

ADICCIÓN Y USO DEL TELÉFONO CELULAR

ADICTION AND THE USE OF THE CELL PHONE

VICIADO E O USO DO TELEFONE CELULAR

Dr. Marcelo Rodríguez Ceberio¹. *Univ. de Flores, Escuela Sistémica Argentina*

Dr. Marcos Diaz Videla. *Univ. de Flores, Escuela Sistémica Argentina*

Lic. Jesica Agostinelli. *Escuela Sistémica Argentina*²

Lic. Romina Daverio. *Escuela Sistémica Argentina*^{3*}

RESUMEN.

En las adicciones modernas, fuera de la ingesta de alcohol, psicofármacos u otras drogas categorizadas como menores o pesadas, la adicción a la tecnología, principalmente a los videojuegos, computadoras y celulares, ocupa un puesto relevante en el marco de los consumos adictivos. En la presente investigación se exponen los datos obtenidos en la exploración y análisis del uso del celular, donde se evaluaron los hábitos y costumbres de 419 usuarios, realizando un relevamiento y descripción del comportamiento de los habitantes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina, respecto de este dispositivo tecnológico. Se rastrearon las evidencias de presencia de adicción al celular y si ésta se relaciona de alguna manera con variables de personalidad, estilo de uso y autoestima.

Palabras claves. Adicción, celular, autoestima, tecnología.

¹ Remitir correspondencia a Marcelo Rodríguez Ceberio, Fray J. S. M. de Oro 1843. C.A.B.A. (1414), Argentina. Tel. Fax: 54-11-4774-6112/2875 Cel. 1554180231. ceberio@escuelasistemica.com.ar / marcelorceberio@gmail.com

² Agradecemos la participación de Dr. Edgardo Echezahar, Dr. Joaquín Ungaretti, Lic. Lucas Labandeira, Lic. María Amelia Stagliano, Lic. Laura Alvarez, Dra. María Eugenia Nani y Lic. Marta Mero.

SUMMARY

In modern addictions, outside of the intake of alcohol, psychotropic drugs or other drugs categorized as minor or heavy, the addiction to technology, mainly to video games, computers and cell phones, occupies a relevant position in the context of addictive consumption. In the present Research are exposed the data obtained in the exploration and analysis of the use of the cell, where the habits and customs of 419 users were evaluated, making a survey and description of the behavior of the inhabitants of the Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina, regarding this device technological. The evidence of the presence of addiction to the cell phone was traced and if it is related in some way with variables of personality, style of use and self-esteem.

Keywords. Addiction, cell phone, self-esteem, technology.

RESUMO

Nos vícios modernos, fora do consumo de álcool, drogas psicotrópicas ou outras drogas categorizadas como pequenas ou pesadas, a dependência da tecnologia, principalmente de videogames, computadores e telefones celulares, ocupa uma posição relevante no contexto do consumo aditivo. Na presente pesquisa são expostos os dados obtidos na exploração e análise do uso da célula, onde foram avaliados os hábitos e costumes de 419 usuários, fazendo um levantamento e descrição do comportamento dos habitantes da Ciudad Autónoma de Buenos Aires, , Argentina, em relação a este dispositivo tecnológico. A evidência da presença do vício ao celular foi traçada e se relaciona de alguma forma com variáveis de personalidade, estilo de uso e autoestima.

Palavras-chave. Vício, telefone celular, auto-estima, tecnologia.

INTRODUCCIÓN

Hace apenas una década que se le empezó a dar importancia al uso y abuso de los dispositivos móviles, y recién en los últimos años se ha empezado a poner el foco en los posibles problemas que el uso excesivo del celular puede causar en nuestra vida diaria, en el desempeño laboral, social y familiar, repercutiendo, de esta manera, en el vínculo con los otros.

Según la encuesta realizada por el INDEC (2018) sobre el acceso y uso de las tecnologías de la información y comunicación, en el cuarto trimestre del 2017, se registró que el 64,3% de los hogares urbanos tiene acceso a computadora y el 75,9%, a internet. Además, los datos muestran que, en la Argentina, 8 de cada 10 personas emplean teléfono celular y 7 de cada 10 utilizan internet, es decir, el 78,9% usa un teléfono celular, el 46,6% computadora y el 71% utiliza Internet, según el relevamiento que alcanzó a 31 aglomerados urbanos. Específicamente, en Ciudad de Buenos Aires, el 80,7% utiliza internet, el 57,9% tiene una computadora y el 84,7% de la población se comunica a través de telefonía móvil. En el conurbano bonaerense el 68,1% de sus habitantes utiliza Internet, el 41,7% tiene computadora y el 76,7% celulares.

Todos estos datos indican una alta incorporación de los dispositivos móviles en los habitantes urbanos. Por lo que el celular no solo se vuelve una herramienta para comunicarse con las personas de forma textual o verbal, sino que además es una vía de acceso a internet, permitiendo a los usuarios de los celulares tener una inmensa cantidad de datos en la palma de sus manos.

La presencia de los celulares en la vida cotidiana ha modificado la manera en que las personas se relacionan con la tecnología. Este dispositivo ha modificado y mejorado las comunicaciones, la inclusión social, la actividad económica y la productividad en varios sectores (Pepper, Solomon, & Williams, 2012). Uno de los indicadores en relación con las adicciones sugiere una posible dependencia asociada al uso excesivo y persistente del celular, descripción que guarda

relación con el concepto de adicción, ya que proveen un estado de gratificación inmediata (Marlatt & Gordon, 1985) y el vínculo que establece el usuario puede convertirse en conflictivo y entrar en la categoría de una adicción comportamental (Sanchez Carbonell et al., 2008; Alonso-Fernández, 2003; Echeburúa, 1999). Esto podría ser un marcador de que el concepto de adicción —normalmente asociado al consumo de sustancias y alcohol— debiera ser extendido para abarcar otras dependencias conductuales (Bianchi & Phillips, 2005). Para dar cuenta de la posible problemática, se indagó sobre las variables de personalidad, estilos de uso y la autoestima que podrían guardar alguna relación con respecto a la adicción al celular.

