

INCIDENCIA Y CARACTERÍSTICAS DE LA COMORBILIDAD DEL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y LOS TRASTORNOS EMOCIONALES ENTRE EL ALUMNADO DE LA E.S.O. DE LA PROVINCIA DE MÁLAGA

INDICE

▷	Presentación.....	3
▷	Objetivos.....	7
▷	Metodología.....	9
▷	Usos Recreativos de Internet.....	14
▷	Usos Problemáticos de Internet.....	19
▷	Trastornos Emocionales.....	30
▷	Uso problemático de internet y depresión.....	39
▷	Uso problemático de internet y ansiedad	45
▷	Uso problemático de internet y problemas de sueño.....	49
▷	Uso problemático de internet y motivación para el cambio.....,.....	54
▷	Conclusiones.....	59

1.

PRESENTACIÓN

Uso de internet entre los menores tras la pandemia

La epidemia del COVID 19 y las consiguientes medidas de restricción de movimientos y de distancia social produjeron un **claro incremento de los tiempos de uso de internet en la población en general y entre los mas jóvenes en particular**. Según el informe Qustodio, los adolescentes españoles pasaron de dedicar a las redes sociales una media diaria de 72 minutos en febrero de 2020 a 89 minutos al final de abril, es decir, un 24% de incremento en solo dos meses. Respecto a la utilización de videojuegos, los menores españoles pasaron de 64 a 93 minutos diarios de media, lo que supone un incremento de un 45% entre los meses de marzo y abril.

Según la misma organización y según los datos de su informe sobre el año 2021, **estos incrementos producidos en el inicio de la pandemia se habían consolidado al final de 2021**. Aún no existen estudios rigurosos respecto a la traducción de los incrementos en tiempo de utilización en usos problemáticos y adictivos entre los adolescentes de nuestro país.

La Encuesta sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España (ESTUDES) realizada por el Plan Nacional sobre Drogas (P.N.s.D.) **constató en su última edición de 2021 que el uso compulsivo de internet se podía diagnosticar en ese año en el 23,5 % de los estudiantes de 14 a 18 años de edad. (en el 28,8 % de las alumnas y el 18,4% de los alumnos varones)**. Estos datos suponen un incremento respecto a los resultados obtenidos en 2019 que mostraban entonces un 20 % de incidencia de uso compulsivo entre los estudiantes de ambos géneros (23,4 % ellas y 16,4 % ellos).

En lo que respecta a nuestra comunidad autónoma, el estudio realizado por **UNICEF en 2021 entre los estudiantes de la ESO de Andalucía encontraba un 36% de uso problemático de internet (38,4% entre las chicas y 33,7% entre los chicos)**. Los datos de esta misma encuesta en la población española según este mismo estudio es del 33% del alumnado de la E.S.O. (36,1% entre las alumnas y 29,8% entre los alumnos varones), por tanto algo inferiores que en Andalucía

Trastornos emocionales entre los adolescentes tras la pandemia

Por otro lado, **la incidencia de los trastornos por ansiedad y depresión entre la población adolescente en la actualidad es preocupante.** Un metaanálisis publicado en JAMA Pediatrics en 2021 proporciona una estimación muy elevada de la depresión clínica y los síntomas de ansiedad generalizada entre los jóvenes durante la pandemia de COVID-19.

En 29 estudios y casi 30.000 jóvenes, la prevalencia combinada de síntomas de depresión y ansiedad se encontró que **1 de cada 4 jóvenes en todo el mundo experimenta síntomas de depresión, mientras que 1 de cada 5 jóvenes experimenta síntomas de ansiedad.** Una comparación de estos hallazgos con las estimaciones prepandémicas (12,9% para la depresión y 11,6% para la ansiedad) sugiere que probablemente **las dificultades de salud mental de los jóvenes durante la pandemia de COVID-19 se han duplicado.**

Dos de cada diez adolescentes españoles entre 10 y 19 años padecían problemas de salud mental en 2019, el porcentaje más elevado de los 33 países europeos analizados por Unicef en su informe Estado Mundial de la Infancia 2021. **De ellos, las mujeres son las que presentan estas enfermedades en una mayor proporción.**

El porcentaje de adolescentes españoles con estos diagnósticos es cuatro puntos superior a la media europea (16,3%) y siete puntos superior a la media global (13,2%). De los problemas de salud mental analizados en este informe de Unicef, **la ansiedad y la depresión son las más comunes entre los adolescentes europeos.**

El suicidio es la segunda causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 19 años. **Alrededor del 15% de los adolescentes de países de ingresos medios y bajos se ha planteado el suicidio**

Relación entre el uso problemático de internet y los trastornos emocionales entre los adolescentes

Diversos estudios han mostrado que **los menores con antecedentes de ansiedad, depresión, problemas familiares y/o deficiente apoyo social están especialmente en riesgo de uso problemático de Internet.** La covarianza de estos problemas psicosociales con el uso problemático de internet ocurre con frecuencia. Estos trastornos pueden ser **tanto factores de riesgo, como consecuencias** de un uso patológico de internet.

La consolidación de **dos o más trastornos adictivos y/o emocionales simultáneos** puede estar generando en un sector creciente de la población escolar una sinérgica patología dual que agrava las consecuencias que conlleva cada trastorno por separado.

Se ha publicado **evidencia de la relación entre el uso problemático de redes sociales y la depresión** en adolescentes.

Igualmente existe correlación positiva **entre trastorno por videojuegos y traumas emocionales, ansiedad social o autoestima.**

Los problemas del sueño también se han asociado con el uso problemático de Internet. Muchos estudios han informado que el mayor tiempo dedicado a Internet interrumpe significativamente los horarios de sueño y vigilia y que **los usuarios intensivos de Internet experimentan altos niveles de insomnio.**

Consideramos que en estos momentos de **incremento de los usos problemáticos de internet y de los trastornos emocionales** entre los adolescentes es necesario **conocer su incidencia e interrelación** en nuestra comunidad escolar al objeto de diseñar y aplicar **programas preventivos y asistenciales eficaces ante estos trastornos.**

2.

OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>1. Estudio de la incidencia y las características del uso problemático de internet en el alumnado de la E.S.O. de Málaga.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conocer el número de alumnos con un patrón de uso problemático de internet. ✓ Analizar las características del patrón de uso problemático de internet.
<p>2. Estudio de la incidencia y las características de los trastornos emocionales en el alumnado de la E.S.O. de Málaga.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimar el número de los alumnos con trastornos emocionales. ✓ Analizar las características de los trastornos emocionales.
<p>3. Estudio de la incidencia y las características de la comorbilidad y la patología dual entre conductas adictivas y trastornos emocionales en el alumnado de la E.S.O de Málaga.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Valorar el número de los alumnos con comorbilidad y patología dual entre el uso adictivo de internet y trastornos emocionales. ✓ Conocer las características de la comorbilidad y de la patología dual entre el uso adictivo de internet y trastornos emocionales.

3. METODOLOGÍA

Recogida de datos

Los datos de este estudio se obtuvieron mediante la cumplimentación de los cuestionarios y escalas seleccionados en una **plataforma online** por una amplia muestra del alumnado de la E.S.O. de la provincia de Málaga **desde el 8 de marzo hasta el 25 de junio de 2022**

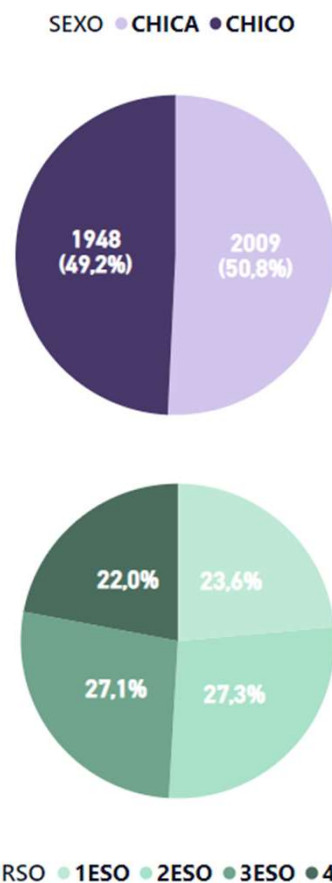
Los **3.957 estudiantes** participantes que estudiaban en **18 centros** de enseñanzas secundarias de **11 municipios de la provincia de Málaga** fueron informados por sus docentes del proyecto y les animaron a participar en el mismo en sesiones al efecto **desde los ordenadores del centro, o desde los propios dispositivos de los alumnos.**

Posteriormente debatieron con los alumnos sobre sus impresiones y respuestas a las preguntas sobre síntomas y efectos del uso problemático de internet que aparecían en el cuestionario.

MUNICIPIO	CENTROS DE ENSEÑANZA SECUNDARIA
Alhaurín De La Torre	IES Capellanía
Alhaurín De La Torre	IES Huerta Alta
Algarrobo	IES Trayamar
Benalmádena	IES Cerro Del Viento
Colmenar	IES Los Montes
Campanillas	IES Campanillas
Campanillas	IES M. ^a Victoria Atencia
Campillos	IES Camilo José Cela
Málaga	IES Portada Alta
Málaga	IES Universidad Laboral
Málaga	IES Salvador Rueda
Málaga	IES Rafael Pérez Estrada
Málaga	IES Huelin
Málaga	IES Christine Picasso
Marbella	IES Las Dunas de las Chapas
Ronda	CPD Fernando De Los Ríos
Sierra De Yeguas	IES Sierra De Yeguas
Torremolinos	IES Playamar

Participantes en el estudio

CENTRO	CHICAS	%TG CHICAS	CHICOS	%TG CHICOS
CAMILO_JOSE_CELA	151	7,52%	154	7,91%
CAMPANILLAS	88	4,38%	69	3,54%
CAPELLANÍA	124	6,17%	126	6,47%
CERRO_DEL_VIENTO	115	5,72%	98	5,03%
CHRISTINE_PICASSO	96	4,78%	104	5,34%
DUNAS_DE_LAS_CHAPAS	87	4,33%	102	5,24%
FERNANDO_DE_LOS_RÍOS	85	4,23%	79	4,06%
HUELIN	65	3,24%	79	4,06%
HUERTA_ALTA	55	2,74%	56	2,87%
LOS_MONTES	43	2,14%	53	2,72%
MA_VICTORIA_ATENCIA	94	4,68%	94	4,83%
OTRO	194	9,66%	123	6,31%
PLAYAMAR	189	9,41%	181	9,29%
PORTADA_ALTA	105	5,23%	126	6,47%
RAFAEL_PEREZ_ESTRADA	57	2,84%	55	2,82%
SALVADOR_RUEDA	192	9,56%	215	11,04%
SIERRA_YEGUAS	65	3,24%	47	2,41%
TRAYAMAR	89	4,43%	68	3,49%
UNIVERSIDAD_LABORAL	115	5,72%	119	6,11%
Total	2009	100,00%	1948	100,00%



- **3.957 Estudiantes**
 - ✓ 2.009 alumnas
 - ✓ 1.948 alumnos
- **18 Centros de 11 municipios**

EDAD	Recuento de EDAD	CHICAS	CHICOS
12	490	258	232
13	870	452	418
14	1056	510	546
15	981	523	458
16	453	224	229
17	96	37	59
18	11	5	6
Total	3957	2009	1948

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

USO DE INTERNET

S-CIUS

Escala S-CIUS, versión breve de 8 ítems (Gmel, G., Khazaal, Y., Studer, J., Baggio, S., & Marmet, S., 2019) adaptada de la Escala de Uso Compulsivo de Internet (Compulsive Internet Use Scale, CIUS; Meerkerk, Van Den Eijnden, Vermulst y Garretsen, 2009) que contiene los elementos centrales del comportamiento compulsivo o adictivo clasificables en una escala Likert de 5 puntos. CIUS ha mostrado buena estabilidad factorial en diferentes muestras de población y su consistencia interna es alta, demostrando una alta validez.

IGDS9-SF

La Internet Gaming Disorder Scale–Short-Form (IGDS9-SF) desarrollada por Pontes y Griffiths (2015) que es una herramienta psicométrica corta basada en los 9 criterios básicos que definen la adicción a los videojuegos siguiendo los criterios que define el DSM-5. Los ítems de la IGDS9-SF evalúan los síntomas y la prevalencia de este trastorno examinando las actividades de videojuegos tanto en línea como fuera de línea que han ocurrido durante un período de 12 meses. Esta escala produce puntuaciones finales entre 9 y 45 puntos

SNDS9-SF

La Social Network Disorder Scale–Short-Form (SNDS9-SF) es una adaptación de la (IGDS9-SF) para valorar los síntomas de adicción a las redes sociales. basada en los 9 criterios básicos que definen la adicción a los videojuegos siguiendo los criterios que define el DSM-5. Los ítems de esta escala evalúan los síntomas y la prevalencia de este trastorno examinando las actividades en las redes sociales en línea que han ocurrido durante un período de 12 meses. Esta escala produce puntuaciones finales entre 9 y 45 puntos

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

ASPECTOS PSICOSOCIALES

Escala de detección de la depresión (PHQ-9)

Patient Health Questionnaire 9. (Löwe B, Kroenke K, Herzog W, Gräfe K. , 2004). Consta de 9 ítems que evalúan la presencia de síntomas depresivos (correspondientes a los criterios DSM-IV) presentes en las últimas dos semanas. Cada ítem tiene un índice de severidad correspondiente a: 0 = "nunca", 1 = "algunos días", 2 = "más de la mitad de los días" y 3 = "casi todos los días". La puntuación total de PHQ-9 para los nueve ítems varía de 0 a 27. Las puntuaciones de 5, 10, 15 y 20 representan puntos de corte para la depresión leve, moderada, moderadamente grave y grave.

