

# Uso problemático de internet en los adolescentes del área sanitaria de Vigo

Marta Baz Rodríguez  
EIR C.S. TEIS

## Declaración de potenciales conflictos de intereses



**Título: “*Uso problemático de internet en los adolescentes del área sanitaria de Vigo*”**

Declaro no tener ningún potencial conflicto de interés

# Introducción



- Alta prevalencia\*
- Adolescencia
- Definición/Diagnóstico
- Uso Problemático de Internet (UPI)
- Consecuencias



\*Fuente: Anderson E, Steen E, Stavropoulos V. Internet use and Problematic Internet Use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *Int J Adolesc Youth*. 2017; 22.4: 430-454.

# Objetivo



- Cuantificar el uso problemático de internet entre adolescentes con la escala EUPI-a, en el área de Vigo





# Método

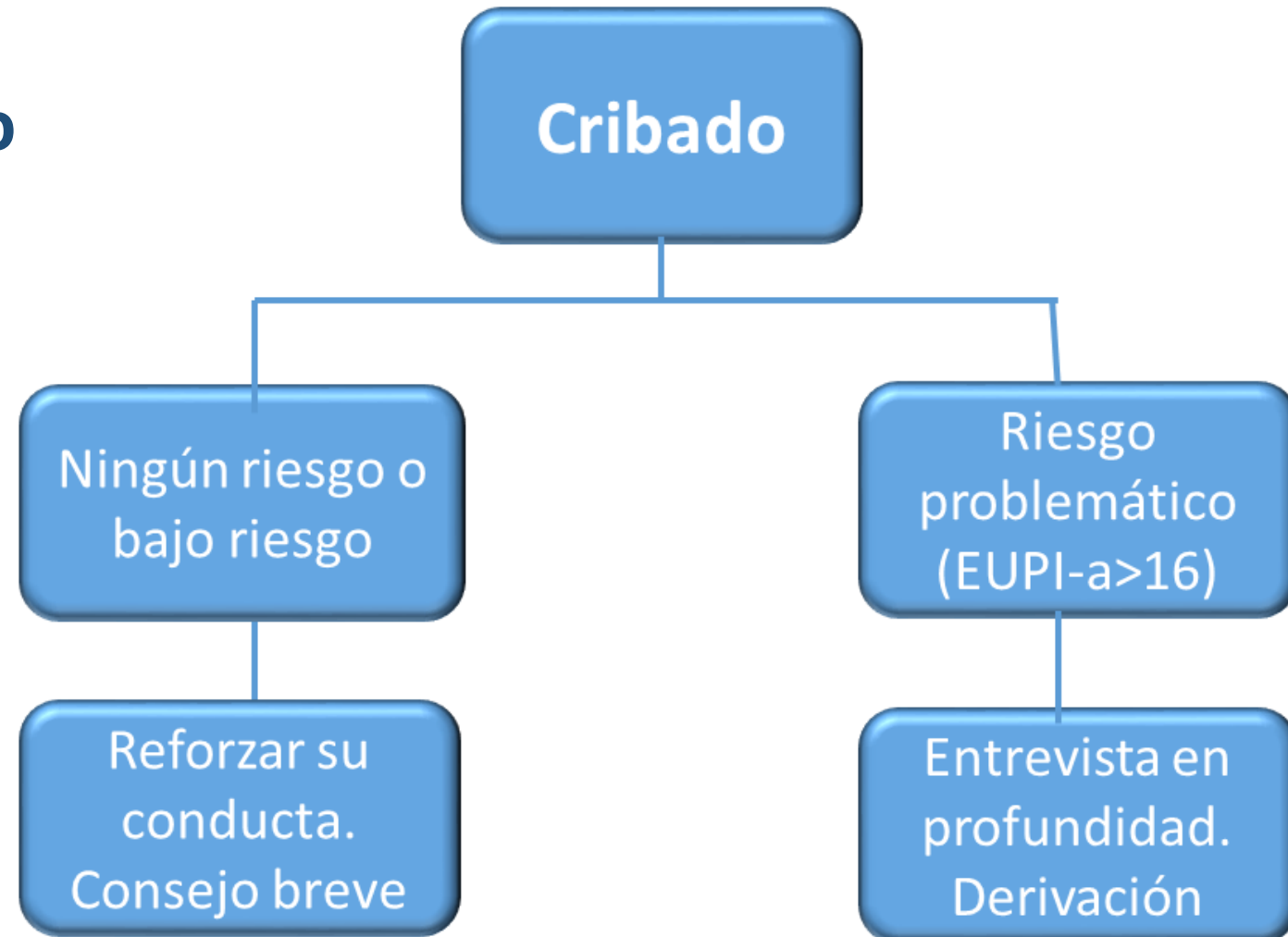


- **Selección y retirada de participantes**
  - **Criterios de inclusión:** 10-16 años, previo consentimiento
  - **Criterios de exclusión:** impedimentos comprensión escala, ausencia consentimiento
- **Muestreo sistemático con reposición.**
- **Justificación tamaño muestral:** 1048 sujetos. Prevalencia esperada 16,3%, CI 95%,  $\pm 5\%$ , tamaño muestra debe ser 175.