Estado del conocimiento.

El uso de los celulares se ha extendido a gran parte de la población de las grandes ciudades, volviéndose un elemento fundamental para la vida de los individuos. Este avance de la popularidad del dispositivo ha tenido un gran impacto tanto en el ámbito privado como social de las personas, similar al que se produjo el surgimiento de internet (Ling, 2004).

Un ejemplo de este avance son las consecuencias que tuvo el teléfono móvil sobre la comunicación masiva. Este dispositivo ha logrado eclipsar en muchos aspectos a las vías tradicionales de información como, por ejemplo, la importancia de estos aparatos durante ataques terroristas, catástrofes o epidemias, permitiendo captar los sucesos tal cual se desarrollan, poniéndolos a disposición a las masas rápidamente. Aunque la expansión del uso del teléfono móvil se está produciendo en todos los sectores económicos y etarios (Bouazza, Jabur, & Al-Barashdi, 2015), los jóvenes en edad universitaria son los que representan el mayor porcentaje del mercado (Head & Ziolkowski, 2012).

Los celulares colocan en la palma de la mano de los usuarios una extensa gama de funciones, como lo son, la comunicación instantánea, la navegación por internet, uso de las redes sociales, música, video juegos, noticias, fotografía y video. En lo laboral, el teléfono móvil puede hasta aumentar la eficiencia de trabajo (Merlo, Stone, & Bibbey, 2013). Dicha versatilidad convierte a este dispositivo en un objeto muy atractivo, especialmente para los más jóvenes (Pedrero, Rodríguez Monje, & Sanchez de Leon, 2012). Chóliz (2008) en esta dirección, señala una serie de características que hacen que el teléfono móvil tenga tanta repercusión en el mundo adolescente:

- *Autonomía*: define el espacio personal y provee cierta autonomía de los padres.
- *Identidad y prestigio*: la marca del celular, la mejor tecnología, en definitiva, la moda les otorga cierto estatus en su grupo social.
- *Aplicaciones tecnológicas*: las innovaciones tecnológicas y computacionales ejercen fascinación en los adolescentes.
- *Actividad de ocio*: Las innovaciones no solo están al servicio de la comunicación sino mediante juegos para disfrutar el tiempo libre.
- *Fomento y establecimiento de relaciones interpersonales*: Las diferentes aplicaciones del *smarth phone* permiten establecer relaciones interpersonales ad hoc, expresiones de amistad, posibilita la comunicación concreta y hasta las llamadas perdidas es una forma de reconocimiento (Donner, 2007).

A la par del aumento de la popularidad del celular también creció la preocupación por las posibles consecuencias negativas que trae aparejadas su uso (Merlo, Stone, & Bibbey, 2003). Teniendo en cuenta que para muchos usuarios el celular es lo primero que miran al despertar y lo

último al acostarse (Lee, Chang, Lin, & Chen, 2013), es posible sospechar que las ventajas del celular puedan estar acompañadas de aspectos nocivos para la persona. Existen varios trabajos reportando una variada gama de síntomas asociados al celular, a continuación, se detallarán solo algunos ejemplos.

Un estudio realizado en Noruega y Suecia (Ofteidal, Wilén, Sandström, & Mild, 2000) revela que entre un 13 y 30 por ciento de las personas relevadas, habían experimentado síntomas en conexión al uso del celular. Los síntomas más habituales incluían sensación de calor en las orejas, ardor en la piel de la cara y cefaleas. Agarwal, Deepinder, Sharma, Ranga y Li (2008) hallaron conexión entre el uso del celular y una disminución en la cantidad y calidad de los espermatozoides en pacientes hombres que consultaban por temas de infertilidad. Por otro lado, se halló relación entre el uso intenso del celular y alteraciones en el sueño, estrés y depresión (Thoméé, Härenstam, & Hagberg, 2011).

Un estudio británico, llevado a cabo por el instituto YouGov (2011), buscó estimar la ansiedad que sufren los usuarios de los teléfonos móviles, llegando a la conclusión de que 53% de los usuarios de teléfonos móviles en el Reino Unido tienden a sentir ansiedad cuando pierden su teléfono móvil, se les agota la batería o el crédito, o no tienen cobertura de la red. Respecto de las razones para que la ansiedad se manifestase, el 55% afirmó que era por el hecho de estar “aislado” de las posibles llamadas o mensajes de familiares y amigos, mientras que un escaso 10% afirmó que la causa era su trabajo, ya que le exigía estar conectado permanentemente. Además, alrededor del 60% de los hombres y el 20% de las mujeres sufre de fobia, y un 9% adicional se siente estresado cuando sus móviles están apagados. De ahí surge el término “nomofobia” para referirse al miedo irracional a salir de la casa sin el teléfono móvil. El término es una abreviación de “no-mobile-phone phobia”. El estudio equiparó los niveles de estrés de

una persona con nomofobia, con los nervios a los que se tienen el día antes de casarse o de la visita al dentista.

Fuera de la esfera de los síntomas corporales se destaca el aspecto nocivo del celular como responsable de interferencia sensorial que puede llevar a un incremento de accidentes laborales o en la vía pública (Pedrero et al., 2012). Estos efectos adversos vuelven relevante la necesidad de explorar la adicción al celular, ya que el uso intenso del celular traerá aparejado una mayor ocurrencia de estos sucesos.