Escala de detección de la ansiedad generalizada (GAD-7)

Generalized Anxiety Disorder 7-item. (Spitzer RL, Kroenke K, Williams JBW, Löwe B:, 2006) Herramienta de detección de síntomas de ansiedad generalizada en el ámbito de la atención primaria. La escala consta de 7 preguntas que reflejan los síntomas de la Ansiedad Generalizada recogidos en el DSM IV. El puntaje total de GAD-7 se calcula por la suma de las respuestas que van desde 0 (nada) y 3 (casi todos los días). Por tanto, la puntuación total oscila entre 0 y 21 que puede clasificarse en cuatro grupos de gravedad: mínima (0-4), leve (5-9), moderado (10-14) y grave (14-20)

Diversas cuestiones respecto a:

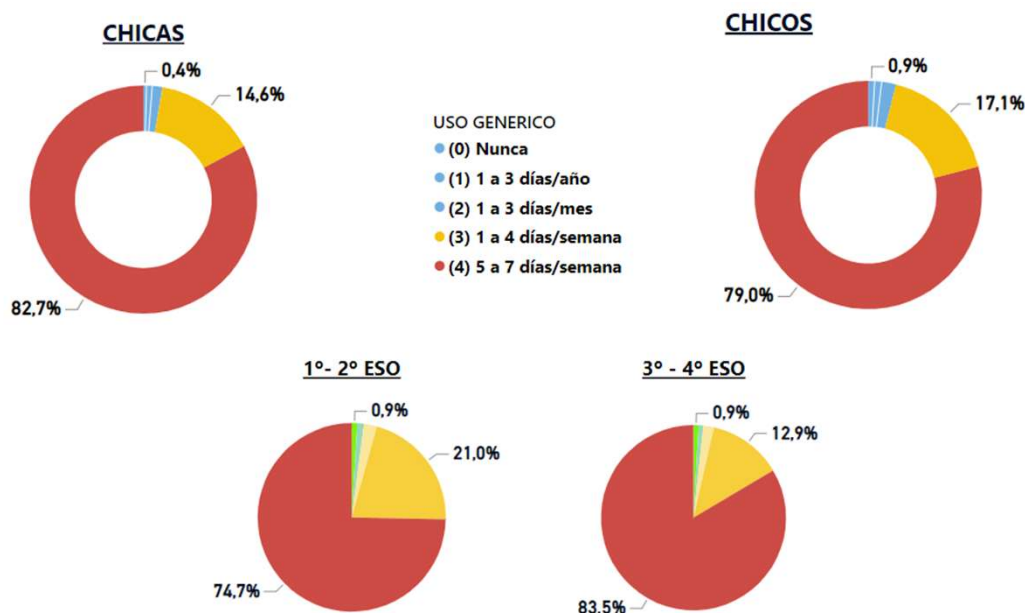
- Frecuencia y duración del uso de las aplicaciones de internet
- Duración y calidad del sueño
- Uso de internet por la noche
- Percepción normativa del uso de internet en su grupo de referencia.
- Rendimiento académico y valoración de la influencia del uso de internet en el mismo
- Estado de disposición y motivación hacia el cambio

4.

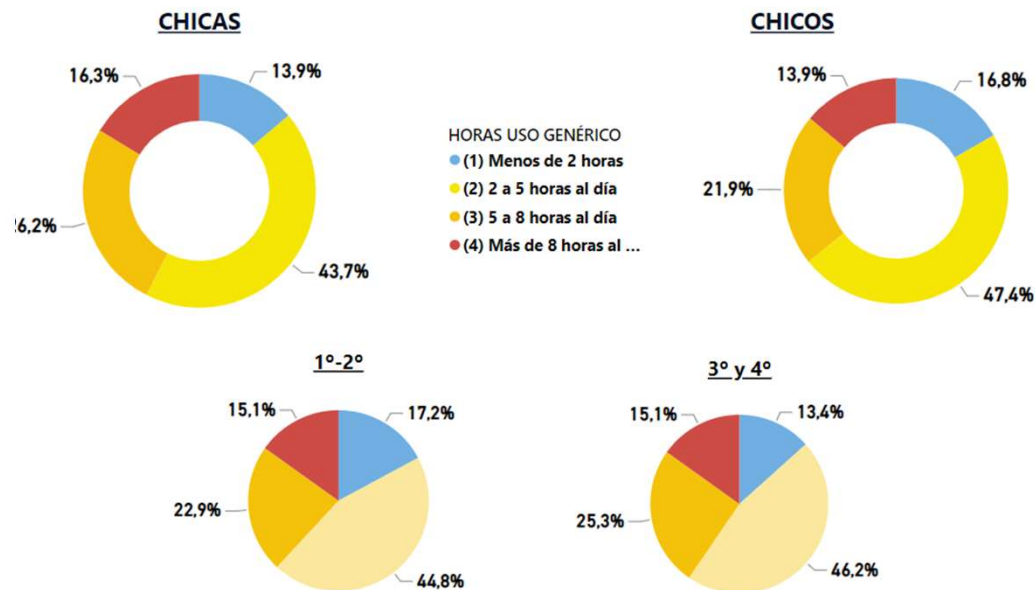
USOS RECREATIVOS DE INTERNET

Uso Genérico de Internet

Frecuencia de Uso de Internet



Horas diarias de uso de Internet

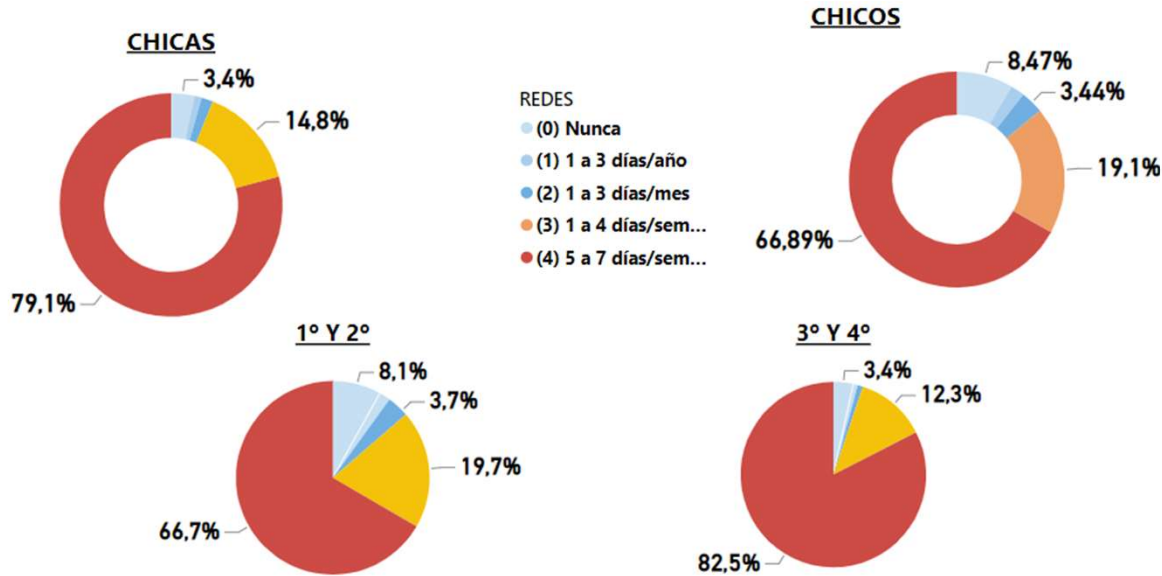


El uso recreativo de internet se encuentra **ampliamente extendido entre ambos géneros**. La gran mayoría de los estudiantes de la E.S.O. **se conectan diariamente o casi**. Un **16 % de las alumnas y un 14 % de los alumnos se conectan mas de 8 horas** al día.

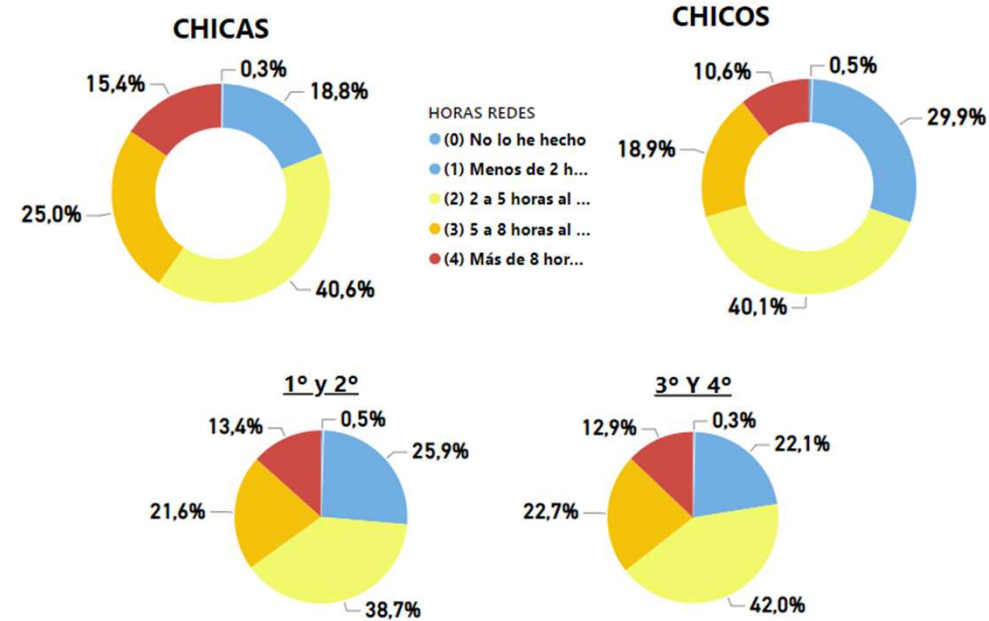
Casí la mitad de las chicas (el 42,5 %) se conecta **mas de cinco horas**. Algo mas de **un tercio de los chicos** (un 35,8 %) **hace lo mismo** Tanto la frecuencia como la duración de la conexión a internet se **incrementa ligeramente en los cursos superiores**

