



Facultad de Psicología y Ciencias Sociales

Trabajo Integrador Final

Autoridades de la Universidad

Rector Emérito: Dr. Roberto Kertész

Rector: Mgter. Néstor Blanco

Autoridades de la Carrera Licenciatura en Psicología y de la Unidad Académica

Decana: Lic. Beatriz Labrit

Director: Mgter. Marcelo Godoy

Tutora de contenido: Dr. Genise Gabriel

Tutor metodológico: Lic. Ungaretti Joaquín

Uso del teléfono móvil y su relación con la ansiedad en adultos de la Ciudad de Buenos
Aires

Villar Rocío Ayelén, Legajo 16864

Fecha:

Índice

Introducción	2
Capítulo 1: Estudio psicológico de la Ansiedad	4
Capítulo 2: El uso del teléfono móvil y sus consecuencias psicológicas	14
Capítulo 3: Investigaciones empíricas sobre el uso del celular y psicopatología	18
Capítulo 4: Problema, objetivos e hipótesis	22
Capítulo 5: Método, diseño, participantes, técnica de recolección de datos y procedimiento	25
Capítulo 6: Resultados	28
Capítulo 7: Discusión	34
Capítulo 8: Conclusión	37
Referencias	41
Anexo	

Introducción

En la actualidad, con el advenimiento de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, los individuos asisten a un proceso de avance tecnológico sin precedentes. En este sentido, el uso del teléfono móvil es uno de los sucesos que ha marcado con gran intensidad los últimos años, su inclusión a la rutina diaria de los seres humanos, es únicamente similar al alcance de internet (Ling, 2004).

En poco tiempo el teléfono móvil ha dejado de tener como función principal la comunicación interpersonal para transformarse en un soporte con múltiples aplicaciones en continuo desarrollo, introduciéndose en el espacio personal y público en situaciones que anteriormente eran impensadas (Buchinger, Kriglstein, Brandt y Hlavacs, 2011; Hartmann, Rössler y Höflich, 2008)

Si en un comienzo se tomaba al móvil como teléfono inalámbrico de uso personal, en la actualidad esa es una de sus tantas opciones. Teniéndose en cuenta ahora como un elemento que brinda diversos servicios, principalmente orientados a la juventud, y que sigue incorporando cada vez más utilidades. (Buchinger et al., 2011).

Interacción social, noticias, imágenes, redes sociales, juegos, descarga de música y películas, radio, televisión, entre otros. Variadas propuestas de este estilo, interesante y seductores probable que traiga consigo algunos conflictos. Según Griffiths (2008), sea cual fuere el pasatiempo, si es gratificante puede ser adictivo, pero únicamente los que están mal vistos frente a la sociedad por estar relacionados con hábitos peligrosos se creen “adicciones” ya sea por la frecuencia o el tipo de uso que se le otorga. Al referirnos a los móviles, los motivos que hacen considerarlo conflictivo es principalmente el modo en que lo emplean niños y adolescentes en su entorno cotidiano, es decir, la cantidad de horas que le dedican y dirigen su atención al móvil sin tomar conciencia de lo que esto genera, hasta el límite de cambiarlo por otros intereses y perder el control.

De hecho, según datos del INDEC (2015) en Argentina casi 7 de cada 10 personas utilizan computadora o Internet y casi 8 de cada 10 emplean celular. En cuanto al acceso a TIC, si abrimos la perspectiva al contexto internacional de acuerdo a los últimos datos disponibles, se puede observar que Argentina y Uruguay se posicionan

dentro de los países con mayor acceso a Internet en la región (61,8% y 64,7% respectivamente), tomando una distancia considerable en relación a Ecuador (37%), México (35,1%) y Brasil (43%).

Ésta situación ha estimulado que diferentes disciplinas científicas se ocupan de las consecuencias de su uso para los individuos. En este sentido, en el marco de la psicología, se han analizado las consecuencias psicológicas para los individuos de las diferentes formas de uso de la telefonía móvil, a través del análisis de variables que se verían afectadas tales como la depresión, autoestima, y rasgos de personalidad entre otras. Sin embargo, una de las cuestiones más estudiadas ha sido cómo esto influye en los niveles de ansiedad de los individuos.

La presente investigación pretende describir y correlacionar el uso que se le da a los teléfonos móviles y su vínculo con la ansiedad en población adulta de ambos sexos (20 a 60 años) pertenecientes a CABA. El mismo será realizado a través del modelo cognitivo de Beck. Por otra parte, se trabajará con un muestreo no probabilístico incidental dado que la elección no depende de la probabilidad sino de las características del estudio (Hernandez Sampieri, Fernandez Collado y Baptista Lucio, 2006). Para obtener estos datos se describirán aspectos psicofisiológicos que pueden presentarse en los adultos que sufren de ansiedad y las consecuencias predominantes en las personas que manifiestan dependencia al móvil. En este sentido, se utilizó la adaptación al español del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Autor Aaron T. Beck y Robert A. Steer Autor de la adaptación española Jesús Sanz, Frédérique Vallar, Elena de la Guía y Ana Hernández y la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS). Sus autoras fueron Aranda López, María, Fuentes Gutiérrez, Virginia, & García-Domingo, Marta en el año 2017. Los resultados se analizaron con el programa estadístico SPSS, con el cual se dará a conocer si existe relación entre la ansiedad y el uso del teléfono móvil. De modo que, estos datos permitirán concientizar y prevenir a la población, informando de posibles alteraciones psicológicas si las hubiere.

CAPÍTULO 1: Estudio psicológico de la Ansiedad

Neurofisiología de la ansiedad

En el transcurso de las últimas décadas se han realizado numerosos progresos en cuanto a los estudios referidos a la neurobiología de la ansiedad. Uno de los descubrimientos de mayor relevancia es la función que cumple la amígdala en el desarrollo de las emociones y en la memoria (Canli et al., 2001). Los exámenes en población humana y no humana revelan que la amígdala interviene en la conformación emocional de la memoria, la percepción de los estímulos con representación emocional y la evaluación de los indicadores sociales vinculados con riesgos físicos o psíquicos (Anderson & Phelps, 2000). Así mismo, LeDoux (1989, 1996, 2000) ha contribuido en señalar la participación de la amígdala como base neural para la constitución de respuestas determinadas por el miedo con sus hallazgos acerca del temor auditivo condicionado. Este mismo autor, definía a la amígdala como el “eje de la rueda del miedo” LeDoux (1996, p. 170), la cual “en esencia, participa en la valoración del sentido emocional” (p. 169). LeDoux (1989) considera que determinar el valor afectivo es una de las responsabilidades primarias del cerebro emocional como por ejemplo diferenciar lo que es un riesgo de lo que no lo es y, del mismo modo, distinguirlo de los estímulos mentales (recuerdos, imágenes, pensamientos), físicos o externos. También, manifestó que la amígdala posee dos vías neurales paralelas para encauzar los estímulos provocados por el miedo. Una de ellas se encarga de dirigir un estímulo condicionado de miedo por medio del tálamo sensorial hacia la amígdala de forma directa y veloz, donde no hay conciencia de lo que sucede y se conduce rápidamente a la acción. La otra vía, se ocupa de emitir la información concerniente al estímulo de miedo desde el tálamo sensorial atravesando el córtex hasta llegar al núcleo de la amígdala de manera más lenta, lo que permite que se elabore la información debido a que interfieren sectores corticales superiores del cerebro. LeDoux (1996)

La función principal de la amígdala en el miedo se encuentra definitivamente ligada con sus uniones neuroanatómicas. Muestra múltiples proyecciones externas por medio del núcleo central con el hipotálamo, el hipocampo y, hacia arriba, con diversas regiones del córtex, así como, hacia abajo, con varias disposiciones del tronco cerebral involucradas en la activación autónoma y de respuestas neuroendocrinas relacionadas con el estrés y la ansiedad como la región gris periacueductal (GPA), el área tegmental ventral, el locus cerúleo y los núcleos de rafe (Barlow, 2002). Todas estas

organizaciones neurales han sido enlazadas a la experiencia de la ansiedad, incluido el *bed nucleus* de la estría terminal (BNST; Davis, 1998), que consigue ser la base neural más elemental de la ansiedad (Grillon, 2002).

A partir de lo expuesto anteriormente se hará un recorrido de los autores más relevantes que se han dedicado al estudio de la ansiedad.

Diferentes concepciones de la ansiedad

La ansiedad es una respuesta adaptativa que funciona como parte de la existencia humana, todas las personas sienten un grado moderado de la misma. En general, el término ansiedad refiere a la combinación de distintas expresiones mentales y físicas que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico (Sierra, Ortega, y Zubeidat, 2003).

Estas manifestaciones no son atribuibles a peligros reales, sino que son producto de la representación mental del sujeto. Si bien la ansiedad se destaca por su similitud al miedo, se diferencia de éste en que, la ansiedad se relaciona con la anticipación de peligros futuros, indefinibles e imprevisibles, mientras el miedo es una perturbación cuya presencia se manifiesta ante estímulos presentes. Sierra, Juan Carlos, Ortega, Virgilio, y Zubeidat, Ihab. (2003)

Según el Diccionario de la Real Academia Española (vigésima primera edición), el término ansiedad proviene del latín *anxietas*, este alude a un estado de inquietud, agitación o zozobra del ánimo, y supone una de las sensaciones más frecuentes del ser humano, siendo ésta una emoción compleja y displacentera que se expresa a través de tensión emocional seguida de un correlato somático (RAE, 2014).