# Método



## ■ Procedimiento



# Método



## Material escrito

*Decálogo para un Buen uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación*



*Haz un buen uso sin abuso y con responsabilidad*



1. Las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) pueden ser **muy positivas** para el aprendizaje de niños y adolescentes. También permiten adquirir habilidades tecnológicas que necesitarán en su futuro.
2. Pero un mal uso puede generar **problemas físicos** (dolor de espalda, fatiga ocular, problemas del sueño, sedentarismo...), **académicos** (menor concentración o rendimiento...), **psíquicos** (adicción, estrés...) y **sociales** (aislamiento, pérdida de interés...).
3. Los padres deben formarse e informarse para educar a sus hijos en un uso responsable. Sea un modelo para ellos. Establezca normas y ponga límites. No use videoconsolas, tabletas, ordenadores, teléfonos inteligentes (smartphones)... antes de los 2 años. Por la noche, y durante las comidas, guárdelas en un lugar común, respetando los momentos de comunicación familiar y el descanso.
4. Evite que accedan a contenidos de riesgo (bulimia, anorexia, violencia, pornografía, pedofilia, consumo de drogas, juegos, fraudes comerciales, videos de moda con conductas de riesgo, etc...). Establezca programas de control parental. Tenga en cuenta la orientación por edades y temáticas de los videojuegos y programas de entretenimiento (código PEGI).
5. Proteja todos los dispositivos con conexión a la Red con antivirus, bloqueos de pantalla, contraseñas y códigos fuertes. Actualice los sistemas operativos y sus programas.
6. Ojo con los contenidos que suben en Internet. Enséñeles el valor de la privacidad propia y de los demás. Lo que se sube a la Red se puede modificar, compartir y puede permanecer para siempre.
7. Se debe enseñar el respeto a los demás. El ciberacoso o **ciberbullying** es cuando entre menores se insultan, amenazan, chantajejan y humillan de forma reiterada a través de una red social. El **sexting** es el envío de material erótico o pornográfico a través de una red social. Ambos pueden tener serias repercusiones: sociales y emocionales para quienes lo sufren, y legales para quienes lo realizan.
8. El menor no debe contactar ni seguir en redes sociales a quien no conoce en la vida real. Y menos acudir a una cita. El **grooming** se produce cuando un adulto se hace pasar por menor, para chantajearle y abusar sexualmente de él.
9. A veces los problemas relacionados con las TIC se detectan tarde. Tenga una buena comunicación con su hijo. Preste atención a cambios físicos, emocionales o del comportamiento.
10. Ante un caso de sospecha o certeza de ciberacoso o grooming se debe actuar siempre de forma inmediata. Hay que alejarles del acosador y denunciar el hecho. Si la situación es grave pida ayuda a un profesional (pediatra, psicólogo, psiquiatra o policía experto en delitos tecnológicos). Para prevenirlo, y que no suceda, recurra a la policía escribiendo a estos correos: [participa@policia.es](mailto:participa@policia.es) \* [seguridadescolar@policia.es](mailto:seguridadescolar@policia.es)





# Método



- **Variables e instrumento**
  - **Sociodemográficas:** edad, género, centro de salud
  - **Escala EUPI-a**
- **Comité de Ética de Investigación de Galicia (2018/475)**

# Método



## ■ EUPI-a:

- 11 ítems
- Tipo likert
- consistencia interna ( $\alpha=,81$ ), sensibilidad (81%), especificidad (82,6%) y validez de constructo

0	1	2	3	4
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

Con qué frecuencia te ha pasado que...