Uso de Redes Sociales

Frecuencia de Uso de Redes Sociales



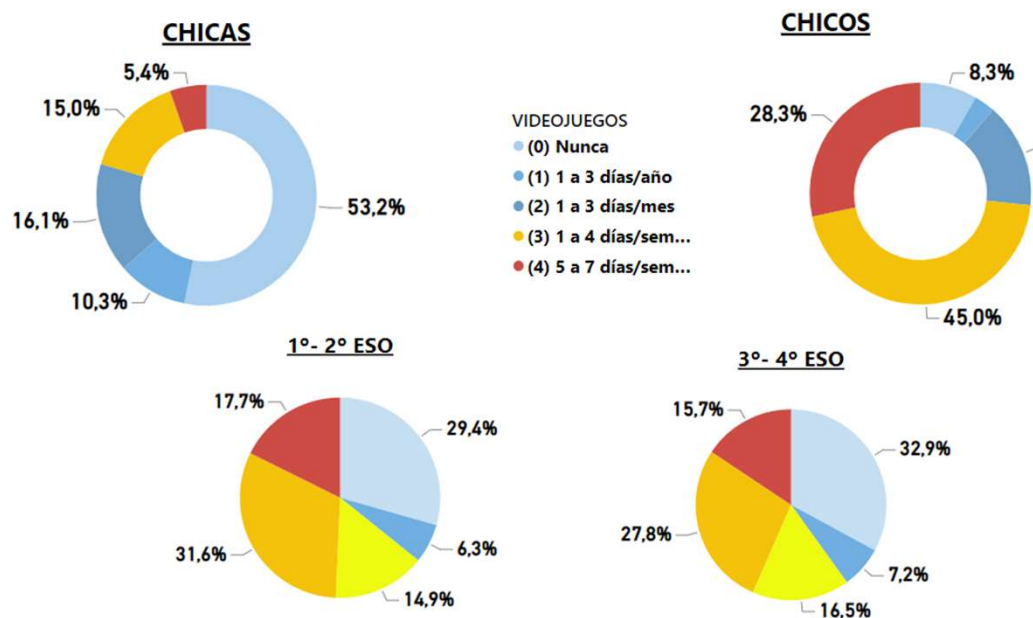
Horas diarias de uso de Redes Sociales



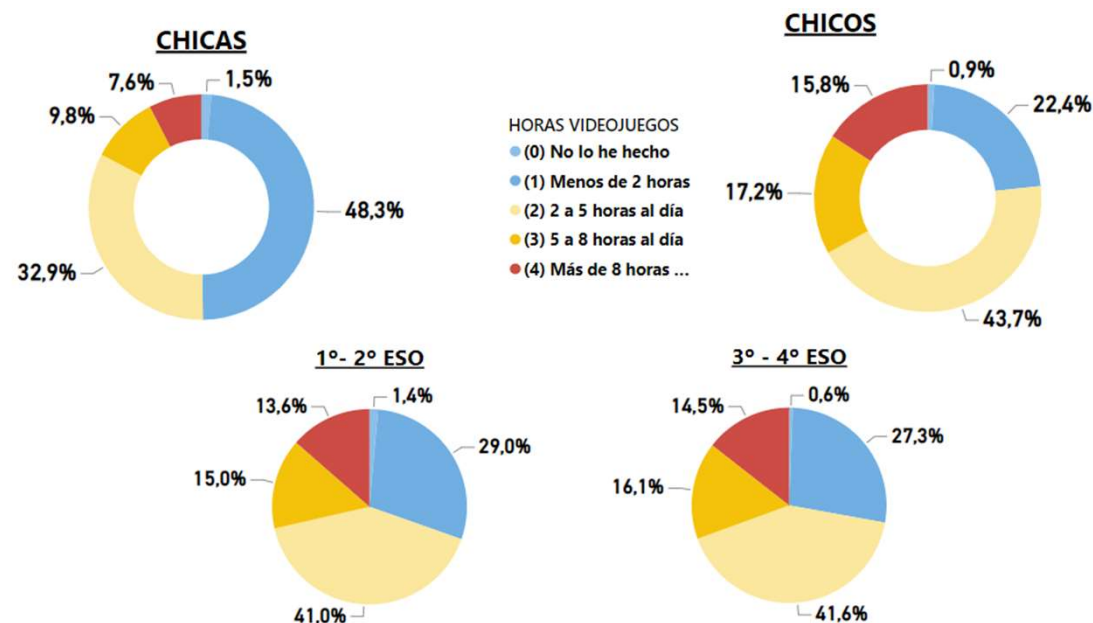
La gran **mayoría** de los estudiantes se conectan **diariamente o casi** diariamente. La proporción de **alumnas que lo hace es algo mayor** que la de los alumnos (un 79 % ante un 67%). **Un 15,5 % de las alumnas y un 10,6 % de los alumnos** están conectados a sus redes sociales **mas de 8 horas al día**. Casí la mitad de las **chicas (el 41 %)** se conecta mas de cinco horas. Casi un **tercio de los chicos** (un 29,5 %) hace lo mismo. La frecuencia de la conexión a las redes sociales se **incrementa claramente en los cursos superiores**

Uso de Videojuegos

Frecuencia de Uso de Videojuegos



Horas diarias de uso de Videojuegos



La mayoría de los estudiantes varones (un 73 %) usan los videojuegos varios días a la semana. Cerca de un tercio lo hace todos o casi todos los días. La proporción de alumnas que usa videojuegos es mucho menor. Entre los estudiantes que usan videojuegos, un 16% de los chicos lo hace mas de 8 horas al día. Solo un 7,6 % de las chicas hace lo mismo.

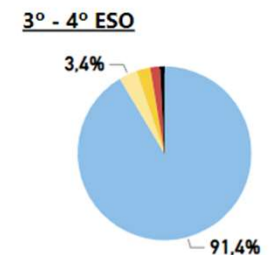
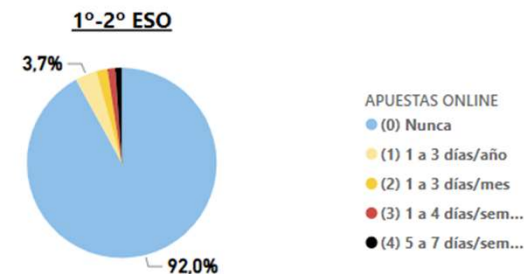
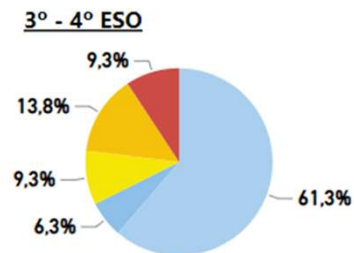
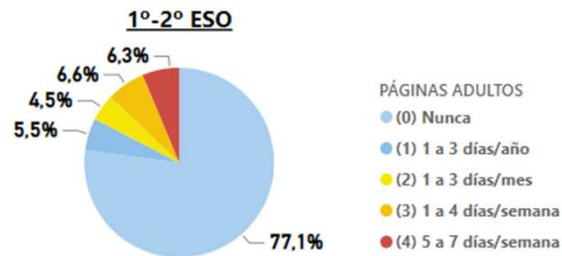
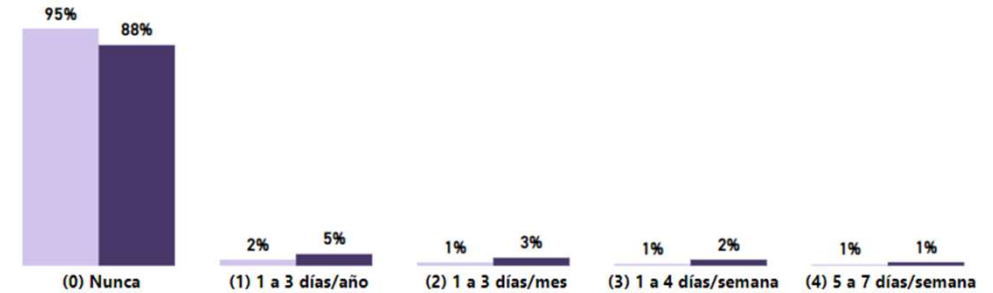
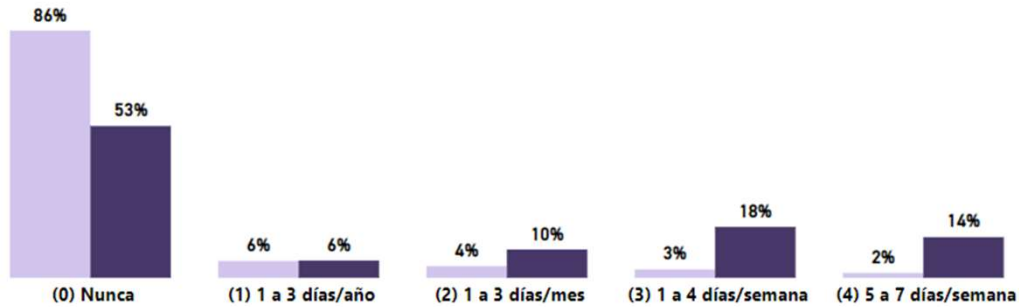
Un tercio de ellos juegan mas de 5 horas al día. Un 17,5 % de ellas hace lo mismo. Se puede observar una ligera disminución en la frecuencia en los cursos superiores,

Páginas adultos

Apuestas online

● %TG CHICAS ● %TG CHICOS

● %TG CHICAS ● %TG CHICOS

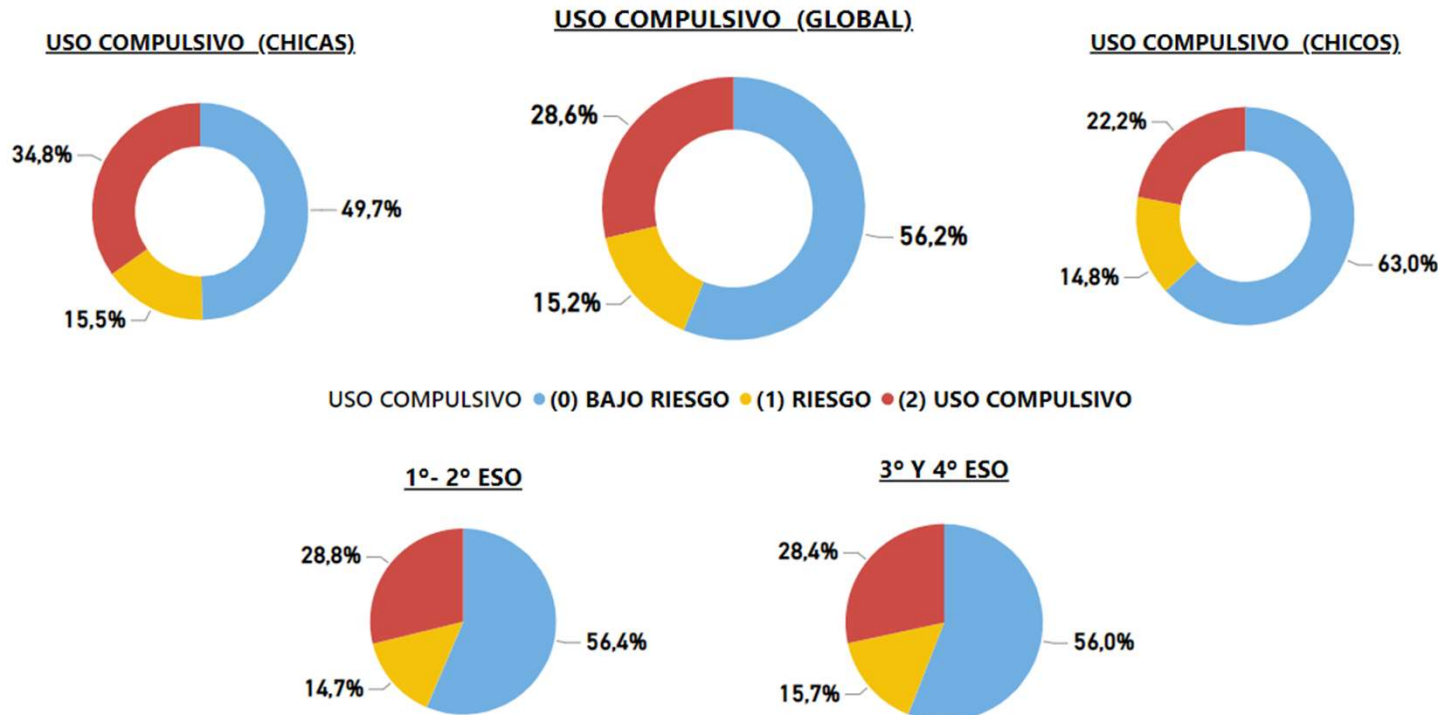


Un tercio de los chicos visita páginas pornográficas varios días a la semana y un 14 % lo hace diariamente o casi. Únicamente un 5 % de las chicas lo hace semanalmente. En los cursos superiores se duplica la frecuencia de las visitas habituales a tipo de páginas

Un 11% de los alumnos y un 5 % de las alumnas han realizado apuestas online en el último año. Un 6 % de los chicos y un 3% de las chicas lo realizan con una frecuencia mensual o semanal. La frecuencia de este comportamiento no parece modificarse en los distintos cursos