Barlow (2002), confirmaba que “el miedo es una alarma primitiva en respuesta a un peligro presente, caracterizado por una intensa activación y por las tendencias a la acción”. La ansiedad, por el contrario, se manifiesta como una emoción dirigida hacia el futuro, que se da a conocer por la sensación de falta de control y anticipación frente a sucesos potencialmente adversos, centrando la atención hacia el foco de situaciones peligrosas o hacia la propia respuesta afectiva ante tales episodios”.

A partir de las diferentes conceptualizaciones acerca de la ansiedad, han surgido múltiples modelos teóricos para su estudio. Uno de los pioneros, fue la teoría

tridimensional de Lang (1968), se define la ansiedad como un mecanismo triple de respuesta en el que intervienen manifestaciones fisiológicas, motoras y cognitivas. Como conclusión, la ansiedad comienza a ser catalogada como una respuesta emocional que, a su vez, se separa en tres tipos de respuestas, las cuales integran aspectos fisiológicos, cognitivas y motores, dado a la posible intervención de estímulos tanto internos como externos al propio individuo; el tipo de estímulo que genera la respuesta de ansiedad se encuentra establecido, en gran parte, por las propiedades del individuo (Miguel-Tobal, 1990).

Cabe mencionar como otra teoría relevante, la teoría de Spielberger (1966; 1972; 1989) este autor plantea que para definir adecuadamente la ansiedad primero hay que distinguir la ansiedad entre estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad, por este motivo desarrolló la Teoría de Ansiedad Estado-Rasgo (Cattell y Scheier, 1961)

Spielberger (1972) describe la ansiedad-estado como un “estado emocional” automático, compuesto por un conjunto de sensaciones de tensión, nerviosismo, pensamientos incómodos y preocupantes, que pueden modificarse con el tiempo y generan cambios fisiológicos. No obstante, la ansiedad-rasgo se caracteriza por mantener estable cualidades ansiógenas y formar parte de la disposición del sujeto. Es decir, que los sujetos con mayores niveles de ansiedad-rasgo perciben las situaciones como amenazantes y son más proclives a padecer ansiedad-estado de forma más habitual o con mayor intensidad. En contraposición a la ansiedad estado, la ansiedad-rasgo no se expresa en la conducta del sujeto sino que debe registrarse en la continuidad con la que el sujeto expresa alteraciones en su estado de ansiedad. Ries, Francis, Castañeda Vázquez, Carolina, Campos Mesa, María del Carmen, y Castillo Andrés, Oscar Del. (2012)

Los valores elevados del ansiedad-estado son considerados como desagradables, esto significa, que la persona va a hacer todo lo posible por evitar el estresor que lo origina, de no poder lograrlo activará los mecanismos necesarios para enfrentar dicha situación de peligro. En el caso que el individuo se sienta saturado por la ansiedad-estado tiene la posibilidad de emplear una estrategia defensiva para disminuir la sensación emocional perturbadora. Los mecanismos de defensa generan que se produzca una distorsión en la manera en la que se percibe el hecho amenazante y esto impacta en el proceso psicofisiológico modificando la valoración que se tiene de la situación. Así mismo, mientras los procesos defensivos funcionen, los acontecimientos

serán vistos menos intimidantes y esto permitirá que bajen los niveles de ansiedad. Del mismo modo, los individuos que posean niveles elevados de ansiedad-rasgo tomarán los momentos evaluativos como más intimidantes que los que presenten menores valores de ansiedad-rasgo (Pons, 1994; Wadey y Hanton, 2008; Mellalieu y Hanton, 2009; Mellalieu, Neil, Hanton y Fletcher, 2009).

El modo en que se vinculan estos dos tipos de ansiedad justifica como la particularidad de la ansiedad puede cambiar tanto entre diversos sujetos frente al mismo estresor, como en uno solo, por ejemplo, una persona manifiesta ansiedad ante un estímulo, pero no con otros. Por otra parte, al referirnos a la ansiedad-rasgo, cabe pensar que individualmente no presenta muchos cambios, y por cómo interfiere, las discrepancias de ansiedad-estado en los mismos sujetos se mantendría invariable. Para concluir, Hackfort y Spielberger (1989) sostienen que, cuando el estado de ansiedad-rasgo es alto, se origina un mayor incremento de la ansiedad-estado.

Teoría cognitiva de Beck

Sin embargo, años más tarde, Beck, Emery y Greenberg (1985) presentan una visión diferente sobre las distinciones conceptuales entre miedo y ansiedad. Estos autores sostienen que el miedo funciona como un proceso cognitivo el cual se encarga de medir la existencia de un peligro potencial o real en un momento preciso. La ansiedad, entonces, se desarrolla como respuesta emocional provocada por el miedo. En consecuencia, el miedo “es la valoración del peligro; la ansiedad es el estado de sentimiento negativo evocado cuando se estimula el miedo” (Beck et al., 1985, p. 9). Barlow y Beck consideran al miedo como constructo fundamental y discreto mientras que la ansiedad es una solución al peligro subjetiva. Beck et al. (1985) remarca la naturaleza cognitiva del miedo y Barlow (2002) se centra en los rasgos conductuales y neurobiológicos más instintivo del constructo.

La premisa principal de la teoría cognitiva de Beck es que en los trastornos emocionales prevalece una distorsión en el procesamiento de la información. Es así como en la ansiedad frente a la percepción de riesgo, actúa de un modo en el que aumenta la valoración del peligro disminuyendo la capacidad de afrontamiento que posee el individuo para superarlo. Como consecuencia trae consigo un suceso que supone una pérdida o fracaso, permitiendo la retirada temporal de todo compromiso emocional o conductual, con la consiguiente conservación de energía, manteniendo un valor de supervivencia. Este procesamiento de la información sesgado o distorsionado

que existe en la ansiedad y la depresión conlleva a generar los malestares conductuales, afectivos, fisiológicos y motivacionales que prevalecen en los trastornos psicopatológicos. Sin embargo, el origen de esta distorsión cognitiva puede ser producto de varios factores como la genética del individuo, componentes hormonales, evolutivos, psicológicos y/o físicos. Beck, A. T. (2013)

En esa misma línea, Beck y Greenberg (1988) marcaban como al sentirse expuesto a un peligro, el sujeto activa un “sistema de alarma” el cual permite que se generen respuestas fisiológicas, cognitivas y conductuales básicas que se desarrollaron con el objetivo de resguardar al hombre de los riesgos y daños corporales (véase también Beck, 1985).

Ante la percepción de una amenaza el individuo puede reaccionar de dos formas, luchando o escapando de lo que le genera temor, del mismo modo, otra opción es que pida auxilio, tome una actitud defensiva o logre negociar para disminuir el riesgo (Beck et al., 1985, 2005). Las respuestas fisiológicas que se activan en el sistema autónomo, al momento de sentirse desprotegido frente a un peligro inminente, son características fundamentales para comprender el mecanismo de conservación del individuo como primer reflejo. Al generarse ansiedad comienza a movilizarse el cuerpo para responder frente al peligro. A pesar que esta actividad conductual primaria funciona como salida exitosa ante las amenazas físicas, es posible que sea contraproducente cuando aparece frente a situaciones apacibles o en momentos difusos y estresantes de la sociedad actual. La activación del sistema de defensa primario también es posible que acarree consecuencias desfavorables si se toma como indicador de una perturbación grave, esto sucedería, por ejemplo, si un sujeto con trastorno de angustia percibe un aumento en su ritmo cardíaca como un síntoma de un ataque al corazón (Beck et al., 1985; D.M. Clark & Beck, 1988).