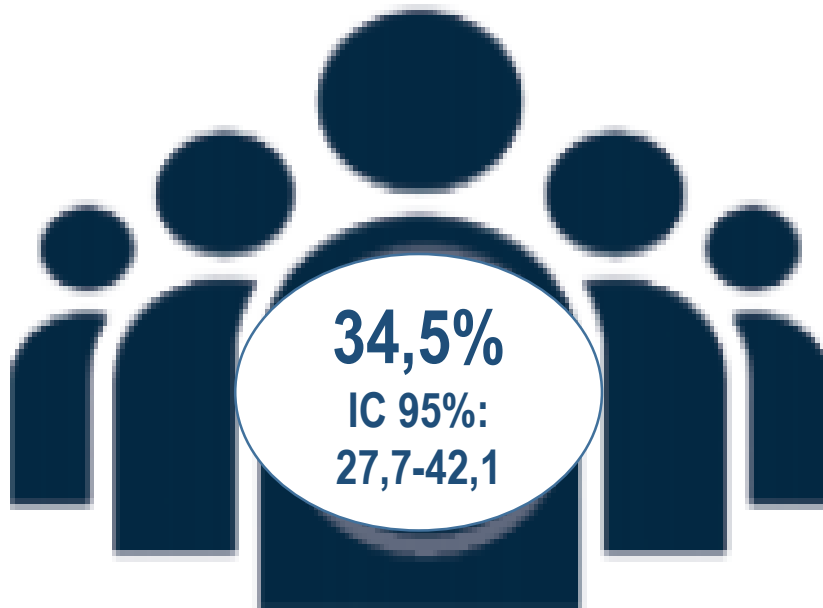
1 Cuando me conecto siento que el tiempo vuela y pasan las horas sin darme cuenta	0	1	2	3	4
2 En ocasiones he intentado controlar o reducir el uso que hago de Internet pero no fui capaz	0	1	2	3	4
3 En alguna ocasión he llegado a descuidar algunas tareas o a rendir menos (en exámenes, deportes, etc.) por conectarme a Internet	0	1	2	3	4
4 Cada vez me gusta más pasar horas conectado/a a Internet	0	1	2	3	4
5 A veces me irrito o me pongo de mal humor por no poder conectarme a Internet o tener que desconectarme	0	1	2	3	4
6 Prefiero que mis padres no sepan el tiempo que paso conectado a Internet porque les parecería excesivo	0	1	2	3	4
7 He dejado de ir a sitios o de hacer cosas que antes me interesaban para poder conectarme a Internet	0	1	2	3	4
8 En alguna ocasión me he metido en líos o problemas por culpa de Internet	0	1	2	3	4
9 Me fastidia pasar horas sin conectarme a Internet	0	1	2	3	4
10 Cuando no puedo conectarme no paro de pensar si me estaré perdiendo algo importante	0	1	2	3	4
11 Digo o hago cosas por Internet que no sería capaz de decir/hacer en persona	0	1	2	3	4
	TOTAL				