A la hora de diagnosticar los aspectos patológicos del uso del celular, la revisión teórica muestra que existe una gran disparidad respecto a la definición de lo que implica adicción y abuso del celular, a esto se le acompaña de una variada gama de instrumentos de evaluación de estos constructos (Pedrero et al., 2012). Los términos “adicción al Smartphone”, “uso problemático del teléfono móvil”, “dependencia al teléfono móvil” y “uso compulsivo del teléfono móvil”, indican la variedad de expresiones utilizadas para dar cuenta de un fenómeno en común (Al-Barashdi, Bouazza, & Jabur, 2015). En el presente desarrollo se utilizará la expresión “adicción al celular”.

El término adicción suele estar más fuertemente enlazado al abuso de sustancias, como las drogas o el alcohol pero en la actualidad están creciendo las nociones sobre adicciones asociadas a los comportamientos y la tecnología (Griffiths, 2005). Griffiths (2005), desarrolla un modelo biopsicosocial de adicción que compara personas adictas a sustancias químicas -tabaco, alcohol y otras drogas- con personas que interactúan con nuevas tecnologías u otros comportamientos reforzantes, concluyendo que la sintomatología es similar en ambos casos. Por tal motivo, define a la adicción a la tecnología como adicciones no químicas, sino comportamentales que

involucran la interacción entre seres humanos y la tecnología. A su vez estas pueden ser pasivas como en el caso de ver televisión o activas como el caso del celular.

Actualmente se suele agrupar la adicción al celular al grupo de las adicciones comportamentales junto con la ludopatía, compras compulsivas o adicción a los videos juegos (Chóliz, 2010). Según Marks (1990), los síndromes de dependencia tienen como factor común la marcada necesidad de llevar a cabo los comportamientos que la persona sabe que tienen consecuencias negativas, donde se da un aumento de tensión que se libera al realizar la acción. Este descenso de la tensión es temporal y rápidamente vuelve a ser reemplazado por la necesidad de realizar el comportamiento nuevamente. El DSM-V considera una conducta como adictiva cuando se dan síntomas de abstinencia y tolerancia, falta de control, interferencia en el desarrollo de otras actividades y problemas derivados del uso (Chóliz, 2010).

Estudios sobre la relación entre la adicción al celular y la autoestima han demostrado que existe una fuerte relación entre la baja autoestima y las adicciones comportamentales (Billieux, 2012). Ceberio (2013) define al concepto de autoestima como:

Sentimiento de valoración que uno tiene de sí mismo, que remite a la imagen personal, más precisamente a la autopercepción y al propio reconocimiento de los aspectos positivos. Alguien que goza de buena o elevada autoestima, se siente pleno consigo mismo, se valoriza y se acepta (p.153). Es posible pensar que las personas que poseen una baja valoración de sí mismas sean particularmente vulnerables, buscando aprobación, refuerzos y admiración de los demás predisponiéndolos a las adicciones (Takao, Takahashi, & Kitamura, 2009).

De acuerdo con la herramienta utilizada para la presente investigación, y basándonos en la escala de las dimensiones del modelo de los cinco factores de personalidad (i.e., extraversión,

afabilidad, minuciosidad, estabilidad emocional, y apertura a la experiencia), se hallaron datos que indican que valores altos en afabilidad representa un fuerte predictor de tendencias adictivas en la utilización de mensajería instantánea y el uso del móvil en general (Pedrero et al., 2012).

Otros estudios como los de Butt y Phillips (2008) no llegaron a establecer relaciones diferentes entre las variables de personalidad y adicción al celular, confirmando la sospecha de que aún no existen resultados conclusivos sobre la temática planteada. Pero en el caso de Igarashi, Motoyoshi, Takai y Yoshida (2008) se establecieron para el uso excesivo de los mensajes de texto mediante el celular, dos vías asociadas al neuroticismo. En estas, los sujetos parecían estar motivados a enviar mensajes de texto cuando: por un lado, tenían un deseo intenso por mantenerse conectados o establecer nuevas relaciones, o en el otro polo, la dependencia se explicaba por una necesidad de asegurarse no ser rechazados y relaciones ansiosas con los demás.

La gran proliferación sobre investigaciones relacionando a la personalidad con el uso problemático del celular, demuestra el gran interés que existe por entender el fenómeno. En esa dirección existe cierto consenso sobre el impacto que tiene la personalidad impulsiva a la hora de entender la adicción al celular. La evidencia resalta el vínculo entre un control de la impulsividad disminuido como un indicador marcado de la aparición de problemas asociados al uso excesivo del teléfono móvil (Billieux, 2012).

En cuanto a los hábitos de uso, algunos estudios mostraron una tendencia a que las mujeres utilizan el celular de forma más intensa que los hombres. Otros estudios hasta indicaron una mayor tendencia a la adicción al celular. Los hombres en cambio mostraron una mayor predisposición a utilizar el celular mientras manejan (Billieux, 2012).

Método.

La presente investigación tuvo como objetivo explorar el uso del celular y determinar sus consecuencias adictivas. Se evaluaron los hábitos y costumbres de los usuarios, realizando un relevamiento y descripción del comportamiento de habitantes de Ciudad de Buenos Aires respecto de este dispositivo tecnológico. Se rastrearon las evidencias de presencia de adicción al celular y si esta se relaciona de alguna manera con variables de personalidad, estilo de uso o autoestima. Para tal fin, se utilizaron una serie de instrumentos validados para evaluar adicción y abuso al celular, como también protocolos para evaluar estilos de personalidad, estilos de uso y autoestima.