Sea cual fuere la etiología, ese tipo de procesamiento distorsionado o sesgado es una parte intrínseca del síndrome emocional y actúa como factor de sostenimiento de los estados psicopatológicos. La teoría cognitiva de Beck sostiene que en reiterados casos de depresión y en muchos trastornos de ansiedad, la causa tendría que ver con la combinación de tres componentes: (a) la presencia de creencias o de actitudes disfuncionales sobre la representación de algunas experiencias, modos que impregnan y condicionan la construcción de la realidad; (b) una alta estimación personal de la jerarquía de esas experiencias que resulta de la estructura de personalidad del individuo, y (c) la aparición de un estresor específico a los anteriores factores, es decir, un evento

considerado significativo y que incide directamente sobre las actitudes disfuncionales del individuo. Beck, A. T. (2013)

Para explicar cómo las actitudes o creencias disfuncionales están representadas mentalmente y afectan al procesamiento de la información Beck usa el formalismo de los esquemas. Este autor propone que, "los esquemas son estructuras funcionales de representaciones relativamente duraderas del conocimiento y la experiencia anterior" (Clark y Beck, 2011). Estas estructuras cognitivas guían la percepción, codificación, organización, almacenamiento y recuperación de la información del entorno. Los estímulos vinculados con los esquemas se elaboran y codifican, mientras que los datos no relacionados se ignoran y olvidan. Este procesamiento de "arriba-abajo" simplifica la información generando pérdida de datos y una distorsión de los mismos en función de una "economía cognitiva", haciendo que en los esquemas disfuncionales, la respuesta sea un procesamiento desadaptado de la información y una consecutiva interpretación sesgada de la realidad.(Clark y Beck, 2011)

Los esquemas de los sujetos normales pueden distinguirse de los esquemas distorsionados en individuos ansiosos o depresivos tanto en su organización como en el contenido de la información que conservan. En cuanto al contenido, los esquemas disfuncionales presentan normas, creencias tácitas o actitudes rígidas del individuo sobre sí mismos y del mundo, que son de carácter disfuncional y poco realistas, los cuales generalmente están conectados con recuerdos relevantes al desarrollo y formación de tales creencias. Las reglas son habitualmente condicionales en los trastornos de ansiedad: "Si ocurre un suceso específico, puede tener resultados adversos". Así, cuando los sucesos ocurren, cabe la posibilidad todavía de que tengan un resultado inocuo. Al referirnos a la ansiedad, los temas predominantes son el peligro o la vulnerabilidad. Frente a una situación amenazante el procesamiento sesgado de la información provocaría que se activen los esquemas disfuncionales específicos del trastorno y desactivaría los esquemas desvinculados con él. En cada situación del sujeto los esquemas activos pueden modificarse teniendo como contenido específico un exagerado sentido de vulnerabilidad, esto trae como consecuencia que el foco esté puesto en cualquier estímulo que indique peligro o amenaza rechazando cualquier indicador de protección. Los esquemas de seguridad estarían relativamente inactivos. (Clark y Beck, 2011)

El responsable de la activación de dichos esquemas es entonces, el procesamiento distorsionado de la información que surge en los trastornos ansiosos y

depresivos. Para que dicho proceso se active se necesita un suceso estresante, por ejemplo un fracaso laboral, que se relacione directamente con aquellos hechos que generaron la base para la formación original de los esquemas, es decir, las reglas y actitudes en ellos almacenadas y aprendidas en el proceso de socialización, ejemplo un fracaso académico.

La teoría de Beck asume que lo que predispone cognitivamente a la ansiedad son los esquemas ansiógenos. Previo de ser activados por experiencias concretas, Beck plantea que tales esquemas se encuentran latentes, por lo que no interfieren de forma directa en las emociones o pensamientos del sujeto ni permanecer asequibles a la conciencia. Este patrón no es rígido ni está relacionado con las vivencias pasadas, sino que se genera en un intercambio constante con el entorno; se adquiere información del mismo para poner a prueba la construcción de la realidad que realiza el individuo por medio de sus esquemas funcionales en ese momento. Sierra, Juan Carlos, Ortega, Virgilio, y Zubeidat, Ihab. (2003)

En este aspecto, una de las propiedades de los trastornos emocionales es la formación de círculos viciosos provocados por la devolución del entorno y del mismo sujeto a la respuesta de éste de síntomas patológicos. Por ejemplo, al tener que exponerse a hablar públicamente en un auditorio pueden surgir síntomas ansiosos que obstruyen los esfuerzos del sujeto para confrontar una situación que considera peligrosa, lo que lleva, a su vez, a reforzar la sensación de incapacidad, permitiendo que incrementen los síntomas ansiosos, y del mismo modo, podría generar que la audiencia tome una actitud negativa haciendo que la situación sea más difícil de resolver. Sierra, Juan Carlos, Ortega, Virgilio, y Zubeidat, Ihab. (2003)

Por otra parte, Beck tiene presente que hay características específicas en la conformación de la personalidad que determinan el tipo de estresor que puede activar un esquema ansiógeno. Los rasgos de la personalidad, se comprenden en la teoría cognitiva como esquemas cognitivos que tienen una organización según jerarquías con respecto a los otros esquemas (Clark y Beck, 2011). Se reconocen dos estructuras de personalidad dentro de la teoría cognitiva que se vinculan con los factores de vulnerabilidad o predisposición cognitiva a los trastornos emocionales, estas son la sociotropía y autonomía. Los primeros sostienen ideas y actitudes que mantienen una valoración muy alta de las relaciones interpersonales y una elevada dependencia social en el momento de calificar el mérito propio. Por el contrario, los esquemas autónomos presentan cualidades en donde prevalece la libertad de acción, la autodeterminación, la

privacidad y la independencia. Como resultado, aparecen casos donde se prioriza la atracción personal y la aprobación social y un hecho como una separación matrimonial provocaría que se activen los esquemas depresivos o ansiógenos de tipo sociotrópico, mientras que episodios que interfieren con el logro de objetivos o la autonomía como podría ser perderse un ascenso laboral, impulsaría a activar los esquemas depresivos o ansiógenos que conforman a los esquemas autónomos. (Clark y Beck, 2011)

Diferencias de género

En la mayoría de los trastornos de ansiedad, las mujeres exponen una incidencia representativamente más alta que los hombres (Craske, 2003), con la posible particularidad del TOC, trastorno en el que los resultados son similares (véase Clark, 2004). En el NCS las mujeres exhibían una prevalencia a lo largo de la vida del 30,5% para algún trastorno de ansiedad, en comparación con el 19,5% de los hombres (Kessler et al., 1994). Otros estudios comunitarios y epidemiológicos han demostrado además la proporción de mujeres y hombres en lo que atañe a la prevalencia de los trastornos de ansiedad (p. ej., Andrews et al., 2001; Jenkins et al., 1997; Olfson et al., 2000; Vazquez-Barquero et al., 1997). A encontrar estas contradicciones de género en estudios comunitarios, el predominio de los trastornos de ansiedad en las mujeres no logra atribuirse a una mayor utilización de los servicios. En una exploración exhaustiva de la investigación sobre las diferencias de género en los trastornos de ansiedad, Craske (2003) señala que las mujeres pueden exteriorizar índices superiores de trastornos de ansiedad debido a un incremento de vulnerabilidad como mayor sensibilidad negativa; esquemas de socialización diferenciales por razón de los cuales se alienta a las niñas a ser más subordinadas, prosociales, empáticas pero menos asertivas y controladoras ante los retos cotidianos; mayor predisposición a la ansiedad generalizada tal y como se evidencia mediante la respuesta de ansiedad menos discriminativa y más sobregeneralizada; sensibilidad acrecentada a los retos de las amenazas y a las claves contextuales de la amenaza y/o disposición a requerir con más asiduidad a la evitación, a la impaciencia y a la rumiación concerniente las amenazas potenciales.

Uno de los factores que en la actualidad se ha estudiado sistemáticamente en relación a la ansiedad, ha sido el uso de teléfonos móviles, a continuación se procederá a describir las características vigentes del mismo, su alcance a nivel social y las posibles consecuencias de su inadecuada utilización.

CAPÍTULO 2: Uso del teléfono móvil

Los Smartphones o dispositivos móviles de la nueva generación suponen, en la actualidad, un artefacto de manejo cotidiano para gran parte de la sociedad. Su uso se ha expandido por mundialmente, sin embargo, aparecen diferencias entre regiones, siendo Europa Central y del Este (151%), Europa Occidental (129%) y América del Sur (124%) las regiones con una mayor incorporación de estos aparatos (Ditrendia, 2014).

Cabe distinguir que los Smartphones, además de actuar como simplificadores de la comunicación interpersonal, ofrecen una gran variedad de servicios vinculados con el ocio (televisión, música, juegos, entre otros), la información (blog especializados, buscadores, etc.) y la comunicación social a través de las redes (Facebook, Twitter, Tinder, etc.). Esta versatilidad y practicidad (creada en gran porcentaje por su carácter inalámbrico) hacen que al Smartphone sea una de las tecnologías con mayor influencia en la vida cotidiana y las relaciones sociales, aumentando el significado que poseen las mismas.

En tan sólo una década el móvil dejó de ser uso exclusivo de gente con alto poder adquisitivo para pasar a ser un artefacto que utiliza la mayoría de los ciudadanos. No se trata solamente de un teléfono para hablar en cualquier parte, sino que gracias a las múltiples aplicaciones que dispone junto con su capacidad electrónica y digital, le han transformado en uno de los artefactos de consumo más evolucionados tecnológicamente. (Chóliz, Villanueva, Chóliz, 2009)

Las múltiples aplicaciones del móvil acrecientan el asentamiento y sostenimiento de las relaciones interpersonales. Entre otras características, las llamadas perdidas sirven para hacer ver a otra persona que la recordamos (Donner, 2007), así mismo, los mensajes cortos sostienen los vínculos de amistad o afectivos en forma activa (EllwoodClayton, 2003; Taylor y Harper, 2003). El móvil ofrece la posibilidad de que la comunicación se genere rápidamente, de manera eficaz, discreta y concisa (Rivière, 2002). Sin embargo, la diversidad de funciones que pueden tener las llamadas perdidas o los sms, así como las particularidades sociales y culturales de los que lo utilizan, exigen la realización de un examen contextual de las mismas (Harper, Palen y Taylor, 2005). En lo que se refiere al género, investigaciones previas sobre el teléfono fijo han explicado que las mujeres lo empleaban más para conservar los vínculos familiares y sociales que por situaciones laborales o de búsqueda de servicios (Rakow,

1988). En esta oportunidad el teléfono se convertía en un elemento para favorecer las relaciones familiares y que proporcionaría seguridad promoviendo la autoestima personal (Moyal, 1989). Como se ha destacado, el móvil posee múltiples utilidades además de servir como recurso para la comunicación interpersonal.