# Resultados



- N= 165 (51,5% ♂)
- Mediana: 13 años

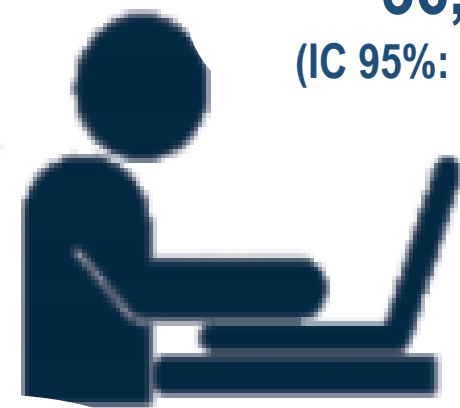
## Prevalencia UPI



**32,5%**  
(IC 95%: 23,2-43,4)



**36,5%**  
(IC 95%: 27,0-47,1)

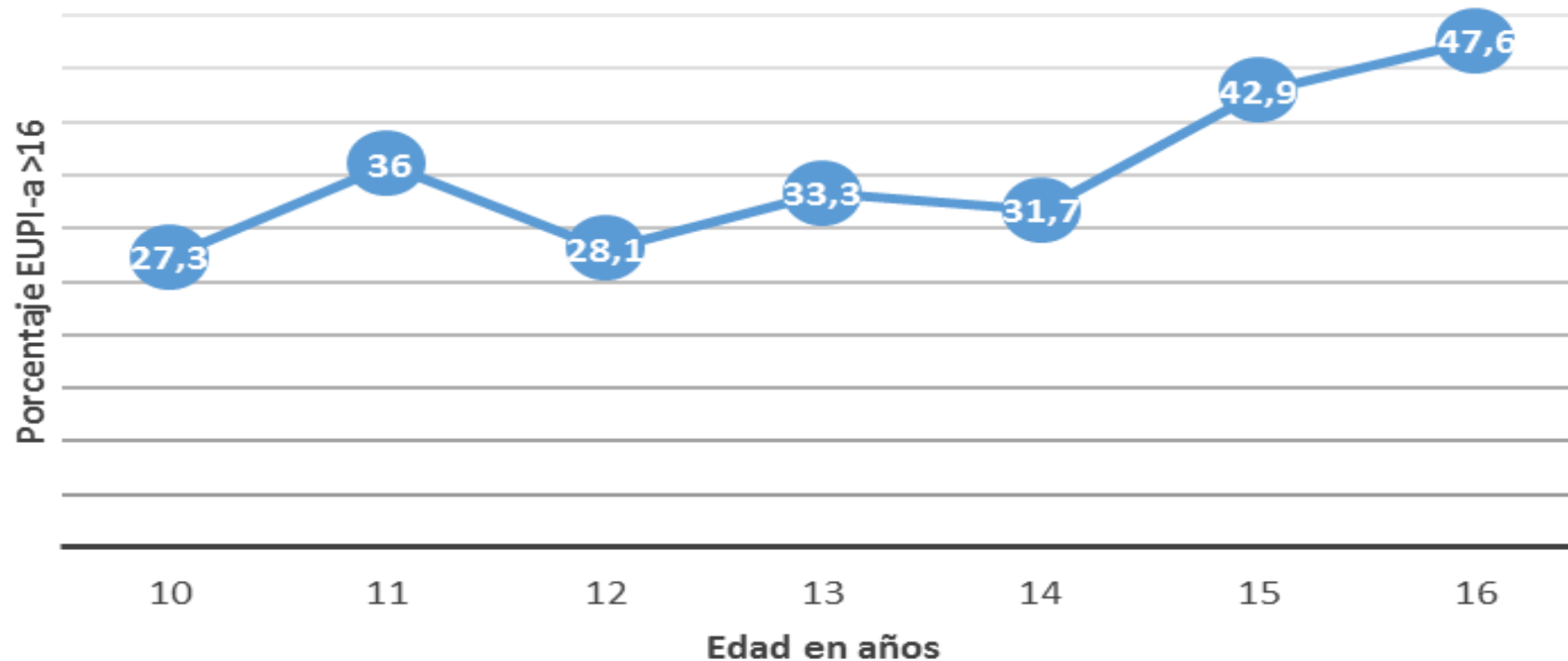


$p > 0,05$

# Resultados



## Uso problemático de internet por edad



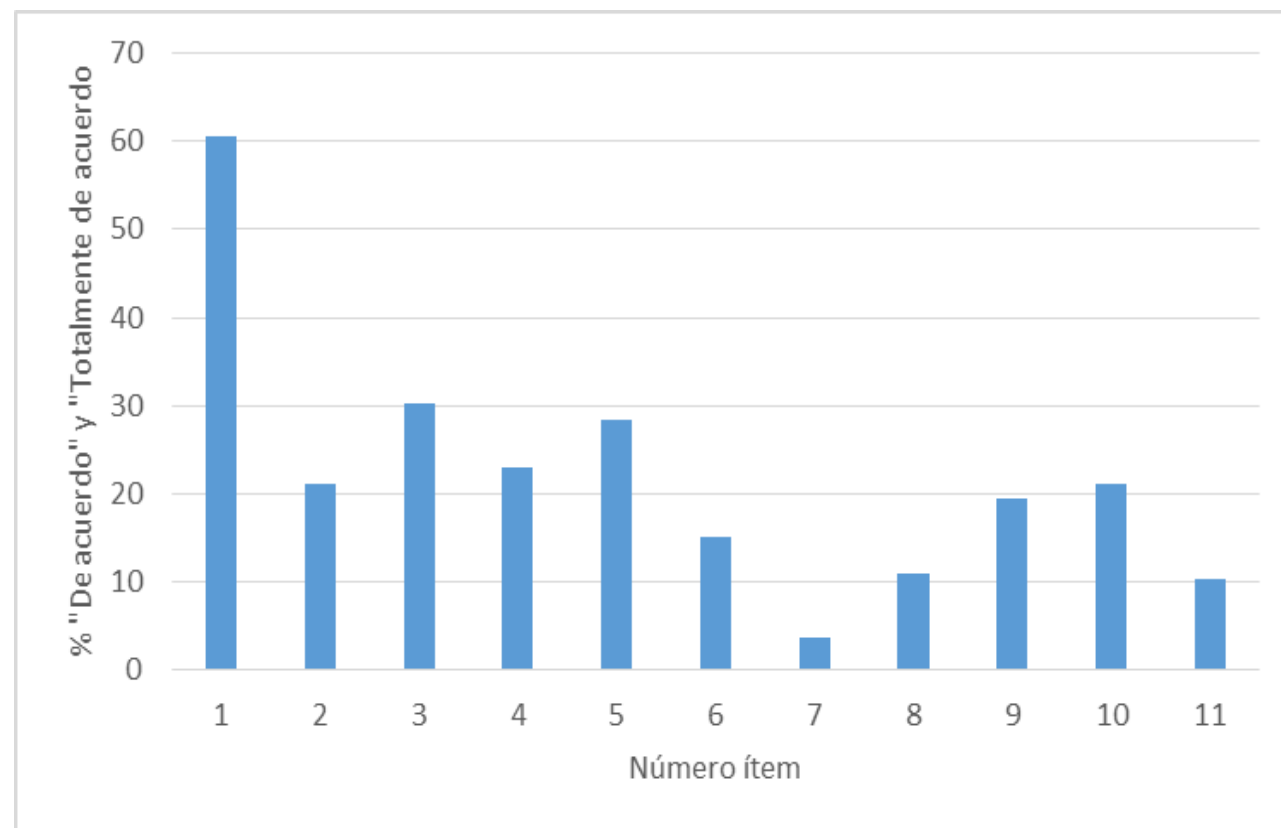
p > 0,05

# Resultados



Estadísticos descriptivos de la escala EUPI-a

	Mediana	Percentil 25	Percentil 75
Quando me conecto siento que el tiempo vuela y pasan las horas sin darme cuenta.	3,00	2,00	4,00
En ocasiones he intentado controlar o reducir el uso que hago de Internet pero no fui capaz.	1,00	0,00	2,00
En alguna ocasión he llegado a descuidar algunas tareas o a rendir menos (en exámenes, deportes, etc.) por conectarme a Internet.	1,00	0,00	3,00
Cada vez me gusta más pasar horas conectado/a a Internet.	2,00	1,00	2,00
A veces me irrito o me pongo de mal humor por no poder conectarme a Internet o tener que desconectarme.	2,00	0,00	3,00
Prefiero que mis padres no sepan el tiempo que paso conectado a Internet porque les parecería excesivo.	0,00	0,00	2,00
He dejado de ir a sitios o de hacer cosas que antes me interesaban para poder conectarme a Internet.	0,00	0,00	1,00
En alguna ocasión me he metido en líos o problemas por culpa de Internet.	0,00	0,00	1,00
Me fastidia pasar horas sin conectarme a Internet.	1,00	0,00	2,00
Quando no puedo conectarme no paro de pensar si me estaré perdiendo algo importante.	1,00	0,00	2,00
Digo o hago cosas por Internet que no sería capaz de decir/hacer en persona.	0,00	0,00	1,00