Nuestra hipótesis inicial que se buscó confirmar o refutar en el desarrollo de esta investigación, de acuerdo con el planteamiento del problema y el estado de investigaciones al respecto, fue que, el uso del celular interfiere con el desarrollo de las actividades de la vida cotidiana de los habitantes de la ciudad de Buenos Aires, alcanzando en algunos casos niveles de adicción.

Con el objetivo de evaluar la incidencia del uso adictivo del celular en los habitantes de la Ciudad de Buenos Aires, se realizó un estudio descriptivo sobre una muestra no probabilística, haciendo un recorte transversal de única toma. Se confeccionó un protocolo autoadministrable que contó con una versión impresa y online, con el objetivo de favorecer la participación de mayor cantidad de gente, buscando producir un efecto bola de nieve para la recolección de encuestas.

Antes de comenzar a contestar, los participantes fueron notificados respecto al carácter anónimo y voluntario de su participación en el estudio, una idea general respecto de los objetivos y sus fines académicos, y el tiempo de duración de la encuesta, estimado en 30 minutos. El

criterio de inclusión en la muestra fue que los participantes sean mayores de 18 años, residentes de la Ciudad de Buenos Aires y que tengan un Smartphone. La recolección de datos se produjo durante los meses noviembre de 2015 y junio de 2016. El análisis y la redacción del informe se realizaron en los meses siguientes.

Este estudio contó con una muestra incidental no probabilística de 419 participantes, de entre 18 y 72 años ($M = 30,67$, $DE = 11,4$), de los cuales 81,3% ($n = 244$) fueron mujeres y 18,7% ($n = 56$) hombres. Además, solo el 0,2% de la muestra presentó un nivel educativo solo de primario incompleto, el 2% primario completo, 56,6% secundario completo, 16,9% terciario completo, 16,1% universitario completo y el 8,7% posgrado completo.

El objetivo principal que se planteó para la investigación buscaba evaluar la incidencia del uso adictivo del celular en los habitantes de la ciudad de Buenos Aires. En cuanto a los objetivos específicos se pretendía, determinar la relación entre estilo de personalidad y uso del celular; explorar la relación entre la autoestima y el uso del celular; y describir los hábitos de uso del celular en los habitantes de la ciudad de Buenos Aires.

Resultados

Análisis Escala Adicción al Smartphone -SAS-

En cuanto a los resultados obtenidos y analizados en investigación, se observó que todas las dimensiones de la escala están fuertemente asociadas, teniendo una relación significativa entre todas ellas, mostrando fiabilidad estadística, la cual es necesaria para garantizar la validez y precisión de la escala, así como también confianza en el análisis estadístico de los resultados obtenidos:

- Daily Life Disturbance (α de Conbach .74).

- Positive anticipation (α de Conbach .83).
- WITHDRAWAL (α de Conbach .75).
- Cyberspace oriented relationship (α de Conbach .75).
- Overuse (α de Conbach .72).
- Tolerance (α de Conbach .74).

Correlaciones

			DLF	PA	WIT	COR	OVE	TOL
DLF	Correlación Pearson	de	1	,352**	,450**	,430**	,365**	,458**
PA	Correlación Pearson	de	,352**	1	,598**	,524**	,498**	,424**
WIT	Correlación Pearson	de	,450**	,598**	1	,616**	,622**	,489**
COR	Correlación Pearson	de	,430**	,524**	,616**	1	,567**	,483**
OVE	Correlación Pearson	de	,365**	,498**	,622**	,567**	1	,482**
TOL	Correlación Pearson	de	,458**	,424**	,489**	,483**	,482**	1

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

No se han observado diferencias entre hombre y mujeres en ninguna de las dimensiones. Hay correlaciones negativas en todas sus dimensiones con respecto a la edad, es decir, a mayor edad de los sujetos menor es el puntaje que obtienen en esta escala.

Escala autoestima:

Dicha escala de evaluación cuenta con una buena confiabilidad y fiabilidad, al igual que en SAS. No se han observado diferencias en cuanto a los hombres y las mujeres.

Confiabilidad Autoestima

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,847	5

Relación entre la Escala de autoestima y la escala SAS.

Uno de los objetivos propuesto de la investigación fue explorar la relación entre la autoestima y el uso del celular, por lo cual, se analizó la correlación entre la escala SAS y la escala de autoestima, y como resultado, se pudo observar que a mayor puntaje en las dimensiones de SAS, entre ellas, tolerancia (TOL), relaciones orientadas al ciberespacio (COR), perturbación de la vida diaria (DLF), abstinencia (WIT), menos puntuaron los mismos en la escala de autoestima. Si bien las correlaciones no son muy altas, hay una influencia que se puede tener en cuenta entre las mismas. No se evidenciaron correlaciones significativas con anticipación positiva (PA) ni uso excesivo (OVE).

Correlaciones entre las dimensiones del SAS y Autoestima.

			DLF	PA	WIT	COR	OVE	TOL	AUT
DLF	Correlación Pearson	de	1	,352**	,450**	,430**	,365**	,458**	-,168**
PA	Correlación Pearson	de	,352**	1	,598**	,524**	,498**	,424**	-,090

WIT	Correlación Pearson	de	,450**	,598**	1	,616**	,622**	,489**	-,134**
COR	Correlación Pearson	de	,430**	,524**	,616**	1	,567**	,483**	-,165**
OVE	Correlación Pearson	de	,365**	,498**	,622**	,567**	1	,482**	-,086
TOL	Correlación Pearson	de	,458**	,424**	,489**	,483**	,482**	1	-,103*
AUT	Correlación Pearson	de	-,168**	-,090	-,134**	-,165**	-,086	-,103*	1

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Correlaciones entre la escala de autoestima y uso compulsivo del celular

		AUTO_F	COMP
AUTO_F	Pearson Correlation	1	,122*
	Sig. (2-tailed)		,016
	N	403	392
COMP	Pearson Correlation	,122*	1
	Sig. (2-tailed)	,016	
	N	392	404

Se observa que existe una correlación positiva entre autoestima y uso compulsivo de celular, es decir, al subir una variable, sube la otra. Sin embargo, dado que los valores de autoestima se interpretan en una relación inversamente proporcional, se observa que a mayores niveles, mejor autoestima, lo que implica que las personas con menos autoestima hacen un uso compulsivo del celular.