Las TICS sirven como herramienta para obtener información y comunicarse mejor. Cumplen un rol esencial en los cambios que experimentan las sociedades actuales (Echeverría, 2008). Uno de los atributos que poseen estas herramientas refieren a que generan motivación e interés, posibilitan la búsqueda de información en base de datos, permiten nuevos aprendizajes, favorecen la interacción y producción de habilidades cognitivas (Graner et al., 2007). También, se han observado inconvenientes relacionados al manejo que se les da, como pérdida de tiempo, informaciones poco confiables, distracción, aprendizajes inconclusos y dispersión (Perez-Bohollo, 2009).

Se habla de uso problemático en el momento que la cantidad de horas de conexión a Internet interfiere con el progreso adecuado de la vida cotidiana, generando modificaciones en el estado de ánimo y disminución del tiempo que se le dedica al estudio u otras responsabilidades (Puerta-Cortés, y Carbonell, 2014). En el caso del celular, una de las causas que indica un uso problemático son las revisiones constantes del móvil, es decir, el estar pendiente de ver la pantalla para corroborar si llegó algún mensaje o llamada (Carbonell et al., 2012).

Uno de los parámetros que expresa el uso problemático es el tiempo que se le dedica a las TICS. Gran número de estudios refieren que menos de una hora diaria indica baja utilización de TICS, un uso medido entre una y dos horas y un manejo desmedido cuando se excede las tres horas diarias o las 20 horas por semana (Arango-Forero et al., 2010; Pedrero-Pérez et al., 2012; Rodríguez-Puentes, & Fernández-Parra, 2014; Secades-Villa et al., 2014).

Además, se ha comprobado que el móvil es capaz de provocar cambios en el estado de ánimo, como miedo de salir sin él, no poder realizar actividades habituales y regresar a buscarlo si se lo deja olvidado, esto a su vez genera ansiedad y una sensación de vulnerabilidad invalidante (Criado, 2005; Kamibeppu y Sugiura, 2005; Srivastava, 2005). Del mismo modo, se observa la imposibilidad para medir o frenar su uso cuando los consumidores desconectan el sonido, bloquean llamadas o apagan la terminal, lo que lleva a pensar que existe cierta dependencia psicológica (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005). Este tipo de limitaciones generalmente fallan debido a que son estrategias que

regulan los mismos usuarios y pueden modificarlo cuando gusten. Lo cual incentiva un uso más elevado del que se procuraba en un comienzo. La actitud se sostiene a pesar de que se tiene conocimiento de los efectos adversos que genera.

Las consecuencias más usuales son; a) realizar más gastos de los necesarios, ocasionando deudas con las empresas en algunos casos. Una de las señales para detectar esto en niños y adolescentes es que lleguen a mentir, engañar o quitarle efectivo a sus padres para recargar crédito en el móvil (Criado, 2005; Protégeles, 2005); b) La utilización del celular en momentos indebidos como estando al volante del auto o en sitios donde está prohibido (Adès y Lejoyeux, 2003; Muñoz-Rivas y Agustín, 2005); c) Problemas en la inducción del sueño por estar conectado hasta altas horas (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005); y d) conflictos en área social, en el trabajo por interrumpir una reunión laboral al momento de recibir una llamada o responder un mensaje, esto también puede suceder del mismo modo en el contexto familiar o escolar (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005).

De esta forma, los vínculos interpersonales de los jóvenes pueden resultar afectados por elegir comunicarse a través del teléfono móvil antes de hacerlo cara a cara (Bianchi y Phillips, 2005; Kamibeppu y Sugiura, 2005) lo cual conlleva a que prioricen los mensajes recibidos en las redes sociales antes de interacciones personales (Adès y Lejoyeux, 2003). Con el correr del tiempo, varios adolescente que han sostenido su comunicación con el móvil no logran expresarse asertivamente en las relaciones individuales (Criado, 2005). De igual modo, se observa esto en las limitaciones que poseen a la hora de manifestar sentimientos o gestos propios a los que la comunicación personal amerita (Castellana, 2005). Otro de los indicadores es la presencia de síntomas como la tolerancia y la abstinencia ya que los usuarios repiten cada vez con más asiduidad las conductas de dependencia con el objetivo de obtener mayor recompensa, por ejemplo enviar más mensajes o bajar varias aplicaciones (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005). Así mismo se ha observado abstinencia ya que al poco de que el sujeto se encuentra imposibilitado para usar el móvil surge un estado de malestar, incomodidad, enojo y ansiedad por volverse a mantener conectado (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005; Srivastava, 2005). También ocurren estos síntomas al momento que deja de recibir una devolución a un mensaje o llamada emitida (Kamibeppu y Sugiura, 2005). A pesar de ello, se consideran más graves los síntomas disfuncionales vinculados al uso de internet

que los concernientes al móvil ya que estos últimos son más flexibles.(Kamibeppu ySugiura, 2005)

Muchos estudios han referido sobre estos temas, a continuación se darán a conocer algunos estudios previos sobre el uso del móvil y su relación la adicción a internet, rasgos de personalidad y la ansiedad.

CAPÍTULO 3: Investigaciones empíricas sobre el uso del celular y psicopatología

En un estudio de revisión (Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012) se encontraron doce estudios empíricos publicados por investigadores españoles sobre adicción a Internet y teléfono móvil entre 2002 y 2011. Se registró una correlación entre el uso problemático de Internet y diversos trastornos psicológicos y entre el uso problemático y el tiempo de conexión. La diferencia entre el uso seguro y problemático de Internet y el teléfono móvil sería producto de la comunicación alterada de identidad.

Dentro de dichos estudios, en uno de ellos (Viñas, Juan, Villar, Caparros, Pérez y Cornella, 2002) se investigó adicción a internet. En esta muestra participaron 1.277 estudiantes de la Universidad de Girona 64,1% mujeres, 35,9% hombres. Se les administró: Inventario de depresión de Beck (BDI), Escala de desesperanza de BECK (BHS), Symptom Checklist (SCL-90-R) y un cuestionario de datos generales donde se evaluaron variables sobre el uso de Internet y el grado de satisfacción en diversas áreas de su vida. En los resultados obtenidos se observó una correlación positiva entre la utilización de Internet (principalmente el chat) y varios factores psicológicos (ansiedad, alteraciones del sueño y depresión). El 5% de los estudiantes se conectaban a Internet más de una hora diaria. El uso del chat de Internet se asoció a un mayor malestar psicológico, mayor insatisfacción en los vínculos familiares, con la pareja y, en especial, con la habilidad para sostener relaciones sociales. (Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012)

Otra investigación llevada a cabo en España (Jenaro, Flores, Caballo, González y Gómez, 2007) estudió adicción a internet y al teléfono móvil. La muestra 337 estudiantes de la Universidad de Salamanca 72% mujeres, 24% hombres. Las técnicas administradas fueron las siguientes: Inventario de depresión de Beck (BDI); Inventario de ansiedad de Beck (BAI); Cuestionario de salud general de Goldberg (GHQ-28); Dos instrumentos de creación propia con 23 ítems cada uno en una escala Likert de 6 puntos; Escala de abuso de Internet (IOS) y la escala de abuso de móvil (COS). Los resultados obtenidos fueron que el 6,2% eran consumidores patológicos de internet, el 10,4% de teléfono móvil y el 3,9% de ambos. No se observó una asociación significativa entre el uso de Internet o teléfono móvil y el abuso/dependencia de sustancias y juego patológico. Los consumidores excesivos de Internet eran más proclives a desarrollar

otros trastornos psiquiátricos como depresión, insomnio, disfunción social, y ansiedad. Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, (2012)

Chóliz, Villanueva y Chóliz, (2009) investigaron sobre adicción al teléfono móvil. La muestra utilizada se realizó con 1.944 adolescentes valencianos entre 12 y 18 años, 51% mujeres, 49% hombres. Las técnicas administradas fueron: Cuestionario socio-demográfico y de rendimiento escolar; Parámetros básicos de uso del teléfono móvil; Imagen del teléfono móvil; Problemas derivados del coste del móvil. Los resultados alcanzados arrojaron que las chicas emitieron más mensajes de texto, hicieron más “llamadas perdidas” y, frecuentemente, estaban más horas con sus celulares que los chicos. No se manifestaron diferencias en las llamadas. Las chicas empleaban el teléfono móvil más como un elemento para expresar estados emocionales desagradables y como un instrumento de comunicación entre pares. Los chicos lo empleaban para manejar las aplicaciones del móvil (por ejemplo, los juegos, la conexión a dispositivos electrónicos y las descargas de internet). Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, (2012).