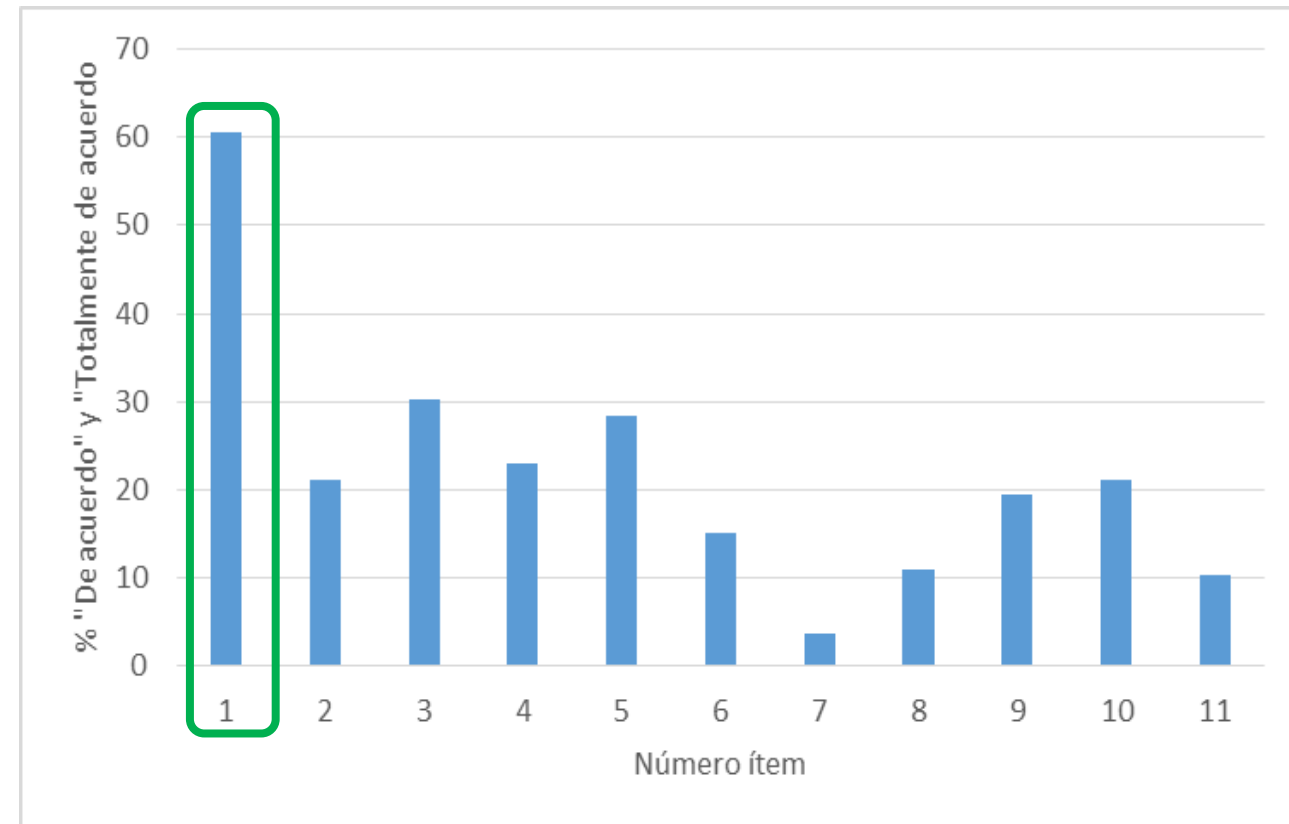


# Resultados



Estadísticos descriptivos de la escala EUPI-a

	Mediana	Percentil 25	Percentil 75
Quando me conecto siento que el tiempo vuela y pasan las horas sin darme cuenta.	3,00	2,00	4,00
En ocasiones he intentado controlar o reducir el uso que hago de Internet pero no fui capaz.	1,00	0,00	2,00
En alguna ocasión he llegado a descuidar algunas tareas o a rendir menos (en exámenes, deportes, etc.) por conectarme a Internet.	1,00	0,00	3,00
Cada vez me gusta más pasar horas conectado/a a Internet.	2,00	1,00	2,00
A veces me irrito o me pongo de mal humor por no poder conectarme a Internet o tener que desconectarme.	2,00	0,00	3,00
Prefiero que mis padres no sepan el tiempo que paso conectado a Internet porque les parecería excesivo.	0,00	0,00	2,00
He dejado de ir a sitios o de hacer cosas que antes me interesaban para poder conectarme a Internet.	0,00	0,00	1,00
En alguna ocasión me he metido en líos o problemas por culpa de Internet.	0,00	0,00	1,00
Me fastidia pasar horas sin conectarme a Internet.	1,00	0,00	2,00
Quando no puedo conectarme no paro de pensar si me estaré perdiendo algo importante.	1,00	0,00	2,00
Digo o hago cosas por Internet que no sería capaz de decir/hacer en persona.	0,00	0,00	1,00