Escala de personalidad.

Correlaciones entre adicción al celular, personalidad y edad.

	EDAD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
DLF	-,316**	,079	,137**	,054	,218**	,118*	,023	,075	,170**	-,087	,095
PA	-,198**	,137**	,150**	,106*	,144**	,060	-,017	,067	,187**	-,039	,097*
WIT	-,347**	,146**	,183**	,091	,233**	,041	-,043	,029	,212**	-,111*	,144**
COR	-,359**	,038	,121*	-,006	,131**	,107*	,062	,009	,191**	-,072	,071
OVE	-,417**	,114*	,133**	,030	,251**	,019	-,051	-,030	,174**	-,136**	,085
TOL	-,260**	,148**	,092	,022	,150**	,124*	-,067	,019	,190**	-,084	,150**
Edad	1	,055	-,152**	-,002	-,114*	-,017	-,014	,063	-,203**	,069	-,079
1. Extravertido, entusiasta	,055	1	-,053	,283**	,127**	,281**	-,196**	,240**	,003	,111*	-,100*
2. Crítico, malhumorado	-,152**	-,053	1	,072	,360**	-,078	-,004	-,114*	,163**	-,252**	,172**
3. Confiable, autodisciplinado	-,002	,283**	,072	1	,073	,200**	,135**	,271**	-,083	,133**	,100*
4. Ansioso, fácilmente alterado	-,114*	,127**	,360**	,073	1	,030	-,110*	-,013	,178**	-,271**	,150**
5. Abierto a nuevas experiencias, complejo	-,017	,281**	-,078	,200**	,030	1	,103*	,311**	,134**	,086	-,051
6. Reservado, tranquilo	-,014	-,196**	-,004	,135**	-,110*	,103*	1	,260**	,035	,322**	,038
7. Empático, cálido	,063	,240**	-,114*	,271**	-,013	,311**	,260**	1	,077	,264**	-,012
8. Desorganizado, descuidado	-,203**	,003	,163**	-,083	,178**	,134**	,035	,077	1	-,102*	,177**
9. Calmado, emocionalmente estable	,069	,111*	-,252**	,133**	-,271**	,086	,322**	,264**	-,102*	1	,055
10. Convencional, poco creativo	-,079	-,100*	,172**	,100*	,150**	-,051	,038	-,012	,177**	,055	1

Se han encontrado relaciones positivas en varias dimensiones, entre ellas, se pueden mencionar como significativas las siguientes:

Los rasgos de personalidad “4. Ansioso/fácilmente alterado” y “8. Desorganizado/descuidado”, son dos aspectos de la personalidad directamente relacionados de manera positiva con todas las dimensiones evaluadas en la escala SAS. El rasgo “2. Crítico/malhumorado”, se relaciona con todas las dimensiones excepto con TOL. El “5. Abierto a la experiencia” muestra una codependencia con DLD, TLF, y TOL. La variable “10. Convencional/poco creativo” se relaciona con WIT y con OVE. El rasgo “1. Extravertido” se relaciona con PA, WIT, OVE, y TOL. Y, por último, las variables “3.

Confiable/autodisciplinado”, “6. Reservado/tranquilo” y “7. Empático/cálido” no se relacionan con ninguna escala del SAS.

Discusión.

Teniendo en cuenta las correlaciones negativas en todas las dimensiones de la escala SAS con respecto a la edad —a mayor edad de los sujetos, menor es el puntaje que obtienen en esta escala— se podría inferir que los adultos tendrían menos interferencias en su rutina diaria por consecuencia del uso del celular. Esto a su vez puede verse influenciado por el hecho de que, a mayor edad, menor es el uso del celular, según los datos proporcionados por el INDEC (2018), quienes manifestaron que el uso del teléfono móvil resulta ser la tecnología de uso más extendido para la población joven y adulta.

Según las estadísticas, 9 de cada 10 personas de 18 a 64 años y más de la mitad de los adultos mayores de 65 años usan esta tecnología. En promedio, 6 de cada 10 personas de este rango etario. Entre los 18 y los 29 años, las personas hacen mayor uso del teléfono celular (94,8%) que los demás grupos etarios; también se advierte su empleo extendido en los de entre 30 y 64 años (92,7%). Podríamos hipotetizar que si bien el uso está muy difundido e incorporado a la cotidianidad, los adultos mayores han ingresado tardíamente a la tecnología. Es decir, es un hábito adquirido la 3° edad, por ejemplo, es un ciclo evolutivo que ha resistido a incorporar en sus vidas la telefonía móvil, cuando se estaba acostumbrado al teléfono de línea y los llamados debían esperar respuestas cuando se regresaba a la casa, más allá de que en Buenos Aires, las líneas de teléfono estaban restringidas y tener teléfono en el hogar era un privilegio. Además, también las actividades laborales se reducen en esta etapa de la vida y al haber menor ocupación, disminuye normalmente el uso del celular.

