

Una de cada veinte personas ya sufre adicción al móvil



Como en otras adicciones reconocidas, el uso problemático del teléfono móvil mantiene un patrón de relaciones donde la ansiedad, la impulsividad y el consumo de alcohol son capaces de predecir el desarrollo de esta dependencia que ya se puede considerar una adicción para el 5% de la población española. Así lo refleja un estudio en el que participa la Universidad Complutense de Madrid y que también concluye que la depresión suele convivir con el abuso de este dispositivo.



El uso del móvil es problemático cuando impide actividades como dormir. / [m01229](#).

En la denominada era digital, alrededor del 15,4% de la población española mantiene un uso del teléfono móvil muy elevado y en riesgo de padecer complicaciones, mientras que en el 5,1% ya se puede considerar problemático o una adicción, según una investigación en la que participa la Universidad Complutense de Madrid (UCM).

El uso del teléfono móvil se convierte en problemático cuando es excesivo en horas o interfiere en actividades cotidianas, laborales, sociales, familiares, e incluso, perjudica la salud física del individuo sin capacidad de control. Si este, además, padece otros síntomas como dificultad para resistir a un impulso, angustia o adicción a otras sustancias, tendrá más posibilidades de caer en el enganche al aparato tecnológico.

“Históricamente se ha observado que las variables psicológicas de ansiedad e impulsividad anteceden o son predictoras de las adicciones con sustancias;



es decir, son factores de predisposición. Esto implicaría que el uso problemático del móvil podría ser considerado una adicción”, explica José de Sola, investigador del [departamento de Psicobiología](#) de la UCM y uno de los autores del estudio.

El trabajo, publicado en *Frontiers in Psychiatry*, se basó en cuestionarios realizados entre enero y diciembre de 2014 en un total de 1.126 individuos de entre 16 y 65 años de toda España.

No solo en los más jóvenes

El objetivo de los científicos fue cruzar los factores de ansiedad, depresión, impulsividad y consumo de alcohol con el uso problemático del móvil. En un principio, también se tuvo en cuenta el tabaco, pero a lo largo de la investigación se descartó “por la escasa consistencia del instrumento utilizado en su valoración, aunque otras investigaciones demuestran que tiene un peso relevante”, según de Sola.

El investigador distingue entre valores relacionados y predictivos. Así, la depresión, las drogas ilegales, o algunas patologías psiquiátricas como las obsesiones son variables relacionadas, mientras que ansiedad, impulsividad y el consumo de alcohol pueden predecir esta adicción.

Para llevar a cabo el estudio, se utilizaron herramientas de medida estadística como las escalas del uso problemático del teléfono móvil (MPPUS), la de estados de ansiedad (STAI), del comportamiento impulsivo (UPPS-P), el inventario de depresión de Beck o el cuestionario AUDIT de consumo de alcohol.

Otro de los resultados que se deriva de este estudio es el del perfil del individuo que padece este problema. Como era de esperar, afecta más a jóvenes, desde los 16 años, pero también alcanza a poblaciones adultas de hasta 45 años.

“Esto implicaría que, de encontrarnos con una adicción, el problema no sería exclusivo de los jóvenes y adolescentes, sino que implicaría a capas de población más amplias”, señala el investigador de la UCM.

Además, De Sola alerta de la tendencia creciente que ha adoptado esta adicción que “cada vez interfiere más en la vida cotidiana”.

Junto con la UCM, en el estudio participan el Hospital Universitario 12 de Octubre (Madrid), el Instituto de Investigación Biomédica de Málaga y la Universidad San Ignacio de Loyola (Perú).



Referencia bibliográfica: José De Sola, Hernán Talledo, Gabriel Rubio y Fernando Rodríguez de Fonseca. “Psychological Factors and Alcohol Use in Problematic Mobile Phone Use in the Spanish Population”. *Frontiers in Psychiatry*. Vol. 8. Art. 11. Febrero de 2017. DOI: [10.3389/fpsy.2017.00011](https://doi.org/10.3389/fpsy.2017.00011)