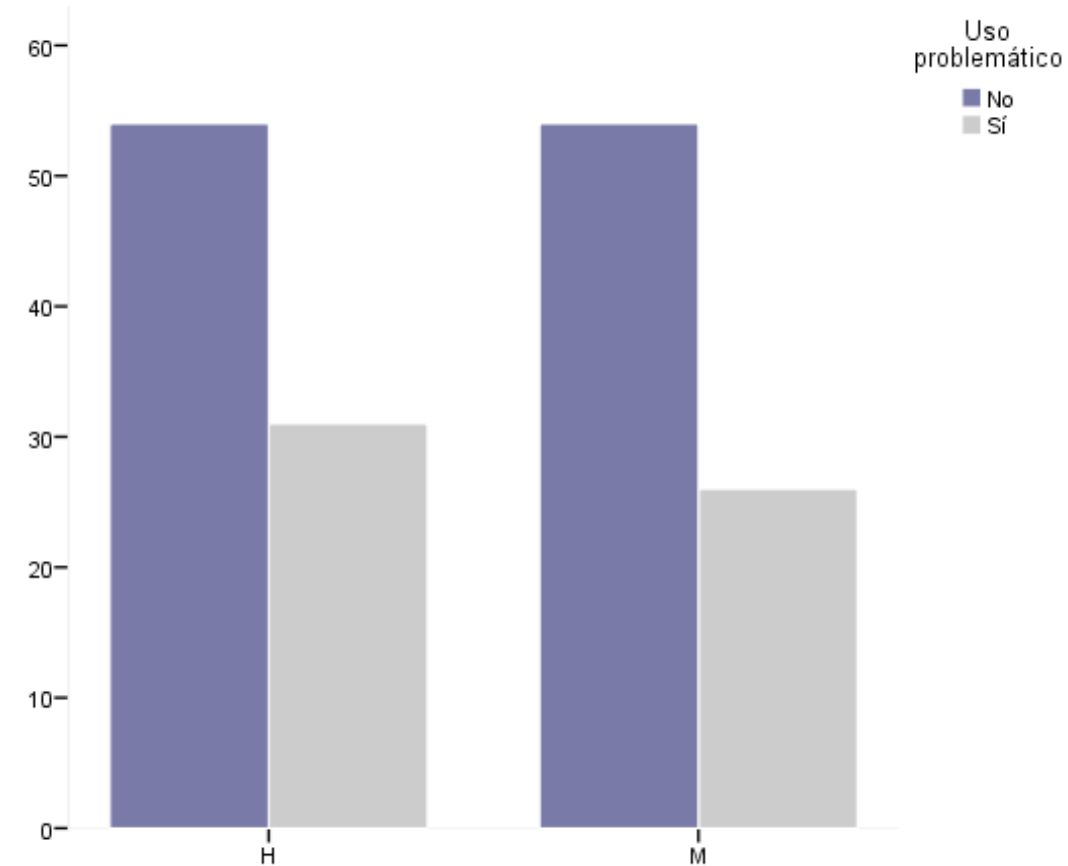


# Resultados



## Estratificación por género

		Uso problemático internet				Total
		No		Sí		
		n	% (IC95)	n	% (IC95)	
Género	♂	54	50,0 (40,7-59,3)	31	54,4 (41,6-61,6)	85
	♀	54	50,0 (40,7-59,3)	26	45,6 (33,4-58,4)	80
Total		108		57		165



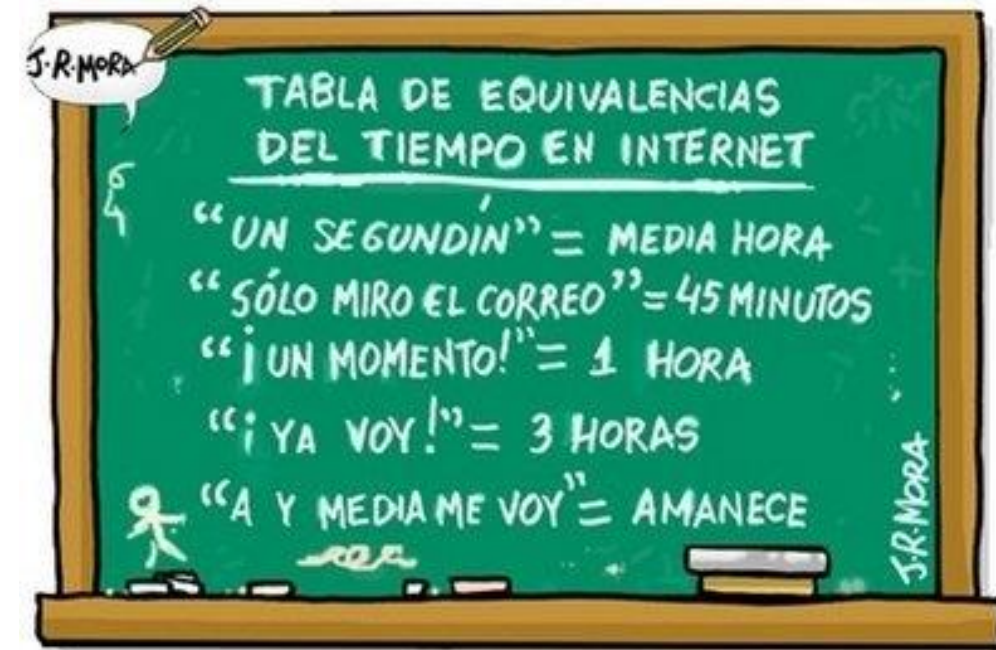
Género: H/M

$p > 0,05$

# Discusión



- 1 de cada 3 adolescentes (superior al 16,3% Galicia\*; porcentaje similar países asiáticos\*\*)
- Aumenta con la edad
- Género: no diferencia (estudios nacionales > UPI en Mujeres\*\*\*)



\*Boubeta, A. R., Salgado, P. G., Folgar, M. I., Gallego, M. A., & Mallou, J. V. EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica. *Adicciones*. 2015; 27(1); 47-63.

\*\*Mak, K. K., Lai, C. M., Watanabe, H., Kim, D. I., Bahar, N., Ramos, M., & Cheng, C. Epidemiology of internet behaviors and addiction among adolescents in six Asian countries. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2014; 17(11); 720-728.

\*\*\*Boubeta, A. R., Ferreiro, S. G., Salgado, P. G., & Couto, C. B. Variables asociadas al uso problemático de internet entre adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas*. 2015; 15(1); 25-38.