Con respecto a las interferencias de las actividades diarias como consecuencia del uso del celular, el modelo biopsicosocial de adicción a las tecnológicas propuesto por Griffiths (2005) plantea que los síntomas de dependencia se circunscriben al aislamiento, bien estando solo o en compañía, bajo rendimiento en los estudios o el trabajo y atención centrada en el uso de la tecnología con la consecuente pérdida de control, la búsqueda desesperada por obtener refuerzos rápidos y sentimientos de malestar si no se usa la tecnología suficientemente. Sobre esta descripción, se puede observar que dichos aspectos coinciden con los resultados de la investigación, donde queda plasmado las repercusiones que el uso del celular tiene en el desarrollo cotidiano de la persona.

De acuerdo con los datos obtenidos acerca de las relaciones presentadas entre la escala de autoestima, la escala SAS y el uso compulsivo de celular, se puede afirmar que las personas que obtuvieron una menor puntuación en autoestima, es decir, personas desvalorizadas, se refugian más en el uso del celular en búsqueda de reconocimiento y valoración en el entorno. Presentan mayores dificultades con respecto a intentar siempre controlar el uso del Smartphone aunque no lo logran (TOL) y terminan generando intentos de solución fracasados que refuerzan aún más el sentimiento de no poder controlarlo y el incremento de la desvalorización personal.

En el plano social, las relaciones con los amigos se desarrollan mediante el Smartphone y suele generar un sentimiento de intimidad mayor de las que se producen en la vida real. Se manifiesta, a su vez, un mayor descontrol con sentimientos de pérdida cuando no se puede usar el celular (sea por robo, olvido o pérdida), chequeando continuamente la tenencia del mismo (COR). Lo que da como resultado comportamental, un uso compulsivo del celular con la inminente necesidad de chequearlo en un corto periodo de tiempo, tal cual un automatismo, lo

cual lleva a su vez a que puedan perder trabajos planeados o tener dificultades para concentrarse en una clase o mientras desempeñan su tarea laboral.

Algunas de estas personas, suelen experimentar síntomas físicos como mareos, visión borrosa, dolor en las muñecas o en la parte trasera del cuello y molestias al dormir (DLF). Además, muestran una actitud de impaciencia y se suelen poner inquietos e intolerantes sin un Smartphone ya que generalmente tienen pensamientos recurrentes del celular, generando un alivio momentáneo del malestar emocional y físico que se hacen presentes en su falta. A su vez, les genera irritación cuando los molestan mientras usas el Smartphone (WIT), lo que los lleva un alejamiento físico de las personas que los rodean, y reforzando de esta manera la proximidad a los vínculos virtuales. Muchas personas ven en las redes sociales una forma de mostrarse creando una imagen artificial de sí mismos, diferente a lo que son en realidad, esta imagen creada de sí mismo es lo que les brinda una aparente seguridad y confianza externa, que les falta en sí mismos.

La característica fundamental en las personas con baja autoestima es la desvalorización personal, uno de los principales padecimientos de nuestros tiempos. Esta desvalorización personal genera inseguridad, miedo y culpa. Como afirma Ceberio (2017):

La baja autoestima es una sensación que dilapida y desbarata proyectos, bloquea posibilidades de ser creativos, genera inseguridad, incrementa, por ende, la angustia y ansiedad, y transforma en complicada la complejidad de las relaciones humanas. Es como una plaga que, paulatinamente, carcome, arrasa, penetra, sutil o abruptamente, deteriorando la personalidad (p. 54).

La mayoría de las personas con baja autoestima, buscan estrategias para sentirse queridos, valorados y estimados, es una forma de llenar ese vacío de estima personal desarrollando acciones y estando presos del entorno intentando encontrar reconocimiento (Ceberio, 2017). En esta búsqueda de reforzadores externos, entra en juego la adicción al celular, al estar pendiente de las redes sociales, buscando esa aprobación por ejemplo a través de una foto, donde si bien a las personas les da satisfacción que coloquen un *like* en alguna de sus fotos o en una frase que se publica, otra cosa es depender de ese *like* para tener buena valoración. Este es el problema, la dependencia a ese reconocimiento que lleva muchas veces a corromper los límites de la privacidad, volviendo público lo privado con tal de obtener mayor cantidad de aprobaciones.

Este mecanismo, donde la línea entre privacidad/intimidad se torna difusa, genera un dilema entre lo que soy y lo que quiero mostrar de mí, entre lo que quiero ser y lo que los demás esperan que yo sea, entonces la autoestima se construye en base a lo que a los demás desean ver en mí y lo que los demás reconocen de mí, llegando hasta el punto de desconocer quién es la persona realmente más allá de su red social. Estas personas se vuelven vulnerables a las críticas negativas, inseguras en las cosas que hacen y en las decisiones que tienen que tomar, preguntando constantemente al entorno para que le brinden su opinión acerca de estas decisiones que en realidad tienen que depender de sus intereses, gustos, deseos y motivaciones. Su mundo interno y emocional, sus virtudes y defectos, son aspectos totalmente desconocidos para estas personas, donde se confunden con los gustos, intereses y motivaciones de los demás. Esta descripción se acerca a los ítems de la escala de SAS y también se aplica para “los rasgos de personalidad” con los cuales se han encontrado correlaciones, donde queda de manifiesto la relación que hay entre determinados signos de personalidad y el uso del celular, con sus interferencias en el desarrollo de actividades cotidianas.

Cabe resaltar la relación entre los rasgos de personalidad ansioso y desorganizado con todas las dimensiones de la escala SAS. Concuera la impaciencia e intolerancia propia de las personas con rasgos ansiosos, con la plasmada en la dimensión WIT, que evalúa sobre todo la intolerancia, impaciencia e inquietud constante que presentan las personas sin el celular, junto con la irritación que les produce cuando son interrumpidos mientras lo usan (también observado en los rasgos 10 y 1).

