-Martin J y Schumacher P (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Pratarelli ME, Browne BI y Johnson K (1999). The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach. *Behavior Research Methods, Instruments and Computers*, 31, 305-314.
- Shapira NA, Goldsmith TD, Keck PE, Khosla UM y McElroy SL (2000). Psychiatric features of individuals with problematic Internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57, 267-272.
- Shapira NA, Lessig MC, Goldsmith TD, Szabo ST, Lazoritz M, Gold MS y Stein DJ (2003). Problematic Internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17, 207-216.

- Spirito A, Williams CA, Stark LJ y Hart KJ (1988). The Hopelessness Scale for Children: Psychometric properties with normal and emotionally disturbed adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 16, 445-458.
- UCLA Center for Communication Policy. (2003). *The UCLA internet report: Surveying the digital future, year three*. Extraído el 12 de julio, 2004, de <http://www.digitalcenter.org/pdf/InternetReportYearThree.pdf>
- Viñas F y Domènech Llaberia E (1998). Versió catalana de l'escala de desesperança per a nens de Kazdin: Estudi de la seva fiabilitat i validesa. *Revista de Psicologia Universitas Tarraconensis*, 20, 55-69.
- Viñas F, Juan J, Villar E, Caparros B, Pérez I y 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.
- Widyanto L y Griffiths M (2006). Internet Addiction: A Critical Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31-51.
- Young K (1997). *What makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet Use*. Comunicación presentada en the 105 Annual Conference of the American Psychological Association. Chicago.
- Young K (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1, 237-244.
- Young K (1999). Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. En VandeCreek y Jackson (Eds.), *Innovations in clinical practice: a source book*, (pp. 19-31). Sarasota: Professional Resource Press.

Recibido, 27 enero, 2008
Aceptado, 11 diciembre, 2008