Otro de los estudios hallados fue entre alumnos universitarios de primer y cuarto curso de la Facultad de Educación de Albacete, en España (Reolid-Martínez, Ricardo E, Flores-Copete, María, López-García, Mónica, Alcantud-Lozano, Pilar, Ayuso-Raya, M. Candelaria, & Escobar-Rabadán, Francisco 2016) cuyo objetivo es conocer el tiempo que dedican los universitarios a las nuevas tecnologías diaria y semanalmente e identificar si su uso se convierte en un problema. Para realizar este estudio descriptivo se ha utilizado el Cuestionario sobre Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT). Los resultados indican que los estudiantes dedican un tiempo elevado al uso del teléfono móvil y de internet y que un alto porcentaje de ellos tienen problemas por este motivo. Los estudiantes más jóvenes presentaron un uso mayor de internet frente a los estudiantes de curso más avanzado. En el uso del teléfono móvil no se aprecia estas diferencias. Como conclusión, se debe indicar que más de la mitad de la muestra dedica más de cinco horas al día al teléfono móvil y que el 79,6% de la misma manifiesta haber tenido problemas secundarios de comportamiento por su uso excesivo.

En otro de los antecedentes hallados en España (Beranuy, Oberst, Carbonell y Chamarro, 2009) se contempla que el malestar psicológico está relacionado con un uso disfuncional de Internet y el teléfono móvil; las mujeres tienen niveles mayores que los

hombres en el cuestionario del teléfono móvil, poniendo en evidencia las consecuencias desfavorables de su uso inapropiado. Los componentes de la inteligencia Emocional Percibida contribuían a la explicación de los diferentes indicadores de malestar psicológico, pero en un grado menor que en el uso desadaptativo de Internet y del teléfono móvil. Para llevar a cabo esta investigación se empleó el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM), Trait Meta-MoodScale (TMMS-24). Symptom Checklist-90-R(SCL-90-R). La muestra estuvo constituida por 365 estudiantes de la Universidad RamonLlull (Barcelona) el 74,1% eran mujeres y el 24,9% hombres. Edad media: 21.37 años.

A la fecha, se encontraron investigaciones en España pero únicamente se hallaron dos en Argentina, una de estas se propuso identificar la frecuencia de uso de celular e Internet en adolescentes argentinos, y analizar su relación con las funciones ejecutivas de planificación y control de la interferencia de los jóvenes (Cabañas & Korzeniowski, 2015). La muestra estuvo conformada por 90 adolescentes de 13 a 15 años de edad, siendo el 53% mujeres. Se emplearon los siguientes instrumentos: Test de Dependencia de Internet; Test de Dependencia del Móvil; Test Laberintos de Porteus y Test Stroop. A través del análisis correlacional, se observó una asociación negativa significativa entre la capacidad de control de la interferencia de los adolescentes y la frecuencia de uso de Internet. Se discute el uso excesivo de las Tecnologías de la Información y Comunicación y sus posibles consecuencias en procesos de autorregulación.

En segundo lugar, Gimenez, Maricel y Zirpoli, Rocio (2015) de la Universidad Católica de La Plata, donde se analizó el impacto que genera el uso de la aplicación Whatsapp en la subjetividad de nuestra época. Se realizaron un conjunto de encuestas para corroborar la existencia de dichos trastornos, y posibles consecuencias de los mismos. Dentro de los trastornos asociados se encontraron algunos como “Síndrome de la llamada imaginaria”, “Nomofobia”, “Síndrome del doble check”, entre otros. Los autores refieren que la muestra que se tomó fue muy reducida (35 casos), lo que no permite llegar a ninguna afirmación concreta, pero sí se pudo llegar a vislumbrar lo real de los trastornos vinculados al uso del Whatsapp.

CAPÍTULO 4: Problema, objetivos e hipótesis

Planteo del problema

La ansiedad alude a un estado de agitación e inquietud, formando parte de una de las sensaciones más habituales del ser humano, ésta se convierte en una emoción complicada y displacentera que se expresa mediante una tensión emocional continuada por un correlato somático (Ayuso, 1988; Bulbena, 1986).

Según la teoría cognitiva de Beck(Beck, A. T. 2013) el modo en el que el individuo percibe la información se encuentra distorsionado cuando se trata de trastornos emocionales. De esta forma, frente a la percepción de una amenaza, la ansiedad permite que se incremente la apreciación del riesgo y hace que se reduzca el potencial que conserva el individuo para confrontarlo. Lo cual conlleva una sensación de pérdida o fracaso, con la consecuente preservación de energía, conservando un valor de supervivencia. Así es como las disfunciones conductuales, fisiológicas, afectivas, y motivacionales que predominan en los trastornos psicopatológicos se desarrollan a partir de este procesamiento de la información sesgado que se halla en la ansiedad y la depresión. No obstante, el inicio de esta distorsión en el pensamiento puede ser resultado de diversos factores como las genéticas del sujeto, características psicológicas, hormonales, físicas y/o evolutivas.(Beck, A. T. 2013)

Con respecto al uso del teléfono móvil, es justamente su trascendencia en los diferentes ámbitos de los consumidores, tanto intra como interpersonales, lo que provoca la necesidad de iniciar una investigación que se dedique a explicar su uso (o abuso). Como afirman Echeburúa, Salaberria, y Cruz-Sáez (2014) las conductas conflictivas asociadas a las adicciones sin sustancias exceden a aquellas relacionadas con el consumo de sustancias químicas.

La utilización excesiva de las TICS junto con otros trastornos adictivos ha hecho que varios autores coincidan en que estos conflictos reúnen aspectos de riesgo como problemas en el control de los impulsos, baja autoestima, problemas familiares, búsqueda de sensaciones intensas y novedosas (Secades-Villa et al., 2014). Siguiendo esta temática, determinados estudios han expuesto que el uso problemático de Internet o

videojuegos se relaciona con conductas impulsivas (Marco-Puche, y Chóliz, 2012; Navas, Torres, Cándido, & Perales, 2014; Shapira et al., 2000), quebrantamiento de reglas, actitudes agresivas y falta de atención (Rodríguez-Puentes, & Fernández-Parra, 2014). El uso desmesurado del celular también se ha asociado con características conductuales de impulsividad tales como falta de paciencia, poca flexibilidad e inconstancia (Pedrero-Pérez, et al. 2012).

Los estudios hallados en España explican una relación positiva entre el manejo de Internet y varios indicadores psicológicos, manifestándose un incremento de ansiedad, alteraciones del sueño y depresión. Del mismo modo, el aumento en el uso de Internet se asoció a un mayor malestar psicológico, mayor insatisfacción en los vínculos con la familia, con la pareja y, particularmente, con la capacidad para que perduren relaciones sociales. (Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012). Los usuarios que hacen abuso de Internet cuentan con mayores probabilidades de experimentar insomnio, dificultades sociales, ansiedad y depresión. (Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012)

Teniendo presente la poca cantidad de estudios realizados en Argentina y considerando que sería beneficioso generar estudios en un contexto local con población adulta resulta relevante preguntar: ¿Existe relación entre la ansiedad y el uso del celular en personas adultas de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires?

OBJETIVOS

Objetivo general

Analizar los niveles de ansiedad y su relación con el uso del celular en personas adultas de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Objetivos específicos

Describir los niveles de ansiedad en los adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Describir los niveles de uso, abuso y adicción del celular y sus aplicaciones en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires.

Describir el gasto monetario en aplicaciones y juegos móviles en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires.

Analizar si existe asociación entre ansiedad y uso del celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires.

HIPÓTESIS

Existe una relación positiva entre la ansiedad y el uso de celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires.

Capítulo 5: Método

Diseño

En esta investigación se ha optado por una metodología empírica cuantitativa no experimental con un diseño transversal correlacional.

La metodología empírica cuantitativa implica recolección de datos numéricos, el procedimiento a utilizar es estructurado y se realizará un análisis de los datos recolectados (HernandezSampieri, Fernandez Collado y Baptista Lucio, 2006). Se selecciona esta metodología debido a que en el presente trabajo se tiene como objetivo averiguar la relación existente entre uso del celular y la ansiedad.

Se escoge un método no experimental ya que se realiza sin intervenir sobre las variables, debido a que se busca observar el fenómeno tal como se desarrolla en su contexto natural.

El diseño transversal correlacional hace referencia a que se realiza la medición de las variables en un momento y tiempo determinado con la finalidad de conocer cuán vinculadas se encuentran entre sí dos o más variables (HernandezSampieri, et al., 2006).

En el presente trabajo se seleccionó este diseño para correlacionar las variables uso del celular y ansiedad.

Participantes

La población estudiada se conforma por 30 adultos de ambos sexos cuyo rango etario abarca de 20 a 60 años pertenecientes a CABA. Se trabajará con un muestreo no probabilístico incidental dado que la elección no depende de la probabilidad sino de las características del estudio (HernandezSampieri, Fernandez Collado y Baptista Lucio, 2006)

Técnicas de recolección de datos

En la presente investigación se ha confeccionado un instrumento autoadministrable que incluye: Edad; Sexo y Clase social.