Además, la ausencia del celular genera sentimientos de vacío y un estado de nerviosismo constante, como hemos mencionado, lo cual sólo se aplacada con el uso del dispositivo móvil que les devuelve la seguridad que necesitan y alivia la ansiedad (también en el rasgo 1). Este alivio momentáneo los lleva a continuar con un uso incontrolable del celular (también en los ítems 10 y 1) con la particularidad de intentar controlar el uso del mismo pero no conseguirlo (presente en los ítems 5 y 1), convirtiéndose en una solución intentada fracasada, que en vez de solucionar el problema, lo perpetua y refuerza, donde la solución se convierte en un problema más, un problema del problema, que con el tiempo hacen a la impotencia y la baja autoestima de la persona (Ceberio R., 2017).

Estas acciones traen como consecuencia mayores interrupciones en el desarrollo de sus actividades diarias y dificultades para mantener la concentración y atención en diferentes tareas (estas dificultades también se ven manifestadas en las personas que han puntuado alto en el ítem 5). Por último, en el aspecto social, suelen buscar relaciones virtuales más que vínculos que los impliquen personalmente. Cabe mencionar que el rasgo de personalidad “Crítico” se relaciona con todas las dimensiones, exceptuando la última (TOL).

Es de destacar que las variables “Confiable/autodisciplinado”, “Reservado/tranquilo” y “Empático/cálido”, no se relacionan con ninguna escala del SAS, lo cual muestra la relación

entre determinadas características de personalidad, la buena autoestima y el uso adecuado del celular. Teniendo en cuenta la forma de accionar de acuerdo a sus rasgos de personalidad, las personas que puntuaron alto en estas variables generalmente afrontan diferentes situaciones con seguridad, las decisiones son planificadas con respecto a sus consecuencias a futuro y una vez que se aseguraron de su decisión, la ejecutan con firmeza dejando poco lugar a la duda. Estas personas, además, suelen colocarse a ellos mismos en primer lugar ofreciendo y compartiendo con los demás lo mejor de ellos mismos, con una apertura a mejorar las formas de vincularse, desarrollando una autocrítica productiva, que les permite ver que sus conductas y emociones repercuten en los demás, desarrollando una buena empatía para tales consideraciones.

Con dicha disposición para afrontar la vida, se puede inferir que estas personas presentan una buena autoestima, ya que la valoración personal tiene dos condimentos fundamentales: seguridad y confianza, las cuales se ven reflejadas en lo dicho anteriormente. Con estas características las personas se relacionan con el entorno, quienes no dependen de la opinión de los demás, ni necesitan buscar la seguridad en el afuera -lo opuesto a los descrito anteriormente de las personas con baja autoestima y ciertos rasgos de personalidad-.

La adicción al celular genera déficits en las relaciones interpersonales que conlleva a nuevas formas de vincularse. Hace unos años atrás, este problema era propio del mundo adolescente, hoy en día es un problema generalizado a toda la población, desde niños pequeños hasta gerontes, generando problemas vinculares, familiares y de parejas, problemas individuales, comportamentales, emocionales, etc.

En la actualidad, si uno se sienta a observar las interacciones en un bar, una plaza, un colectivo, etc. cualquiera puede notar una hiperconectividad virtual que nos desconecta afectivamente de las personas con quienes estamos. Cuantas veces observamos parejas, amigos y

hasta familias enteras ensimismados controlando sus mensajes de Whatsapp y viendo imágenes en su Instagram. Esto produce un alejamiento emocional con las personas más cercanas, ganando terreno el aparente acercamiento virtual. Se pierden los beneficios que conlleva el encuentro humano, el abrazo, la mirada, el contacto físico, la contención emocional, el estar ahí realmente con los demás. Esta es una de las consecuencias más visibles de la adicción al celular, que repercute directamente en el proceso de construcción de una buena autoestima ya que desde que somos niños necesitamos la mirada, la aprobación, y estima de un adulto significativo, y que su mirada no esté puesta en un dispositivo tecnológico, asimilando y aprendiendo esa conducta como lo normal y lo cotidiano.

Por último, podemos afirmar que todos los problemas y síntomas humanos, y las patologías, laceran la valoración personal. No hay problema, ni trastorno que no lleve el coletazo de la desvalorización, que *impotentice* y que bloquee el desarrollo personal. Vemos cómo la sinergia de factores comunicacionales, interrelacionales, experienciales, históricos, neurofisiológicos, cognitivos y emocionales convergen para constituir una adicción al celular, un todo recursivo de *interinfluenciabilidad*, un todo inercial del cual es muy difícil salir sino se trabaja la baja autoestima y las soluciones intentadas fracasadas.

Con respecto a las limitaciones, este trabajo es una investigación que se remite a los usuarios de Buenos Aires, si bien el uso del celular es mundial, cada contexto tiene sus particularidades. Cabría comparar qué sucede en contextos más aislado del interior de la Argentina o de otros países más pobres que no tienen acceso cotidiano a la tecnología. Como también cuáles serían los resultados en países como Estados Unidos o Japón, que están a la vanguardia de los cambios tecnológicos. Puesto que la tecnología es influenciada por el contexto, pero a la vez influye al contexto que la produce, con lo cual habría que analizar cuáles son las atribuciones

socioculturales que impactan sobre la atribución de cada usuario de telefonía móvil. No obstante, hay signos adictivos que pueden extrapolarse a otros locus de uso de la telefonía, más allá de los significados que se les otorgue.