5. USOS PROBLEMÁTICOS DE DE INTERNET

Uso compulsivo de Internet



S-CIUS

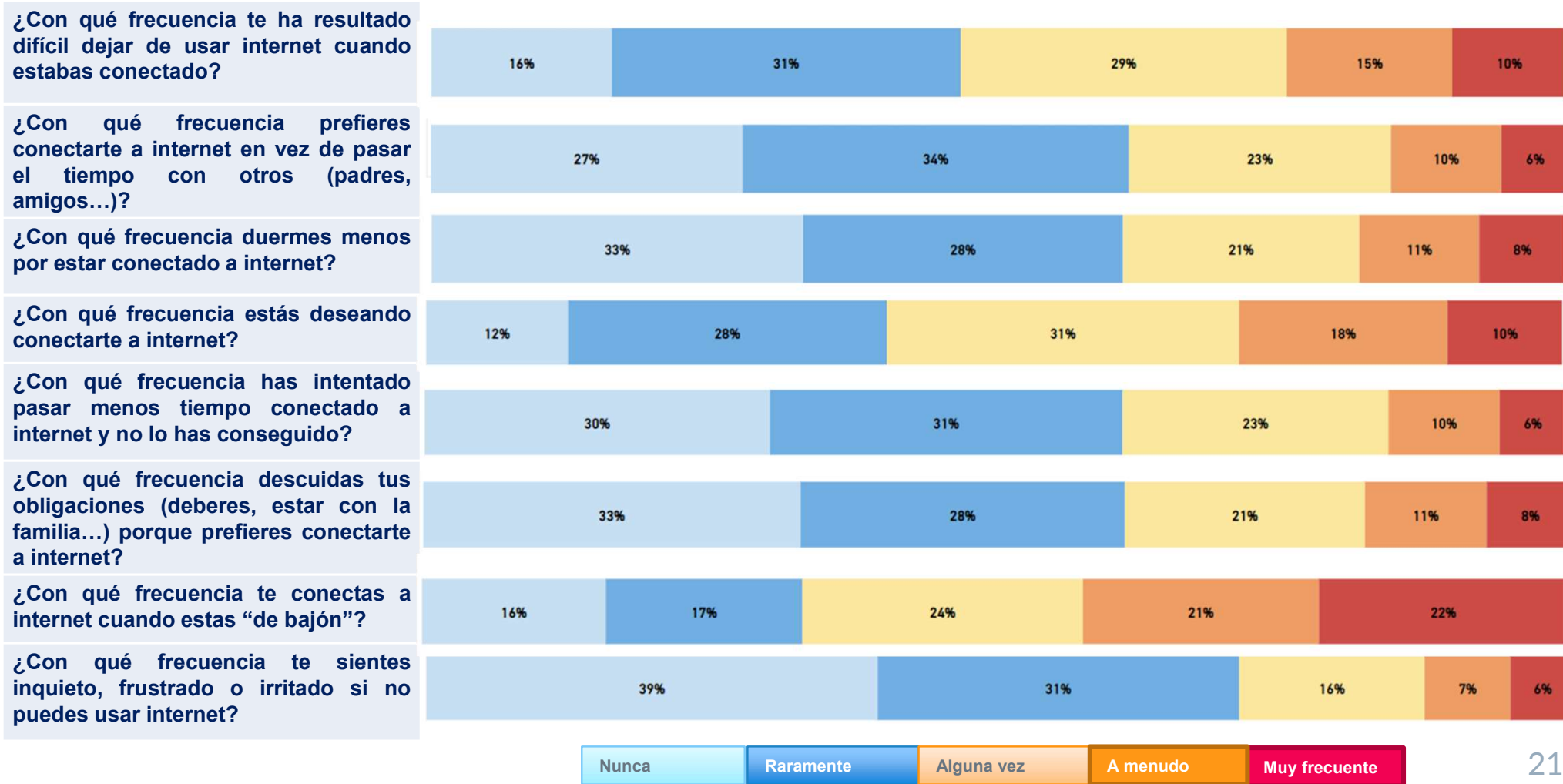
Escala S-CIUS, versión breve de 8 ítems adaptada de la Escala de Uso Compulsivo de Internet (Compulsive Internet Use Scale, CIUS). Contiene los elementos centrales del comportamiento compulsivo o adictivo clasificables en una escala Likert de 5 puntos. CIUS ha mostrado buena estabilidad factorial en diferentes muestras de población y su consistencia interna es alta, demostrando una alta validez.

Bajo riesgo < 13,
 Riesgo entre 13 y 16,
 Uso Compulsivo > 16

La **proporción de alumnas** que refiere **uso compulsivo** es **claramente superior** a la de alumnos con este mismo patrón de uso problemático. Un **28,6%** del alumnado **utiliza internet de forma compulsiva**
Una de cada tres chicas y uno de cada cinco chicos.
 Este porcentaje **no presenta diferencias** entre los cursos superiores e inferiores

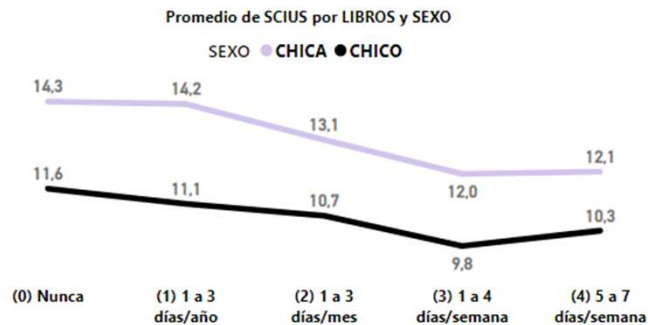
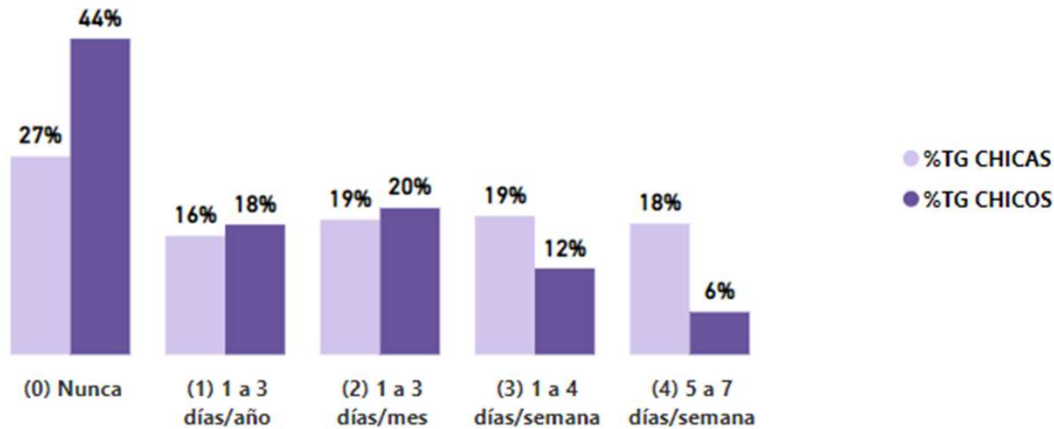
Síntomas de Uso Compulsivo

Escala S-CIUS, versión breve de 8 ítems adaptada de la Escala de Uso Compulsivo de Internet (Compulsive Internet Use Scale, CIUS)

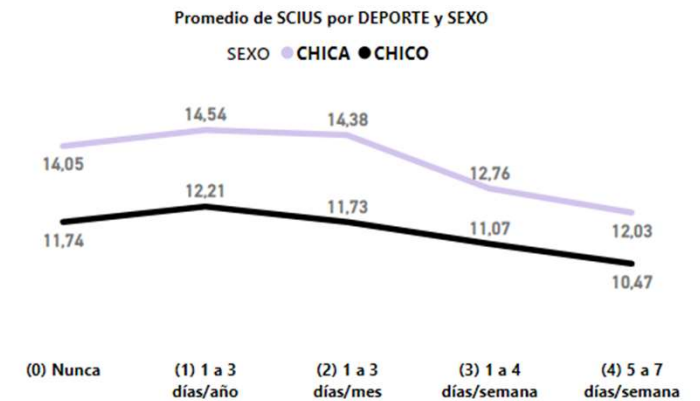
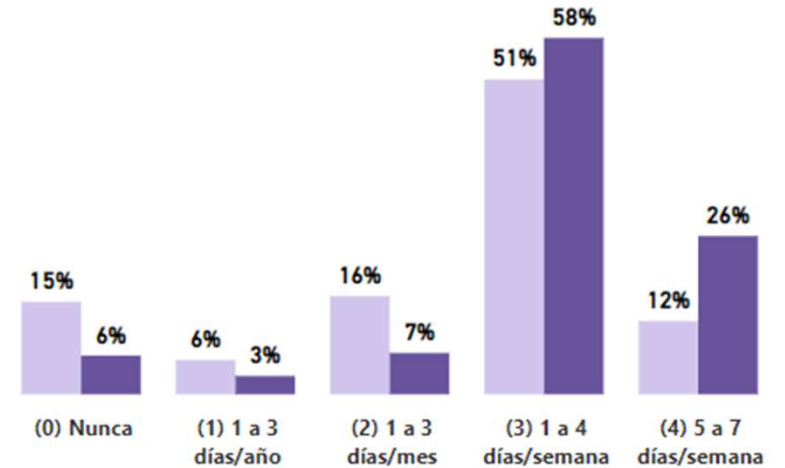


Actividades de ocio

LIBROS



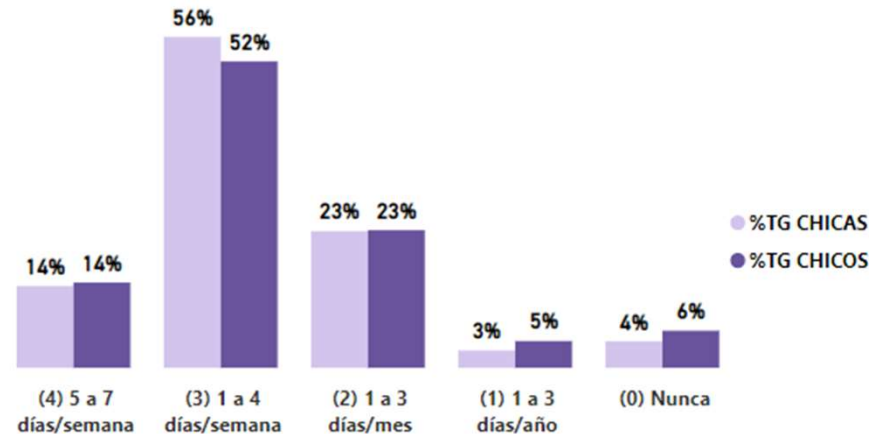
DEPORTE



Las **diferencias** que existen en la puntuación de **uso compulsivo** para los estudiantes de ambos géneros con **mayor implicación** en las actividades de leer libros o hacer deporte son significativas ($p < 0,001$) pero con un **efecto pequeño** ($\eta^2 = < 0,01$)