Se utilizará una adaptación al español del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Autor Aaron T. Beck y Robert A. Steer Autor de la adaptación española Jesús Sanz, Frédérique Vallar, Elena de la Guía y Ana Hernández. Implica un cuestionario estandarizado de tipo likert con el objetivo de medir los niveles de ansiedad. Está conformado por 21 ítems con cuatro (4) opciones de respuesta; que va de “nada en absoluto” a “gravemente, casi no podía soportarlo”.

La puntuación es la suma de las respuestas de la persona evaluada a cada uno de los 21 síntomas. Cada uno de ellos se puntúa en una escala de 0 a 3. La puntuación que indica la máxima ansiedad es de 63 puntos.

Así mismo se utilizará la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS). Sus autoras fueron Aranda López, María, Fuentes Gutiérrez, Virginia, & García-Domingo, Marta en el año 2017. Esta escala evalúa el uso problemático de las aplicaciones asociadas a los Smartphone, adaptada a la realidad actual, creada y validada en lengua hispana y destinada a población adulta, constituida por 40 ítems y tres componentes.

El componente 1 es el que posee más ítems asociados es el denominado "Uso, abuso y adicción al Smartphone y sus Aplicaciones", que evalúa el grado de dependencia al uso del móvil y sus aplicaciones de mensajería y redes sociales. De forma más específica, recoge aspectos relacionados con el tiempo dedicado, la ansiedad asociada a periodos de abstinencia e interferencia con la vida diaria (autopercebida o expresada por familiares/amigos).

El componente 2, "Rasgos de Personalidad", evalúa rasgos de personalidad (introversión-extroversión) y autoestima (autoncepto-autovalía).

Finalmente, el componente 3, bajo el nombre "Gasto Monetario en Aplicaciones y Juegos Móviles ", mide el gasto de dinero en aplicaciones y juegos asociados al móvil.

Presenta 5 opciones de respuesta: 1. Totalmente en desacuerdo 2. algo en desacuerdo 3. Ni desacuerdo ni en desacuerdo 4. Algo de acuerdo 5. Totalmente de acuerdo.

Procedimiento

Consentimiento

Se les solicitó a los participantes su consentimiento de manera oral, el cual es anónimo y voluntario. Luego se les entregó el instrumento solicitándoles que no dejen casillero sin completar. Se administró el instrumento de manera supervisada. Los datos se analizarán a través del Microsoft Excel y a través del software SPSS “Statistical package for the social sciences”.

Capítulo 6: Resultados

La muestra estuvo constituida por 30 participantes donde 9 son de sexo masculino y 21 de sexo femenino (Tabla 1) con una edad media de 31,96 donde todas las edades van de 20 a 53 años (Tabla 2). Los resultados hallados indican que la clase social predominante es la clase media con un 90.3% de casos. (Tabla 3)

Tabla 1 – SEXO – Distribución en porcentaje

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Masculino	9	30.0	30.0	30.0
Válidos Femenino	21	70.0	70.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

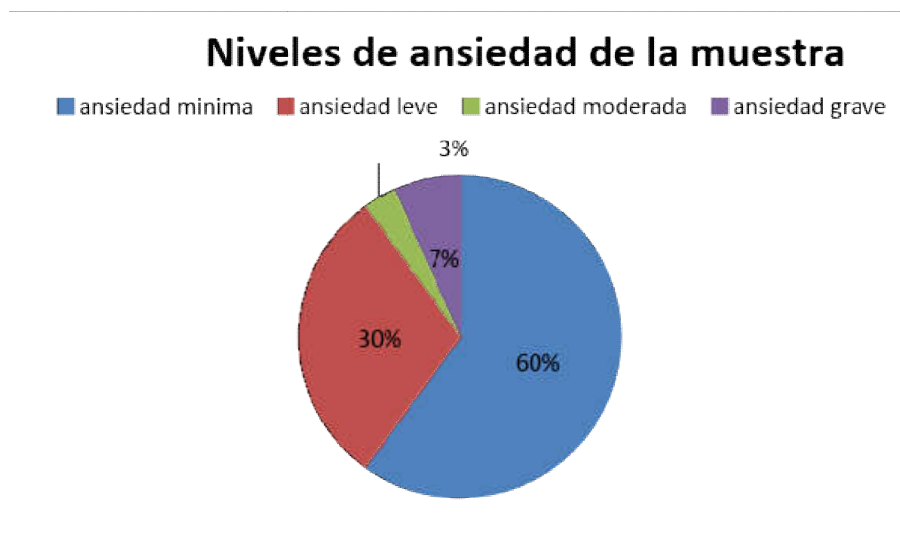
Tabla 2. EDAD - Estadísticos descriptivos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
EDAD	30	20	53	31.97	9.091

Tabla 3. CLASE SOCIAL – Distribución en porcentaje

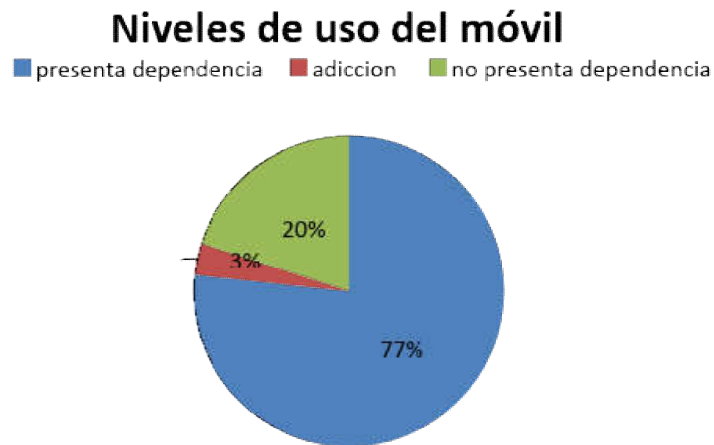
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	clase media	28	90.3	93.3
Válidos	clase alta	2	6.5	6.7
	Total	30	96.8	100.0
Perdidos	Sistema	1	3.2	
	Total	31	100.0	

Con respecto de los niveles de ansiedad en los adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Los datos recabados indican que el 60% de los casos presentan ansiedad mínima, el 30% reportan ansiedad leve, el 7% ansiedad grave y el 3% de la muestra presenta ansiedad moderada.



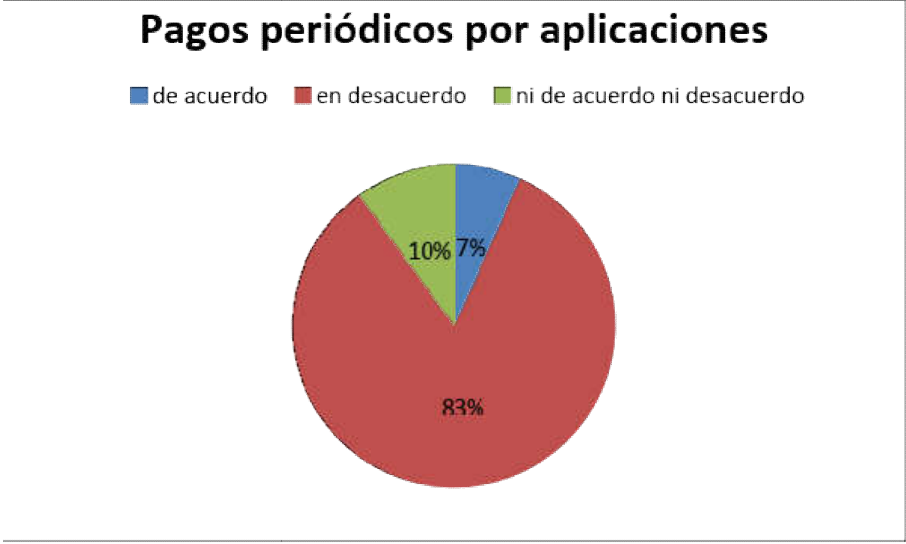
En relación con los niveles de uso del celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires se observa que el 80% de la muestra encuestada reporta algún grado de

uso excesivo del móvil: el 76.67% de la muestra presenta dependencia al móvil y el 3.33% presenta adicción. Por otro lado, el 20% no presenta dependencia.



Con respecto de la tercera dimensión; “gasto monetario en aplicaciones y juegos móviles” la escala tiene 4 ítems que pretenden indagar este concepto.

En relación con el ítem 28 que refiere si los participantes realizan pagos periódicos por aplicaciones, el 83.33% de casos reportan estar en desacuerdo con este ítem, el 6.66% se encuentra de acuerdo, mientras que el 10% expresa no estar ni de acuerdo ni desacuerdo.



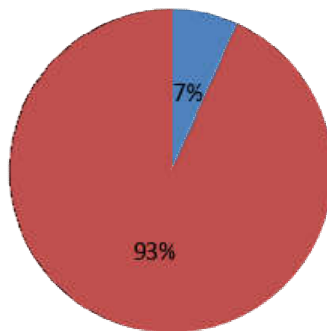
En relación con el ítem 32 que refiere si los participantes juegan a juegos en el móvil que le cuesten dinero, 29 reportaron estar en desacuerdo y 1 refiere estar de acuerdo.



En relación con el ítem 34 que refiere si los participantes han gastado dinero en comprar aplicaciones el móvil, 28 refieren estar en desacuerdo mientras que 2 reportaron estar de acuerdo.