Frecuencia de uso, desde cuando se utiliza (meses, años), la medición de la intensidad (0/100) del uso, que cantidad de problemas se generan a partir del uso de la tecnología móvil, puede ser una fórmula que se aplique para observar el grado adicción y de resistencia al cambio (Ceberio, 2017), utilizando la presente investigación como base para ahondar aún más en el nivel de adicción de las personas en esta área tecnológica. Se planifica, seleccionar a los 20 participantes de la muestra considerados más adictos y se les retirará su teléfono a las 8am, durante 24hs confeccionando protocolos de chequeo cada dos horas, explorando la abstinencia y la ansiedad, pensamientos y emociones.

Referencias

- Agarwal, A., Deepinder, F., Sharma, R. K., Ranga, G., & Li, J. (2008). Effect of cell phone usage on semen analysis in men attending infertility clinic: an observational study. *Fertility and sterility*, 89(1), 124-128. DOI: 10.1016/j.fertnstert.2007.01.166
- Alonso-Fernández, F. (2003). *Las nuevas adicciones*. Madrid: TEA.
- Asociación Americana de Psiquiatría (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM5*. Barcelona: Masson.
- Bianchi, A. & Phillips, J. G. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *CyberPsychology & Behavior*, 8, 39-51. doi: 10.1089/cpb.2005.8.39.
- Bibbey, A., Merlo, L., & Stone, A. (2013). Measuring problematic mobile phone use: Development and Preliminary Psychometric Properties of the PUMP Scale. *Journal of Addiction*, 2013, 1-13. DOI: 10.1155/2013/912807
- Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: a literature review and a pathways model. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 299-307. DOI: 10.2174/157340012803520522

- Bouazza, A., Jabur, N. H., & Al-Barashdi, H. S. (2015). The relationship between social networks addictions in terms of self-management and key variables: The case of Omani youngsters. *Social Sciences (Pakistan)*, *10*(6), 832-840.
- Butt, S., & Phillips, J. G. (2008). Personality and self reported mobile phone use. *Computers in Human Behavior*, *24*(2), 346-360. DOI: 10.1016/j.chb.2007.01.019.
- Ceberio R., M. (2013). *Cenicientas y patitos feos: De la desvalorización personal a la buena autoestima*. México: Herder.
- Ceberio R., M. (2014). *También los superhéroes van a terapia*. México: Herder.
- Ceberio R., M. (2017). *Los juegos del mal amor*. Buenos Aires: Ediciones B.
- Ceberio, M. R. (2017). Ecuación de resistencia al cambio. Aplicación de la escala de análisis de la resistencia al cambio como herramienta terapéutica. *Ciencias Psicológicas*, *11*(1), 101-117.
- Lin, Y. H., Chang, L. R., Lee, Y. H., Tseng, H. W., Kuo, T. B., & Chen, S. H. (2014). Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PloS one*, *9*(6), e98312.
- Chóliz, M., Villanueva, V., & Chóliz, M. C. (2009). Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista española de drogodependencias*, *34*(1), 74-88.
- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: A point of issue. *Society for the study of addiction*. DOI: 10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x
- Donner, J. (2007). The rules of beeping: exchanging messages via intentional “missed calls” on mobile phones. *Journal of computer-mediated communication*, *13*(1), 1-22.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin droga?*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Griffiths, M. D. (2005). Adicción a los videojuegos: una revisión de la literatura. *Psicología Conductual*, *13*(3), 445-462.
- Head, M., & Ziolkowski, N. (2012). Computers in human behavior. DOI: 10.1016/j.chb.2012.07.003
- Igarashi, T., Motoyoshi, T., Takai, J., & Yoshida, T. (2008). No mobile, no life: Selfperception and text-message dependency among Japanese high school students. *Computers in human behavior*, *24*, 2311–2324. DOI: 10.1016/j.chb.2007.12.001

- Instituto Nacional de Estadística y Censos [INDEC] (2018). *Acceso y uso de tecnologías de la información y de la comunicación. Cuarto trimestre del 2017*. Recuperado de: https://www.indec.gov.ar/uploads/informesdeprensa/mautic_05_18.pdf
- Ling R. (2004). *The Mobile Connection: The cell phone's impact on society*. San Francisco: Morgan Kaufmann.
- Marks, I. (1990). Behavioural (non- chemical) addictions. *British journal of addiction*, 85(11), 1389-1394. DOI: 10.1111/j.1360-0443.1990.tb01618.x
- Oftedal, G., Wilen, J., Sandström, M., & Mild, K. H. (2000). Symptoms experienced in connection with mobile phone use. *Occupational medicine*, 50(4), 237-245. DOI: 10.1093/occmed/50.4.237
- Pedrero-Pérez, E., Rodríguez-Monje, M. T., & Ruiz-Sánchez de León, J. M. (2012). *Adicción o abuso del teléfono móvil. Revisión de la literatura. Adicciones*, 24(2), 139-152.
- Pepper, R., Solomon, G., & Williams C. (2012). What is the impact mobile telephony on economic growth? *GSM Association*. Recuperado de <https://www.gsma.com/publicpolicy/wp-content/uploads/2012/11/gsma-deloitte-impact-mobile-telephony-economic-growth.pdf>.
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno?. *Adicciones*, 20(2), 149-159.
- Takao, M., Takahashi, S., & Kitamura, M. (2009). Addictive personality and problematic mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 12(5), 501-507. DOI: 10.1089/cpb.2009.0022.
- Thomé, S., Härenstam, A., & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC Public Health*, 11(66), 1-11. DOI: 10.1186/1471-2458-11-66
- YouGov (2011). Citado en Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology research and behavior management*, 7, 155-160. doi: 10.2147/PRBM.S41386

Recibido: 6 de junio del 2019

Aceptado: 22 de junio del 2019

SIN CONFLICTOS DE INTERÉS