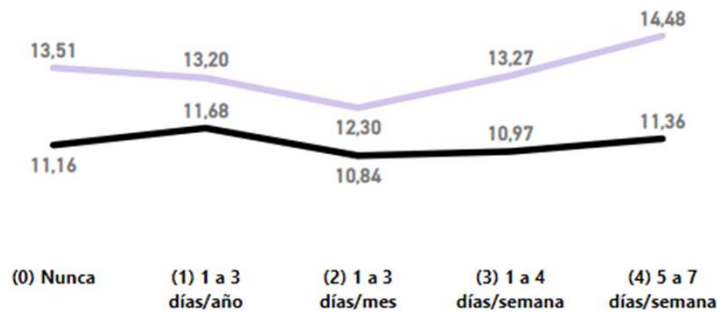
Actividades de ocio

AMIGOS

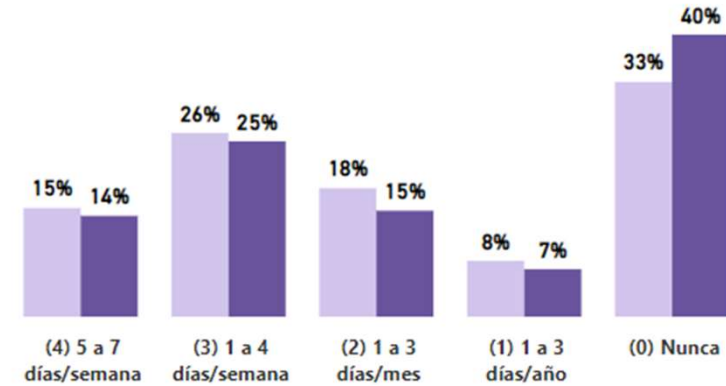


Promedio de SCIUS por AMIGOS y SEXO

SEXO ● CHICA ● CHICO

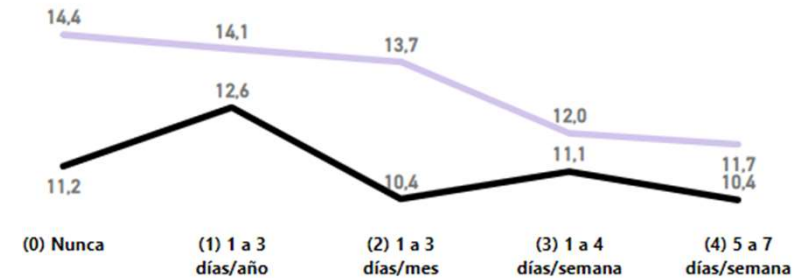


HOBBIES



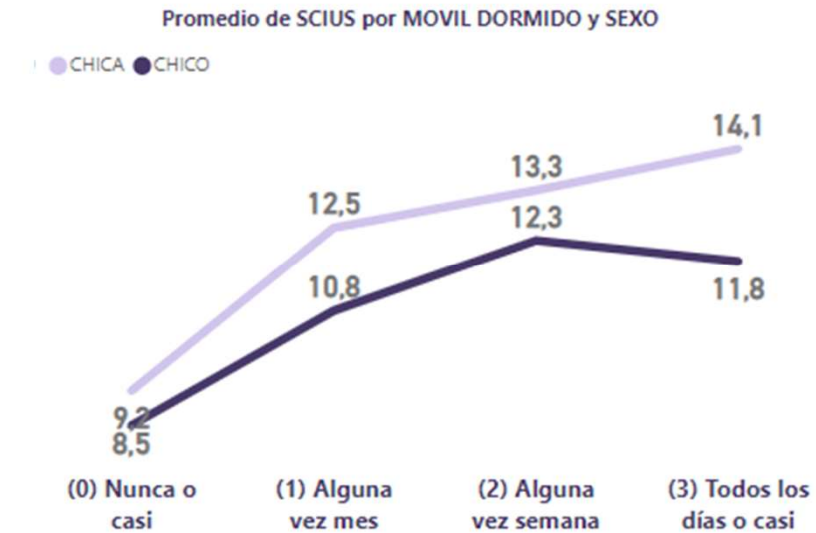
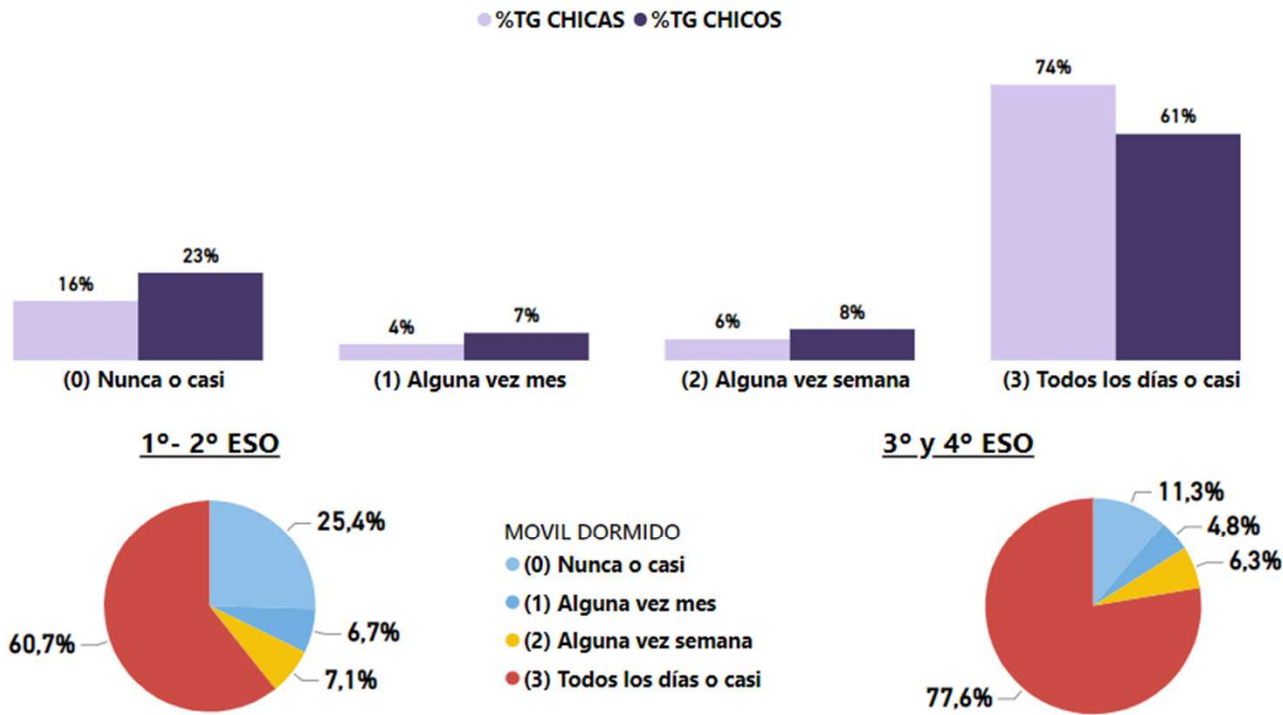
Promedio de SCIUS por HOBBIES y SEXO

SEXO ● CHICA ● CHICO



Las **diferencias** que existen en la puntuación de **uso compulsivo** para los estudiantes de ambos géneros que salen más con amigos no son significativas. La existentes en los estudiantes que **practican hobbies**, lo son sólo para las alumnas con un efecto pequeño

Móvil en el dormitorio



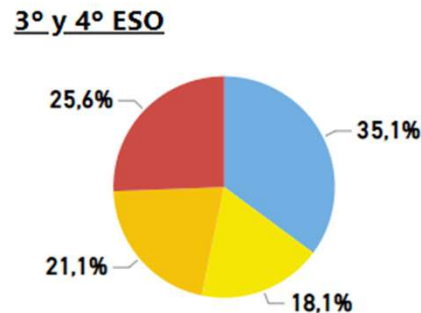
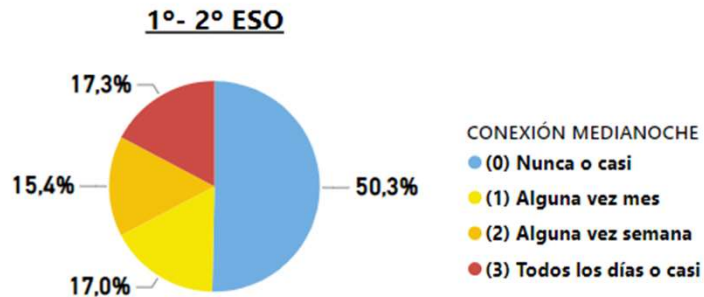
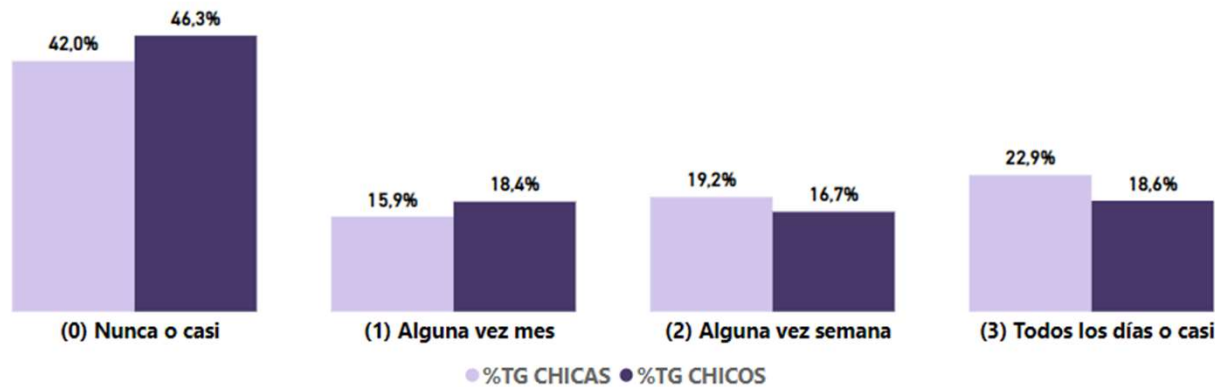
ANOVA - SCIUS Grupo total

	Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
MOVIL DORMIDO		11182.703	3	3727.568	89.323	< .001	0.063

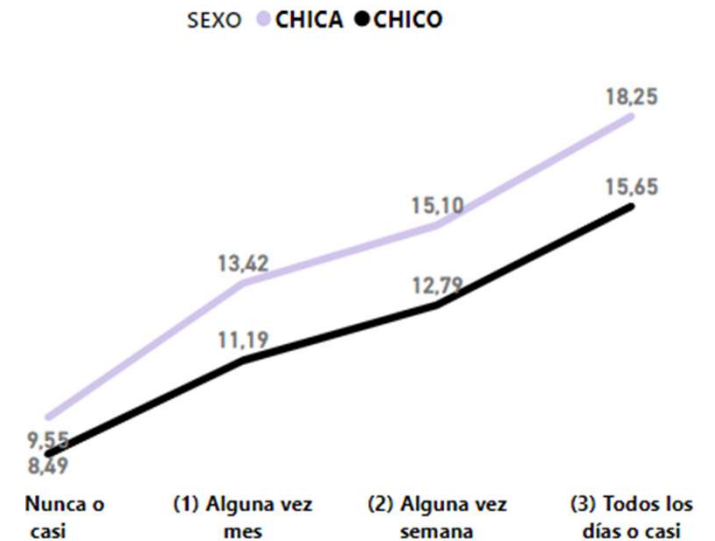
Tes de cada cuatro alumnas duerme con el móvil en la misma habitación, todos o casi todos los días. La mayoría de los chicos hace lo mismo pero en un porcentaje algo menor. En los cursos superiores aumenta el número de estudiantes que tiene este comportamiento.

*El tener el móvil en el dormitorio está asociada **significativamente** en ambos géneros al incremento del uso compulsivo de internet medido por la escala SCIUS mostrando un **efecto medio para ambos géneros**.*

Conexión a la media noche



Promedio de SCIUS por CONEXIÓN MEDIANOCHE y SEXO



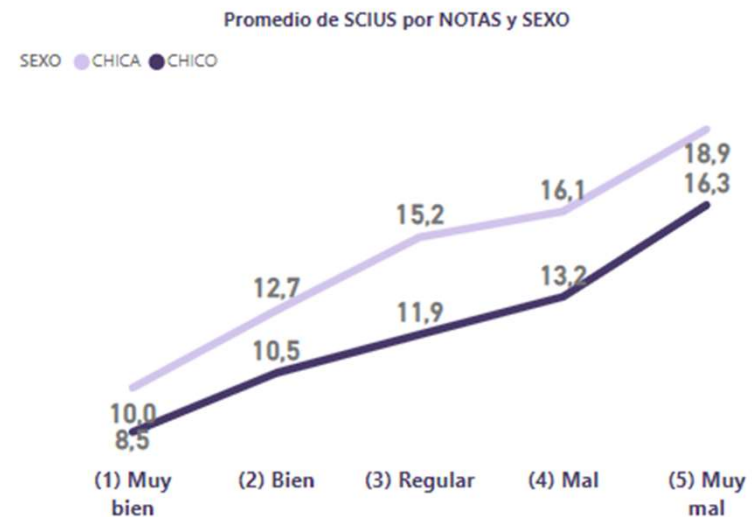
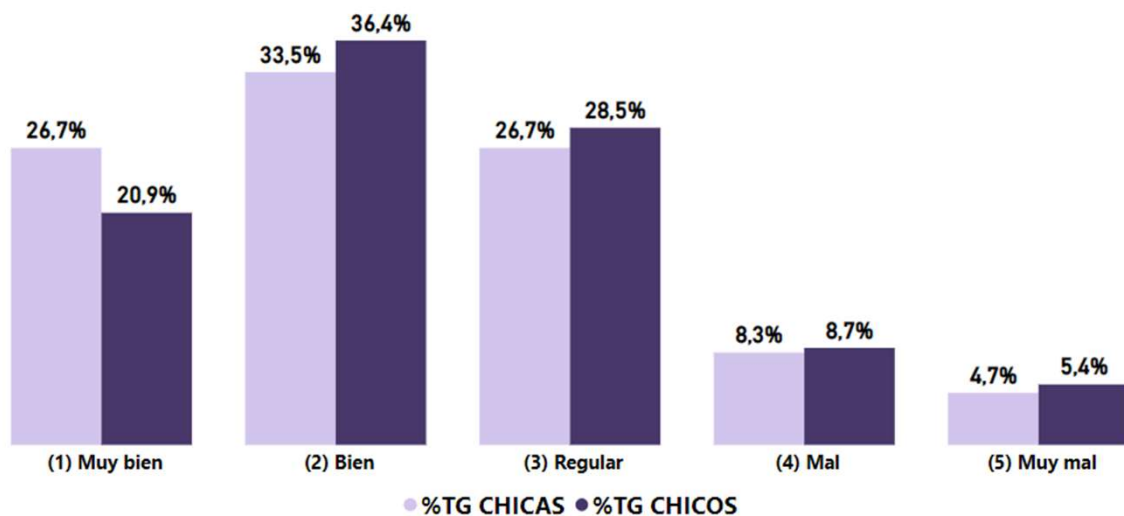
ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
CONEXIÓN MEDIANOCHE	39978.201	3	13326.067	386.840	< .001	0.227

Casi una de cada cuatro alumnas se conecta a internet, **todos o casi todos los días**, después de la media noche. Una importante proporción de **chicos hace lo mismo pero en un porcentaje algo menor**. En los **cursos superiores aumenta** el número de estudiantes que tiene este comportamiento.

La frecuencia de la conexión a media noche está relacionada **significativamente** en ambos géneros a un mayor uso compulsivo de internet medido por la escala SCIUS mostrando un **elevado efecto**.