Gasto de dinero en aplicaciones

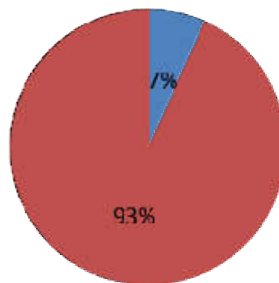
■ de acuerdo ■ en desacuerdo



En relación con el ítem 37 que indaga sobre si los participantes juegan a juegos on-line con el móvil frecuentemente, 28 refieren estar en desacuerdo mientras que 2 reportaron estar de acuerdo con este ítem.

Jugar a juegos on-line frecuentemente con el móvil

■ de acuerdo ■ en desacuerdo



Por medio de un análisis de correlación de Pearson entre las variables ansiedad y uso del celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires se observa que no existe asociación entre las mismas. Los resultados obtenidos evidencian un nivel de significancia bilateral de $p > 0.05$ lo que indica que no existe una correlación significativa entre las variables (Tabla

Tabla 4. Correlación entre Ansiedad y Uso del Celular

		Uso, abuso o adicción al celular	Ansiedad
Uso, abuso o adicción al celular	Correlación de Pearson	1	.175
	Sig. (bilateral)		.355
	N	30	30
Ansiedad	Correlación de Pearson	.175	1
	Sig. (bilateral)	.355	
	N	30	30

Se observa correlación entre las variables autoestima baja y ansiedad. Los resultados obtenidos evidencian un nivel de significancia bilateral de $p < 0.01$ lo que indica que existe una correlación significativa entre las variables.

Se observa correlación entre las variables 7, la cual refiere si el concepto de sí mismo depende de la mirada del otro y la variable ansiedad. Los resultados obtenidos evidencian un nivel de significancia bilateral de $p < 0.05$ lo que indica que existe una correlación significativa entre las variables.

Se observa correlación entre las variables autoestima elevada y ansiedad. Los resultados obtenidos evidencian un nivel de significancia bilateral de $p < 0.01$ lo que indica que existe una correlación significativa entre las variables.

Capítulo 7: Discusión

Con el objetivo de analizar los niveles de ansiedad y conocer si existe relación con el uso del celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires, se estudió un grupo de 30 participantes.

A continuación se realizará una contrastación entre los estudios previos hallados y los resultados obtenidos en el presente.

En uno de los estudios previos se observó una correlación positiva entre el uso de Internet (principalmente el chat) y varios indicadores psicológicos (depresión, ansiedad y alteraciones del sueño). El 5% de los estudiantes utilizaban Internet más de una hora al día. El uso del chat de Internet se asoció a un mayor malestar psicológico, mayor insatisfacción en las relaciones con la familia, con la pareja y, particularmente, en con la capacidad o habilidad para mantener relaciones sociales. Viñas, Juan, Villar, Caparros, Pérez y Cornella (2002).

Sin embargo en este estudio no existe relación entre la variable ansiedad y uso del celular, por el contrario si se observa correlación entre las variables autoestima baja y ansiedad. Los resultados obtenidos evidencian un nivel de significancia bilateral de $p < 0.01$ lo que indica que existe una correlación significativa entre las variables.

Uno de los antecedentes que sostiene esta hipótesis es el estudio de Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012 en el cual Se registró una correlación entre el uso problemático de Internet y diversos trastornos psicológicos y entre el uso problemático y el tiempo de conexión. La diferencia entre el uso seguro y problemático de Internet y el teléfono móvil sería producto de la comunicación alterada de identidad.

A partir de otro de los antecedentes hallados se observa que el malestar psicológico está relacionado con un uso desadaptativo de Internet y el teléfono móvil; las mujeres puntuaron más alto que los hombres en el cuestionario de teléfono móvil, mostrando más consecuencias negativas de su uso desadaptativo. Los componentes de la Inteligencia Emocional Percibida contribuían a la explicación de los diferentes indicadores de malestar psicológico, pero en un grado menor que en el uso desadaptativo de Internet y del teléfono móvil. Beranuy, Oberst, Carbonell y Chamarro (2009)

Del mismo modo, en este estudio se observa correlación entre si el concepto de sí mismo depende de la mirada del otro y la variable ansiedad. Los resultados obtenidos evidencian un nivel de significancia bilateral de $p < 0.05$ lo que indica que existe una correlación significativa entre las variables. Esto podría deberse a que la muestra se compone en mayoría por mujeres, que probablemente llegada la adultez manifiestan un comportamiento derivado de la adolescencia en el que seguirían existiendo indicadores donde la mirada del otro influye sobre cómo se ven las mujeres a sí mismas.

Un estudio diferente, en cuyo resultado informa que el móvil es menos adictivo que Internet. Los hombres presentaron un uso más adictivo de Internet, mientras las mujeres se caracterizaron por usar el móvil como medio para expresar y comunicar las emociones. Parece que el uso de ambas tecnologías es más problemático en la adolescencia y se normaliza con la edad, hacia un uso más profesional, menos lúdico y con menos consecuencias negativas. Beranuy, Chamarro, Graner y Carbonell, 2009.

En oposición con este estudio, la investigación actual refiere que en relación con los niveles de uso del celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires se observa que el 80% de la muestra encuestada reporta algún grado de uso excesivo del móvil: el 76.67% de la muestra presenta dependencia al móvil y el 3.33% presenta adicción. Por otro lado, el 20% no presenta dependencia.

Otro de los estudios hallados fue entre alumnos universitarios de primer y cuarto curso de la Facultad de Educación de Albacete, en España cuyo objetivo es conocer el tiempo que dedican los universitarios a las nuevas tecnologías diaria y semanalmente e identificar si su uso se convierte en un problema. Para realizar este estudio descriptivo se ha utilizado el Cuestionario sobre Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT). Los resultados indican que los estudiantes dedican un tiempo elevado al uso del teléfono móvil y de internet y que un alto porcentaje de ellos tienen problemas por este motivo. Los estudiantes más jóvenes presentaron un uso mayor de internet frente a los estudiantes de curso más avanzado. En el uso del teléfono móvil no se aprecia estas diferencias. Como conclusión, se debe indicar que más de la mitad de la muestra dedica más de cinco horas al día al teléfono móvil y que el 79,6% de la misma manifiesta haber tenido problemas secundarios de comportamiento por su uso excesivo.

En el siguiente estudio llevado a cabo la muestra se compone por adultos y a pesar de que la gente en su vida cotidiana se percibe dependiente al móvil puede que sea por como está visto por la sociedad más que por un hecho realmente perjudicial para la salud en sí mismo. Se deberá tener en cuenta, según los antecedentes, que el uso de las redes sociales forma parte del proceso de socialización en la adolescencia y luego su utilización comienza a ser menor en la vida adulta. Lo patológico estaría centrado en el cambio de identidad que permiten los juegos online o algunas aplicaciones en las que se incluyen los chats y este sería visto como un uso problemático de las redes ya que les permitiría a los usuarios conformar una realidad paralela a la que llevan en su vida original.

Capítulo 8: Conclusión

A partir de los datos recabados en el siguiente estudio, queda refutada la hipótesis de que existe una relación positiva entre la ansiedad y el uso de celular en personas adultas de la Ciudad de Buenos Aires. Si bien la variable ansiedad no se relaciona directamente con el uso, abuso y/o consumo del teléfono móvil si podría tenerse en cuenta que la variable autoestima se correlaciona y se sugiere continuar investigando en este campo.

Dentro de las limitaciones se destaca que los antecedentes refieren todos a población adolescente mientras que este estudio hace hincapié en la población adulta debido a que se ha profundizado poco en esta área y sería de relevancia tener más información acerca del manejo de las aplicaciones, a través del móvil que hace la población adulta para conocer su rendimiento tanto en el área social como en lo laboral y personal previniendo problemas a futuro en estos ámbitos y brindando una mejor calidad de vida que concientice a esta generación sobre un uso adecuado y funcional de las nuevas tecnologías.

Se tuvo en cuenta que hay pocos estudios de este tema en Argentina ya que las investigaciones previas son procedentes de España en su mayoría.

Considerando que la muestra utilizada es delimitada debido a que 30 casos no es representativo para que los resultados reflejen datos de relevancia se sugiere ampliar la muestra y profundizar en más casos para conocer cuál es el porcentaje de dependencia real en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Del mismo modo, se sugiere realizar estudios cualitativos para adquirir información personalizada sobre los participantes y hacer nuevos aportes.

En los estudios Españoles los índices de prevalencia reportados sobre el consumo problemático de teléfono móvil oscilan desde el 2,8% (Carbonell et al., 2012), el 7,9%(Labrador y Villadangos (2010), el 10,4% (Jenaro, et al., 2007) hasta el 26,1% de las adolescentes y el 13%de los adolescentes (Sánchez-Martinez y Otero, 2009). Como conclusión, a partir de los resultados de estos estudios se entiende que las mujeres poseen mayores inconvenientes con el manejo del móvil y advierten su utilización como más cuestionable que los hombres (Carbonell et al, 2012; Beranuy, Oberst, et al, 2009; Chóliz, Villanueva y Chóliz, 2009; Jenaro, et al.