# Discusión



## ■ Fortalezas:

- EUPI-a en AP
- Test validado, breve y simple
- Pediatras, médicos de familia y enfermeras
- Herramienta cribado

## ■ Limitaciones:

- Tamaño muestral
- Baja frecuentación centro de salud
- Autocuestionario



# SOCIEDAD

## CRECER CONECTADOS | 1

Cómo nunca antes los chavales aprenden, juegan y se relacionan a través de redes y pantallas, rodeados de algoritmos y 'big data'. EL PAÍS explorará durante los próximos meses la vida de niños y adolescentes en un mundo digital. En este primer capítulo, la educación en la meca de la tecnología

# Los gurús digitales de Silicon Valley crían a sus hijos sin pantallas

PABLO GUIMÓN

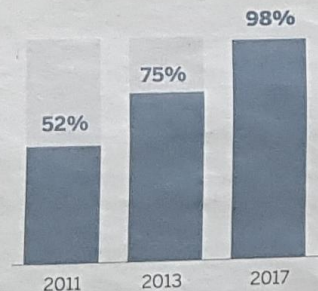
Palo Alto (California)

La profesora, armada con tizas de colores, suma fracciones en el gran encerado, enmarcado en madera rústica, que cubre la pared frontal de la clase. Los niños de cuarto grado, de 9 y 10 años, hacen sus cuentas en los pupitres con lápiz y cuartillas. El aula está forrada de papeles: mensajes, horarios, trabajos de los alumnos. Ninguno ha salido de una impresora. Nada, ni siquiera los libros de texto, que elaboran los propios niños a mano, ha sido realizado por ordenador. No hay detalle alguno en esta clase que pudiera desentonar en los recuerdos escolares de un adulto que asistió al colegio el siglo pasado. Pero estamos en Palo Alto. El corazón de Silicon Valley. Epicentro de la economía digital. Hábitat de quienes piensan, producen y venden la tecnología que transforma la sociedad del siglo XXI.

### Uso de móviles en menores de ocho años

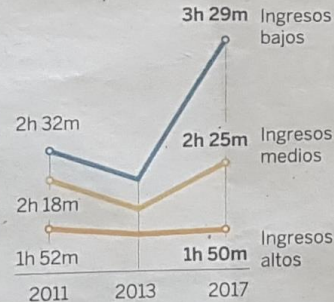
% de hogares donde hay al menos un menor de hasta ocho años

#### HOGARES CON MÓVILES



#### TIEMPO DE USO DE PANTALLAS

Media diaria según ingresos

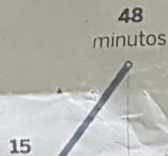


#### DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS EN CASA



#### TIEMPO DE USO DE MÓVILES

Media diaria en minutos en menores de ocho años



Sus palabras ilustran lo que empieza a ser un consenso entre las élites de Silicon Valley. Los padres que mejor comprenden la tecnología de los móviles y las aplicaciones quieren a sus hijos lejos de ella. Los beneficios de las pantallas en la educación temprana son limitados, sostienen, mientras que el riesgo de adicción es alto.

Los pioneros lo tuvieron claro desde muy pronto. Bill Gates, creador de Microsoft, limitó el tiempo de pantalla de sus hijos. "No tenemos los teléfonos en la mesa cuando estamos comiendo y no les dimos móviles hasta que cumplieron los 14 años", afirmó en 2017. "En casa limitamos el uso de tecnología a nuestros hijos", explicó Steve Jobs, creador de Apple, en una entrevista en *The New York Times* en 2010, en la que aseguró que prohibía a sus vástagos utilizar su recién creado iPad. "En la escala entre los caramelos y el crack, esto está más



# Agradecimientos



- Participantes del estudio y sus familias.
- Ana Clavería Fontán; Ana Goicoechea Castaño, Elena Álvarez Vázquez, Clara García Cendón; Antonio Rial Boubeta; Susi Barciela.



# Bibliografía



- Anderson E, Steen E, Stavropoulos V. Internet use and Problematic Internet Use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *Int J Adolesc Youth*. 2017; 22.4: 430-454.
- Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., & Brunner, R. Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction*, 2012; 107(12); 2210-2222.
- Boubeta, A. R., Salgado, P. G., Folgar, M. I., Gallego, M. A., & Mallou, J. V. EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica. *Adicciones*. 2015; 27(1); 47-63.
- Boubeta, A. R., Ferreira, S. G., Salgado, P. G., & Couto, C. B. Variables asociadas al uso problemático de internet entre adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas*. 2015; 15(1); 25-38.
- Ortega-García, J. A., Tellerías, L., Ferrís-Tortajada, J., Boldo, E., Campillo-López, F., van den Hazel, P & Farias-Guardia, C. Amenazas, desafíos y oportunidades para la salud medioambiental pediátrica en Europa, América Latina y el Caribe. *An Pediatr (Barc)*. 2019; 90,2; 124-e1
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depress Anxiety*. 2003; 17(4); 207-216
- Mak, K. K., Lai, C. M., Watanabe, H., Kim, D. I., Bahar, N., Ramos, M., & Cheng, C. Epidemiology of internet behaviors and addiction among adolescents in six Asian countries. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2014; 17(11); 720-728.



**Muchas gracias**