Rendimiento académico



ANOVA - SCIUS Chicas

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
NOTAS	12121.872	4	3030.468	71.414	<.001	0.125

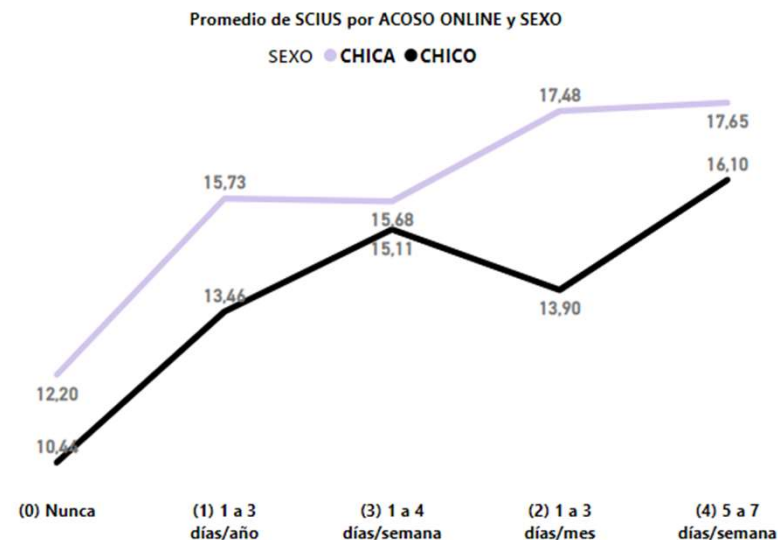
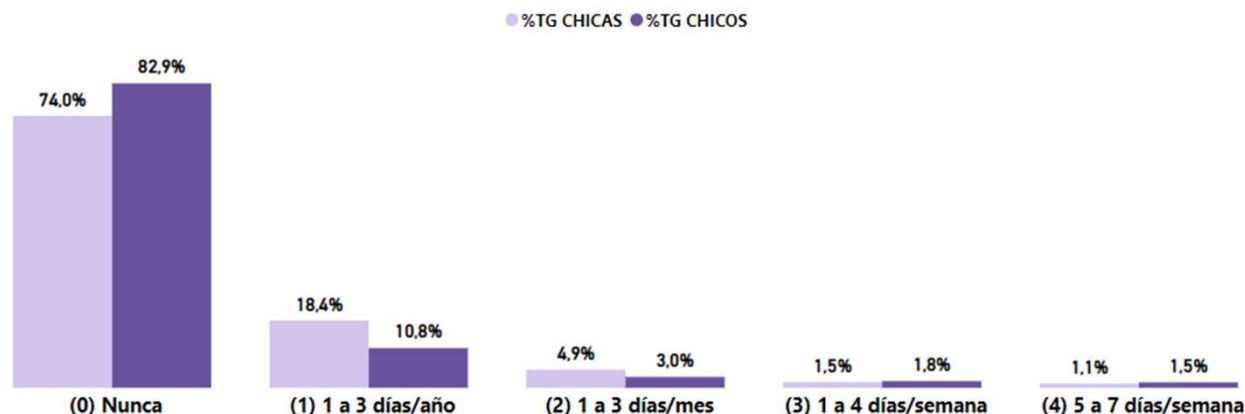
ANOVA - SCIUS Chicos

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
NOTAS	6829.619	4	1707.405	49.198	<.001	0.092

Un 13 % de las alumnas y un 14,1 % de los alumnos consideran que están obteniendo este curso notas malas o muy malas.

Considerar que se tienen peores notas está relacionado **significativamente** en ambos géneros a un mayor uso compulsivo de internet medido por la escala SCIUS y con un **elevado efecto para las chicas y un efecto medio para los chicos**.

Acoso online



Una de cada cuatro alumnas informa haber sido **acosada online** al menos una vez en **el último año**. Un **7,5%** refiere haberlo sufrido **mensual o semanalmente**. En conjunto **las chicas** sufren este acoso en **mayor proporción que los chicos**. No existe diferencia en la frecuencia en la que ocurre entre los distintos cursos.

ANOVA - SCIUS Chicas

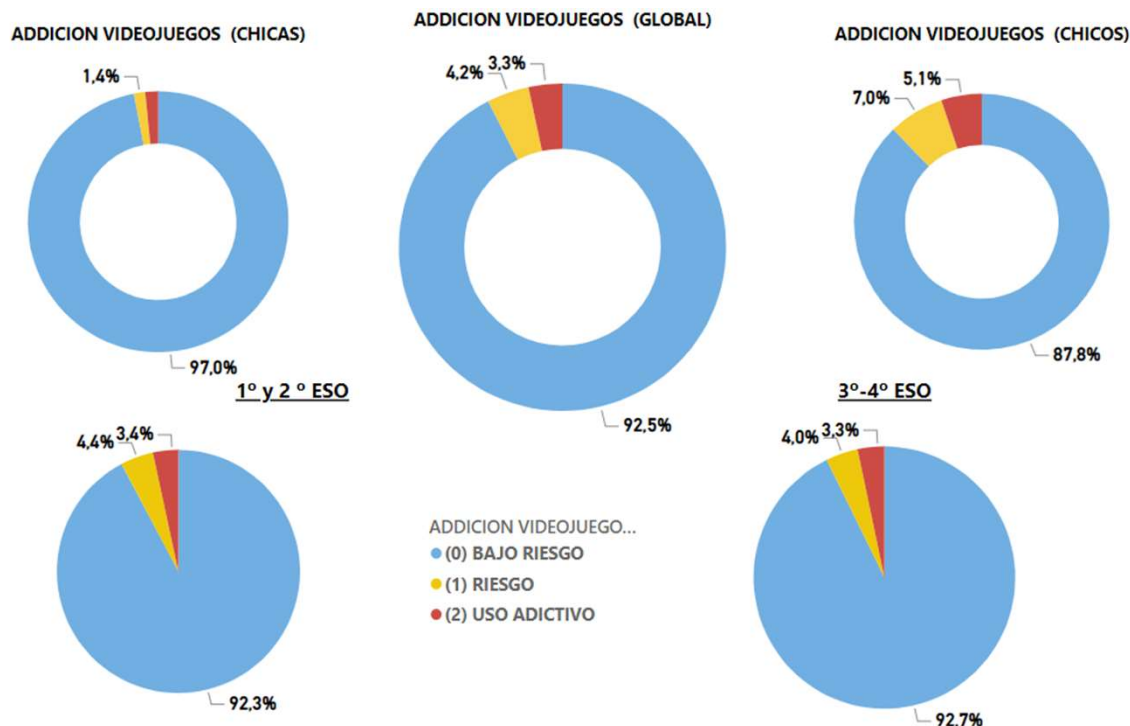
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ACOSO ONLINE	6330.403	4	1582.601	34.918	<.001	0.065

ANOVA - SCIUS Chicos

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ACOSO ONLINE	3636.103	4	909.026	25.009	<.001	0.049

La frecuencia del acoso online está relacionada **significativamente** en ambos géneros a un mayor uso compulsivo de internet medido por la escala SCIUS mostrando un **efecto medio para las alumnas y bajo para los chicos**..

Uso adictivo de videojuegos



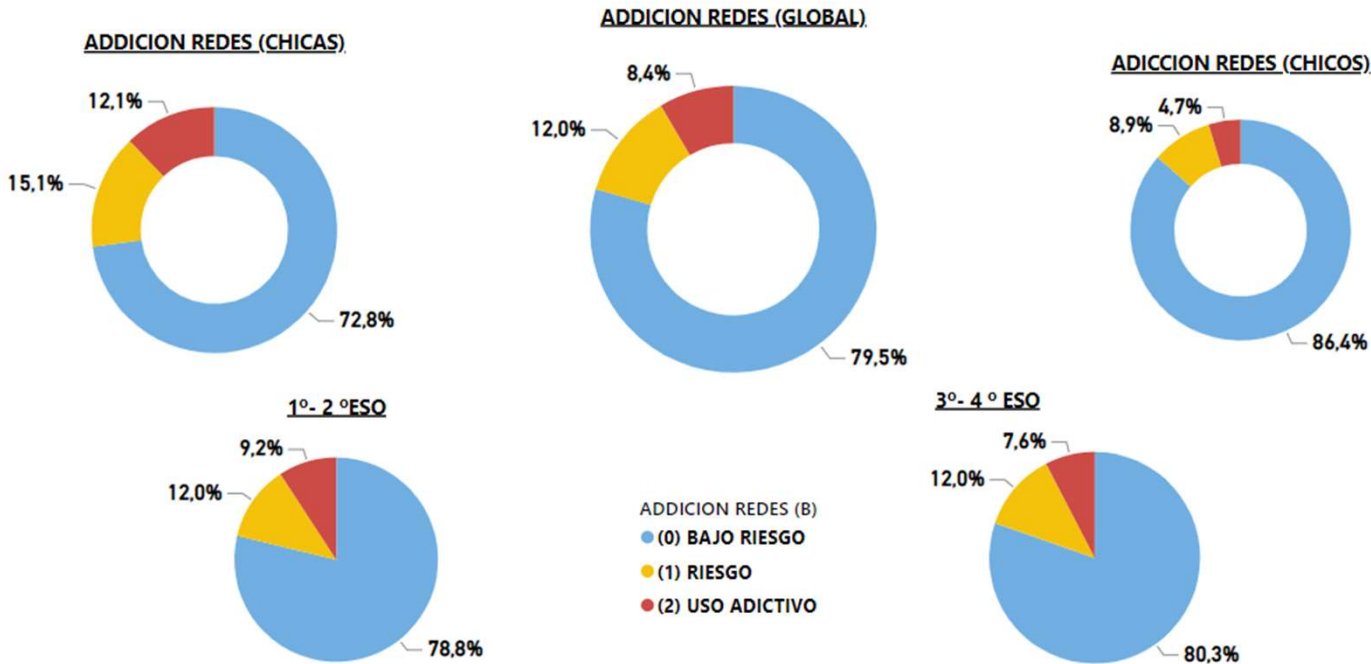
Un 5% de los alumnos y un 1,6% de las alumnas muestra suficientes criterios de uso adictivo de los videojuegos según DSM-5.

IGDS9-SF

La Internet Gaming Disorder Scale–Short-Form (IGDS9-SF) es una herramienta psicométrica corta basada en los 9 criterios básicos que definen la adicción a los videojuegos siguiendo los criterios que define el DSM-5. Los ítems de la IGDS9-SF evalúan los síntomas y la prevalencia de este trastorno examinando las actividades de videojuegos que han ocurrido durante un período de 12 meses. Se considera uso adictivo la contestación afirmativa a 5 o más ítems

- ¿Estás frecuentemente pensando en LOS VIDEOJUEGOS o en cómo vas a jugar el siguiente juego o la siguiente partida?
- ¿Te sientes irritado/a, inquieto/a, o triste si no puedes jugar a los VIDEOJUEGOS?
- ¿Necesitas estar cada vez más tiempo jugando a los VIDEOJUEGOS?
- ¿Has intentado pasar menos tiempo jugando a VIDEOJUEGOS y no lo has conseguido?
- ¿Por jugar a los VIDEOJUEGOS has perdido interés por otras actividades que hacías antes?
- ¿Continúas jugando mucho con los VIDEOJUEGOS a pesar a pesar de saber que te estan causando problemas?
- ¿Has engañado a tus familiares u otras personas sobre el tiempo que pasas jugando a VIDEOJUEGOS?
- ¿Has jugado a VIDEOJUEGOS para sentirte mejor cuando estás "de bajón" o cuando estás enfadado/a o nervioso/a?
- ¿Has puesto en peligro o perdido alguna amistad o relación importante o has dejado de lado los estudios por tu uso de VIDEOJUEGOS?

Uso adictivo de redes sociales



Un 12,1 % de las alumnas y un 4,7 % de los alumnos muestra un uso adictivo de las redes sociales usando los mismos criterios del DSM-5

SNDS9-SF

La Social Network Disorder Scale–Short-Form (SNDS9-SF) es una adaptación de la (IGDS9-SF) para valorar los síntomas de adicción a las redes sociales. basada en los 9 criterios básicos que definen la adicción a los videojuegos siguiendo los criterios que define el DSM-5. Los ítems de esta escala evalúan los síntomas y la prevalencia de este trastorno examinando las actividades en las redes sociales en línea que han ocurrido durante un período de 12 meses. Se considera uso adictivo la contestación afirmativa a 5 o más ítems

- ¿Estás frecuentemente pensando en conectarte a tus REDES SOCIALES, en que vas a contar o en que se estará contando?
- ¿Te sientes irritado/a, inquieto/a, o triste si no puedes conectarte a tus REDES SOCIALES?
- ¿Necesitas estar cada vez más tiempo conectado/a a tus REDES SOCIALES?
- ¿Has intentado pasar menos tiempo en tus REDES SOCIALES y no lo has conseguido?
- ¿Por conectarte a tus REDES SOCIALES has perdido interés por otras actividades que hacías antes?
- ¿Continúas conectándote mucho a tus REDES SOCIALES a pesar de saber que te están causando problemas?
- ¿Has engañado a tus familiares u otras personas sobre el tiempo que pasas conectado/a tus REDES SOCIALES?
- ¿Te conectas a tus REDES SOCIALES para sentirte mejor cuando estás "de bajón" o cuando estás enfadado/a o nervioso/a?
- ¿Has puesto en peligro o perdido alguna amistad o relación importante o has dejado de lado los estudios debido a tu uso de las REDES SOCIALES?