2007; Labrador y Villadangos, 2010; Sánchez-Martínez y Otero, 2009). Según Sánchez-Martínez y Otero (2009), el uso excesivo del móvil se vincula con el consumo de tabaco, alcohol y la depresión. Para Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009), las jóvenes a través del móvil expresan estados emocionales displacenteros. Las consultas recurrentes del móvil surgen como un indicador de su manejo conflictivo, lo que demostraría la relevancia de los mensajes de texto (Labrador y Villadangos, 2010) y del acceso a redes sociales.

Pese a esto, existen otros componentes que indicarían una percepción errada sobre el uso disfuncional de este aparato. Por ejemplo, ciertos individuos confunden la dependencia con una actitud adictiva. Por ello, muchos se creen adictos al móvil, ya sea porque lo llevan consigo a todos lados, queda prendido toda la noche, permanecen atentos a posibles mensajes o llamadas de conocidos, o lo utilizan en exceso en su rutina diaria. Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009)

Finalmente, es importante tener presente el efecto de los costes económicos (Griffiths, 2005). Lo que distingue algunos modelos de juego virtual y el juego problemático es el gasto económico. Los gastos importantes suelen reflejar una adicción al móvil teniendo en cuenta que en los adolescentes generalmente se ocupan de cubrir los gastos los padres, por lo tanto los usuarios no serían responsables de las consecuencias.

Por otro lado, el teléfono móvil sostiene un proceso de desarrollo constante y el surgimiento de los smartphones ha generado que sus aplicaciones se vinculen con las de una computadora (conexión a Internet y, por tanto, a redes sociales).

Sin embargo, resulta relevante destacar que la edad influye en la finalidad que tienen los mensajes. Los objetivos de los jóvenes y adolescentes suelen ser distintos a los adultos. Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009)

Los primeros necesitarían utilizar los mensajes y las redes sociales para manifestar sus emociones y los adultos para concretar encuentros, los adolescentes lo usan en forma mixta acorde a su desarrollo evolutivo.

De lo expuesto anteriormente y en base a los antecedentes encontrados se ha llegado a la deducción de que la dependencia al móvil y su relación con la ansiedad, sigue siendo un tema reciente y discutido que es necesario continuar investigando hasta conformar un nuevo campo de estudio, el cual podría ser la adicción a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Lo más estudiado ha

sido y sigue siendo si se trata realmente de una adicción. Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009)

Por un lado, se ha llegado a la conclusión de que las personas que utilizan las redes en exceso tienen más riesgos de sufrir ansiedad, insomnio, depresión, disfunción social y pensamientos negativos. Por otra parte, el abuso del teléfono móvil se relaciona al consumo excesivo de alcohol, tabaco, depresión, fracaso escolar, ansiedad e insomnio. Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009)

Las aplicaciones más inseguras suelen ser las que permiten que el usuario no deba identificarse o utilice otra identidad, esto resulta conflictivo ya que puede dar una gran satisfacción al escapar de sí mismos. Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009)

Además, nos encontramos en una sociedad en la cual los valores, la publicidad, el arte, el tipo de diversión y los vínculos interpersonales permiten que se pondere la emoción sobre los sentimientos (Bauman, 2003), esto provoca en el hombre actual un enfrentamiento entre las emociones por encima de los sentimientos (Lacroix, 2001). En este sentido, los correos electrónicos, los mensajes y los chats se convierten en métodos convenientes para manifestar emociones en forma veloz y esporádica. Ciertos métodos online funcionan debido a que cumplen adecuadamente esta necesidad de la sociedad moderna en expresar emociones rápidamente. Estas emociones “flash” suelen ser más adictivas que las emociones que contienen sentimientos auténticos, su estructura es similar a las características adictivas de los juegos de azar, ya que con la misma velocidad activan el circuito de recompensa. Anteriormente, a fines de la década de los noventa, se encontraba en auge la televisión, ya que resultaba ser de gran convocatoria. En cambio, en la actualidad los nuevos medios de comunicación invitan a elegir al usuario, y a participar viendo y promoviendo intercambio de información, videos, fotos, entre otras cosas (Verdú, 2005). A través de Internet y el móvil el individuo pasó a ser un miembro activo que emplea una actitud que le otorga placer, y por lo tanto, se encuentra expuesto a contraer adicción.

En líneas generales, la utilización del móvil en exceso no es considerado un trastorno psicopatológico a pesar de que está comprobado que puede producir efectos negativos en el contexto académico, laboral o familiar. Por el contrario, el hecho de que hayan aparecido casos clínicos es un indicador de que el uso disfuncional de las redes puede convertirse en un auténtico conflicto para algunas personas. Estas conductas coinciden con los indicadores de las adicciones, por

ejemplo; la modificación del estado de ánimo, la pérdida de control, el deseo de consumo, la polarización atencional y los resultados desfavorables. Incluso se desarrolla de esta manera pese a que la sociedad suele equivocar el trastorno patológico con la necesidad de una tecnología. Carbonell, Xavier, Fúster, Héctor, Chamarro, Ander, Oberst, Ursula (2012)

Hasta la fecha, han surgido dos maneras de describir este uso disfuncional de las nuevas tecnologías, la primera es tomarlo como un trastorno del control de impulsos y la segunda como una conducta adictiva. Faltará seguir investigando en el avance de casos si la permanencia de síntomas, su rigidez y consecuencias en la personalidad se asemejan o no a los problemas que aparecen en las adicciones a sustancias. Carbonell, Xavier, Fúster, Héctor, Chamarro, Ander, Oberst, Ursula (2012)

Luego de estos datos, la duda es si se puede considerar una adicción. Esta pregunta sigue abierta. En cuanto a la investigación, deberían llevarse a cabo estudios con muestras clínicas y longitudinales, para llegar a conclusiones y poder responder dicha pregunta.

Referencias

Aranda López, M., Fuentes Gutiérrez, V., & García-Domingo, M. (2017). "No sin mi Smartphone": Elaboración y validación de la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS). *Terapia psicológica*, 35(1), 35-45.

Beck, A. T. (2013). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Desclée de Brouwer.

Cabañas, Mariela, & Korzeniowski, Celina. (2015). Uso de celular e Internet: su relación con planificación y control de la interferencia. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(1), 5-16.

Carbonell, Xavier, Fúster, Héctor, Chamarro, Ander, Oberst, Ursula. ADICCIÓN A INTERNET Y MÓVIL: UNA REVISIÓN DE ESTUDIOS EMPÍRICOS ESPAÑOLES. *Papeles del Psicólogo* 2012, 33 (Mayo-Agosto).

Clark, David A. / Beck, Aaron T. (2012) *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Bilbao, España. Desclée De Brouwer.

DISTINGUIENDO ANSIEDAD Y DEPRESIÓN: REVISIÓN DE LA HIPÓTESIS DE LA ESPECIFICIDAD DE CONTENIDO DE BECK. (1993). *Anales De Psicología*, 9(2), 133.

Retrieved from <https://search.proquest.com/docview/1288793298?accountid=4517>

Flores, N., Jenaro, C., González-Gil, F., Martín, E. y Poy, R. (2013). Adicción al móvil en alumnos de secundaria: efectos en la convivencia. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 3 (3), 215-225

Garrote-Rojas, Daniel, Jiménez-Fernández, Sara, y Gómez-Barreto, Isabel M^a. (2018). Problemas Derivados del Uso de Internet y el Teléfono Móvil en Estudiantes Universitarios. *Formación universitaria*, 11(2), 99-108. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062018000200099>

Gimenez, Maricel y Zirpoli, Rocio (2015). TRASTORNOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS AL USO DE WHATSAPP. VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2006) *Metodología de la investigación*. 4^o ed. México: McGraw-Hill.

INDEC. Encuesta Nacional sobre Acceso y Uso de Tecnologías de la Información y la Comunicación (ENTIC) 2015.

Mariano Chóliz; Verónica Villanueva; Mari Carmen Chóliz. Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. En: Revista Española de Drogodependencias, 2009, Vol. 34, no. 1

PEDRERO PÉREZ, E., y RODRÍGUEZ MONJE, M., & RUIZ SÁNCHEZ DE LEÓN, J. (2012). Adicción o abuso del teléfono móvil. Revisión de la literatura. *Adicciones*, 24 (2), 139-152.

Ries, Francis, Castañeda Vázquez, Carolina, Campos Mesa, María del Carmen, & Castillo Andrés, Oscar Del. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 9-16. Recuperado en 23 de mayo de 2018, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es.

Ruiz-Olivares, R., Lucena, V., Pino, M., & Herruzo, J. (2010). Análisis de comportamientos relacionados con el uso/abuso de Internet, teléfono móvil, compras y juego en estudiantes universitarios. *Adicciones*, 22(4).

Sánchez-Carbonell, X., & Beranuy, M., y Castellana, M., & Chamarro, A., y Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20 (2), 149-159.

Sanz, J. (2014). Recomendaciones para la utilización de la adaptación española del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en la práctica clínica. *Clínica y Salud*, 25(1), 39-48.

Sierra, J. C., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista mal-estar e subjetividade*, 3(1).

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R. E., y Cubero, N. S. (1999). *STAI: cuestionario de ansiedad estado-rasgo: manual*. Tea.