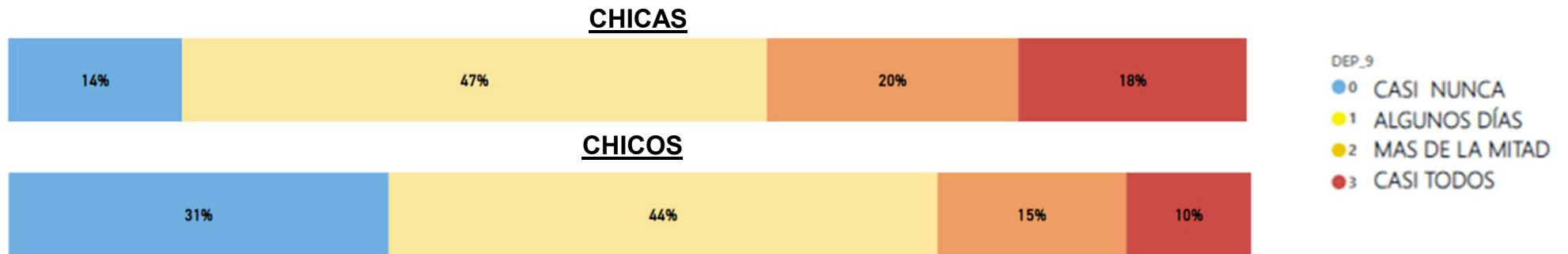
6.

TRASTORNOS EMOCIONALES

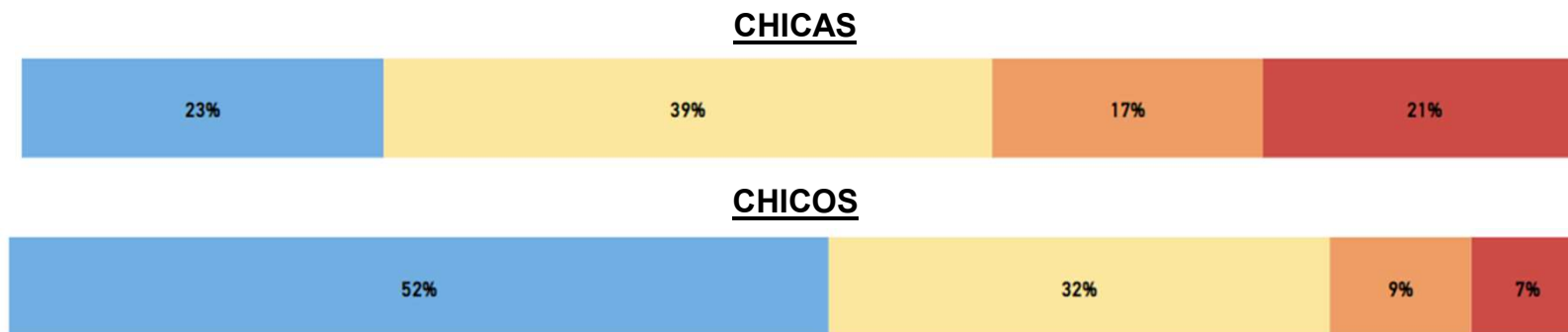
Cribado de depresión (PHQ 2)

¿En las últimas 2 semanas, ¿con qué frecuencia te han afectado los siguientes problemas?

1. Poco interés o alegría por hacer cosas

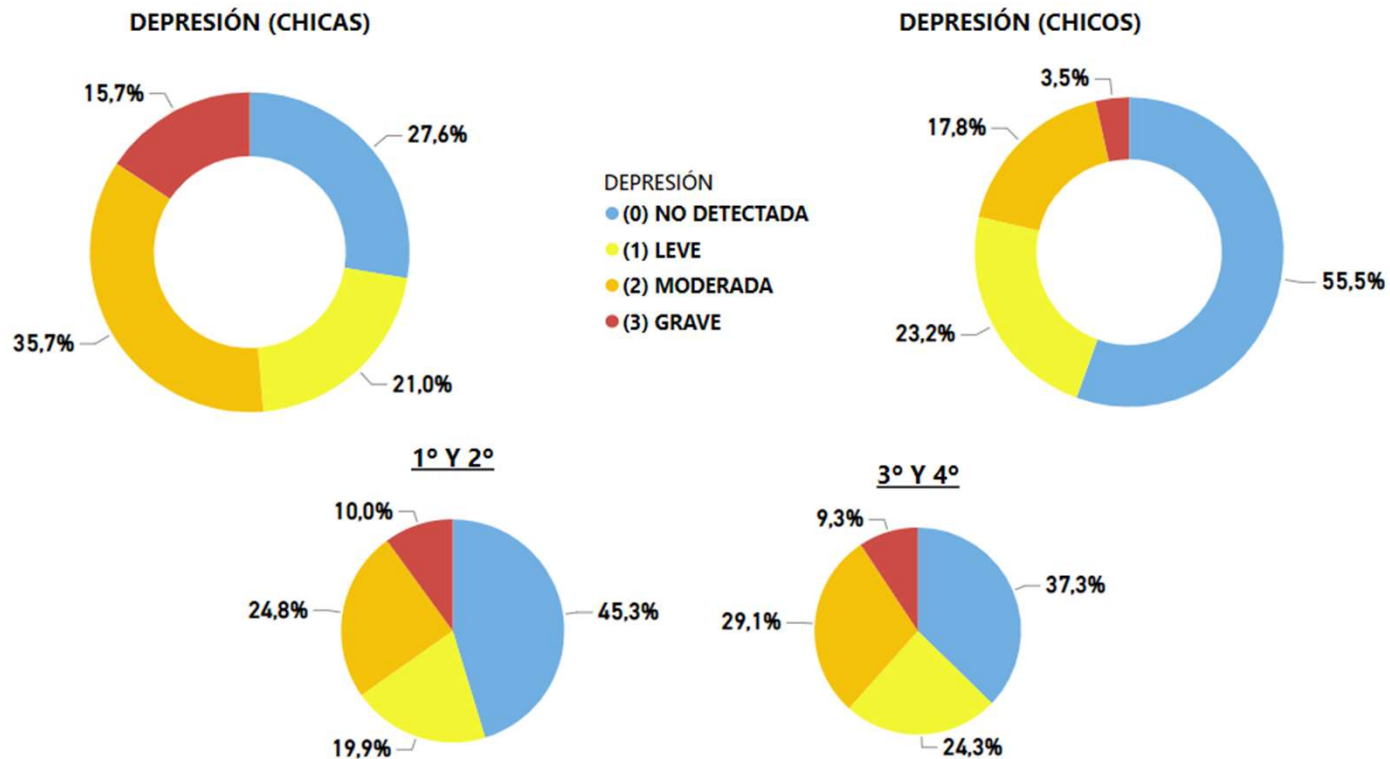


2. Sensación de estar decaído/a, deprimido/a o desesperanzado/a



Con el punto de corte de 2 puntos en PHQ-2, el 75 % de las chicas y el 50 % de los chicos precisaron realizar la prueba completa PHQ-9

Depresión



Escala de detección de la depresión (PHQ-9)

Consta de 9 ítems que evalúan la presencia de síntomas depresivos (correspondientes a los criterios DSM-IV) presentes en las últimas dos semanas.

Cada ítem tiene un índice de severidad correspondiente a:
 0 = "nunca", 1 = "algunos días",
 2 = "más de la mitad de los días" y
 3 = "casi todos los días".

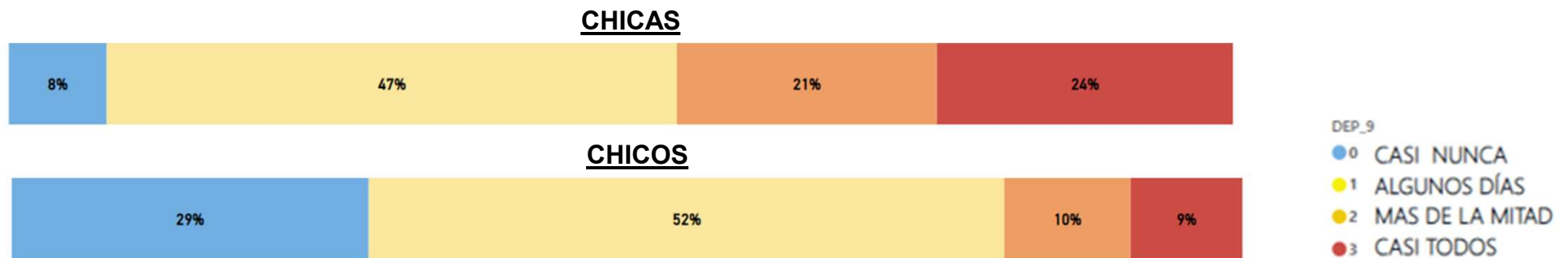
Las puntuaciones de 5, 10 y 20 representan puntos de corte para la depresión leve, moderada, y grave.

Un 15 % de las alumnas presentan síntomas de depresión grave. La mitad de las alumnas informa de síntomas de depresión moderada o grave. Solo el 3,5 % de los alumnos varones tiene riesgo de depresión grave. Los estudiantes de los cursos superiores presentan síntomas de depresión en una ligera mayor proporción

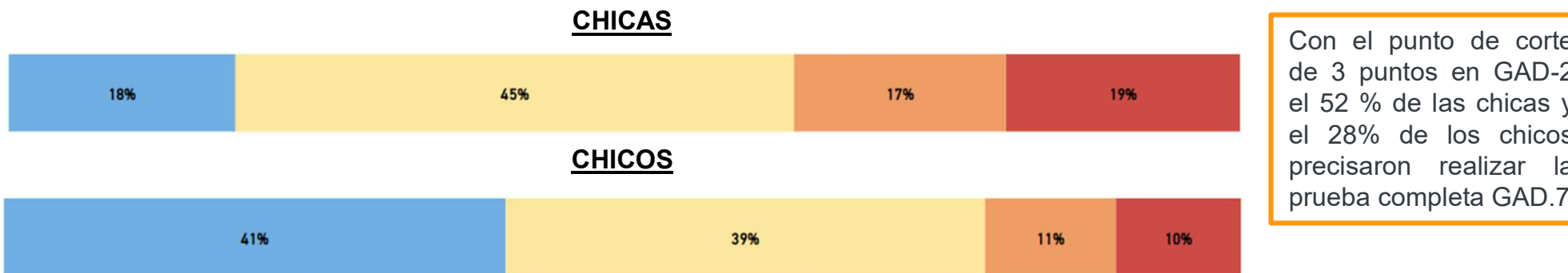
Cribado de ansiedad (GAD 2)

¿En las últimas 2 semanas, ¿con qué frecuencia te han afectado los siguientes problemas?

1. Sentirte nervioso/a, angustiado/a o muy tenso/a



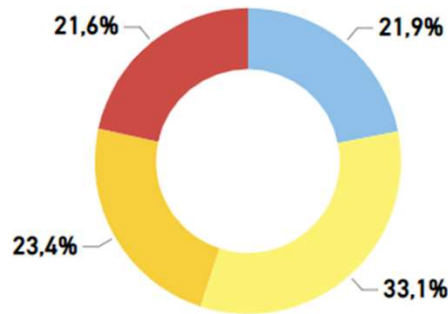
2. Ser incapaz de dejar de preocuparte o de controlar la preocupación



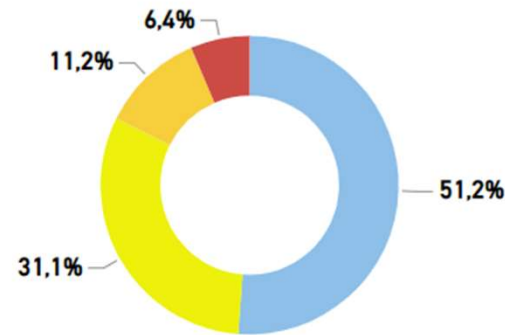
Con el punto de corte de 3 puntos en GAD-2 el 52 % de las chicas y el 28% de los chicos precisaron realizar la prueba completa GAD.7

Ansiedad

ANSIEDAD (CHICAS)

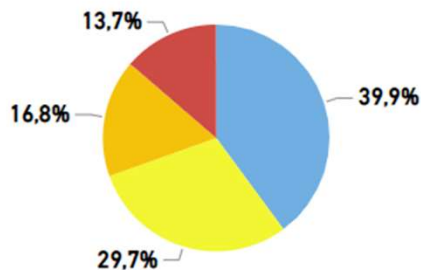


ANSIEDAD (CHICOS)

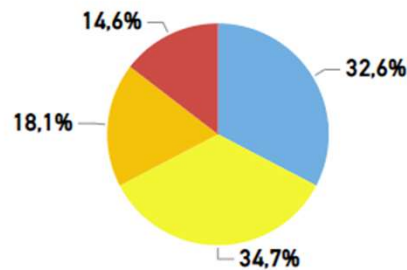


ANSIEDAD
 ● (0) NO DETECTADA
 ● (1) LEVE
 ● (2) MODERADA
 ● (3) GRAVE

1º- 2º ESO



3º-4º ESO



Escaleta de detección de la ansiedad generalizada (GAD-7)

La escaleta consta de 7 preguntas que reflejan los síntomas de la Ansiedad Generalizada recogidos en el DSM IV.

El puntaje total de GAD-7 se calcula por la suma de las respuestas que van desde 0 (nada) y 3 (casi todos los días).

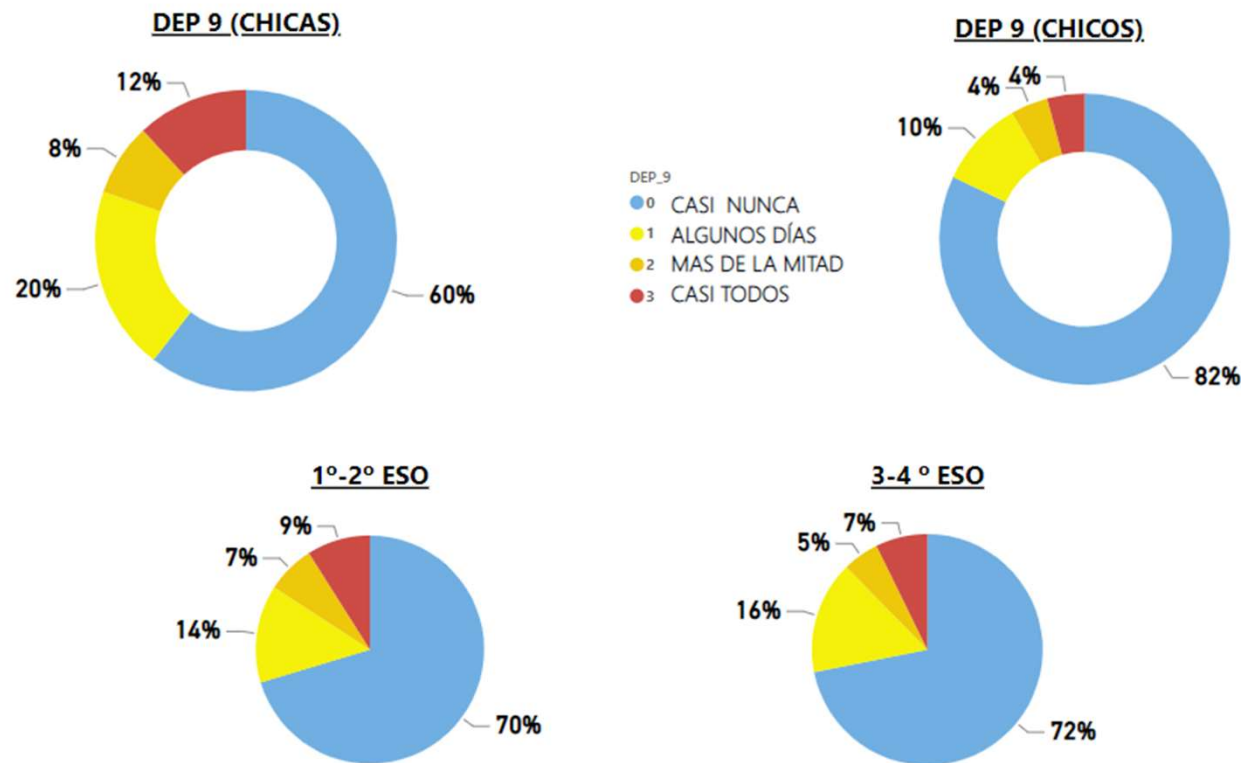
Según los autores, la puntuación total puede clasificarse en cuatro grupos de gravedad: mínima (0-4), leve (5-9), moderada (10-14) y grave (14-20).

Un 21 % de las alumnas presentan síntomas de **ansiedad grave**. Casi la mitad de las alumnas informa de síntomas de ansiedad moderada o grave. **Solo el 6,4 % de los alumnos tiene riesgo de ansiedad grave.**

Los estudiantes de los **cursos superiores** presentan síntomas de ansiedad en una **ligera mayor proporción**

Ideación autolítica

DEP9 ¿Con que frecuencia has tenido pensamientos de que estarías mejor muerto/a o de querer hacerte daño de algún modo?



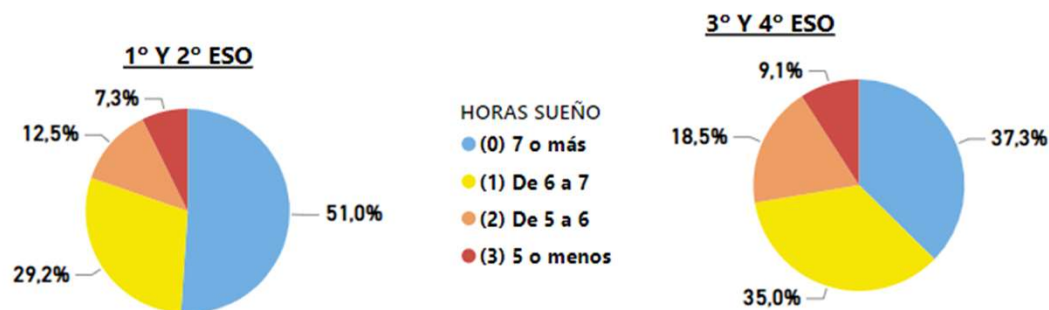
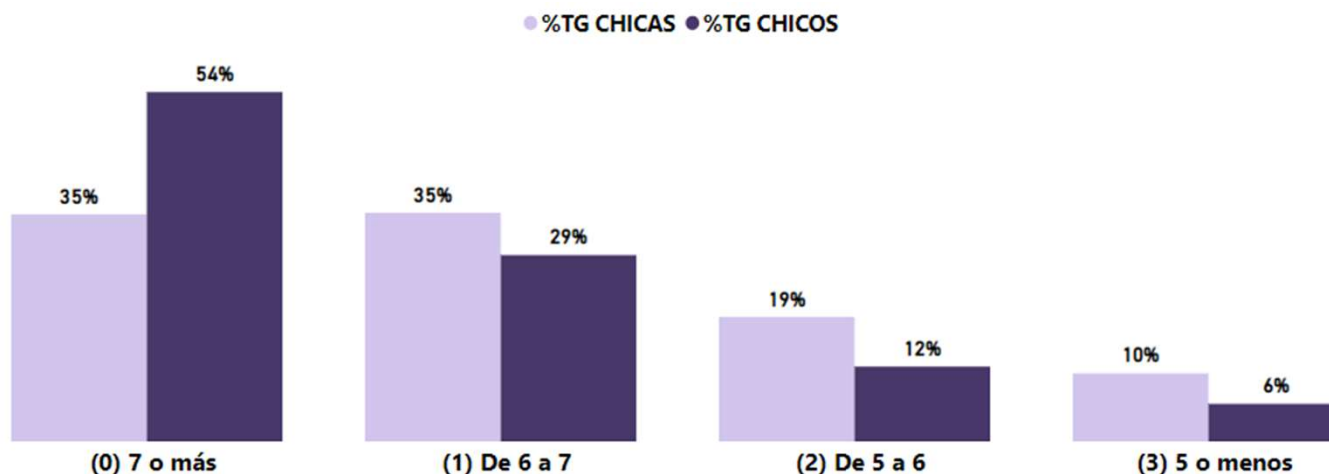
El ítem 9 de la escala PHQ-9 valora la frecuencia con la que se tienen pensamientos relacionados con la autolisis.

El 12 % de las alumnas los sufren casi todos los días y una de cada cinco chicas los padecen mas de la mitad de los días.

En el caso de los chicos solo el 8 % los tiene mas de la mitad de los días. Un 4 % casi a diario.

La frecuencia de estos pensamientos es ligeramente mayor en los cursos inferiores

Horas de sueño

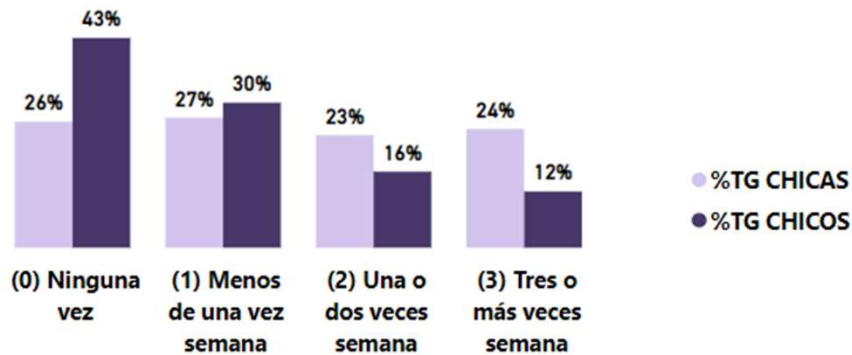


Aproximadamente **la mitad de los chicos** están durmiendo **siete** horas o más. En el caso de **las alumnas** sólo un **tercio** duermen siete horas y casi otro **tercio** de las chicas (29%) y una quinta parte de los chicos duermen menos de seis. Un 10% de las alumnas duermen menos de 5 horas de media diaria. Un 6% de los también.

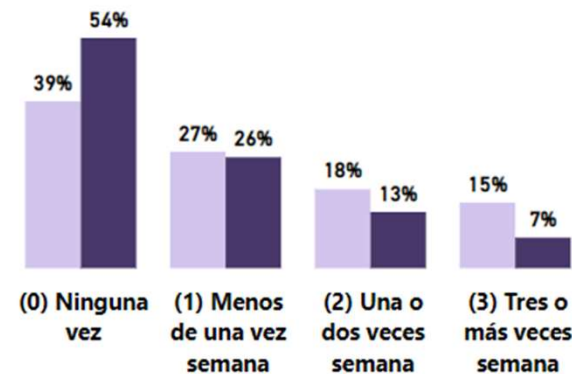
Solo un **37 %** de **estudiantes de los cursos superiores** informa dormir **al menos siete** horas diarias, **bastantes menos** de los que lo informan en los **cursos inferiores (51%)**

Calidad del sueño

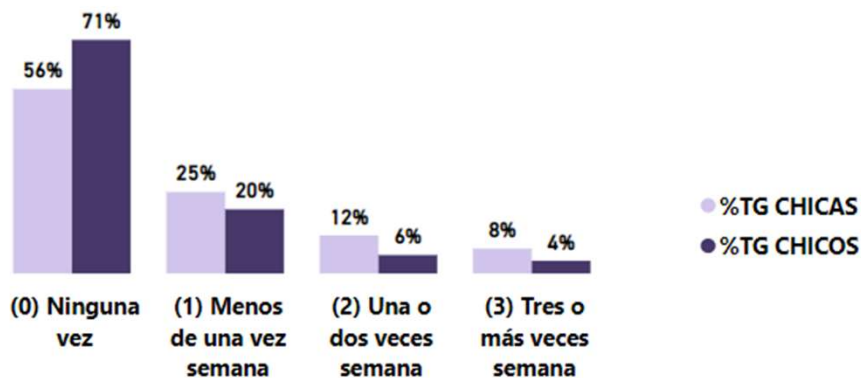
LE CUESTA DORMIRSE



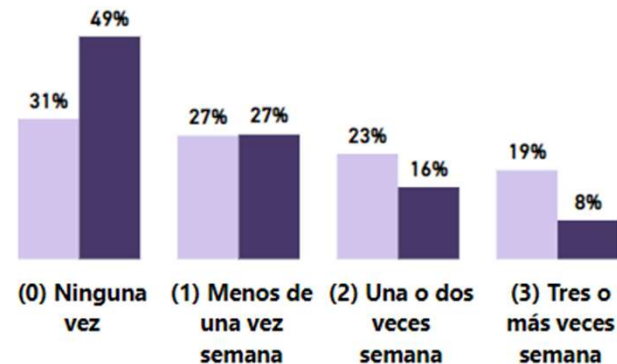
SE DESPIERTA POR LA NOCHE



TIENE PESADILLAS



SE DUERME EN EL COLEGIO



En general las chicas presentan mas síntomas relacionados con una peor calidad del sueño.

En el peor de los casos, el de tres o mas veces por semana todos los problemas estudiados son el doble de frecuentes entre las alumnas que entre los alumnos.

Un 19 % de las chicas y un 8 % de los chicos tienen problemas en el colegio casi todos los días. por no haber descansado bien

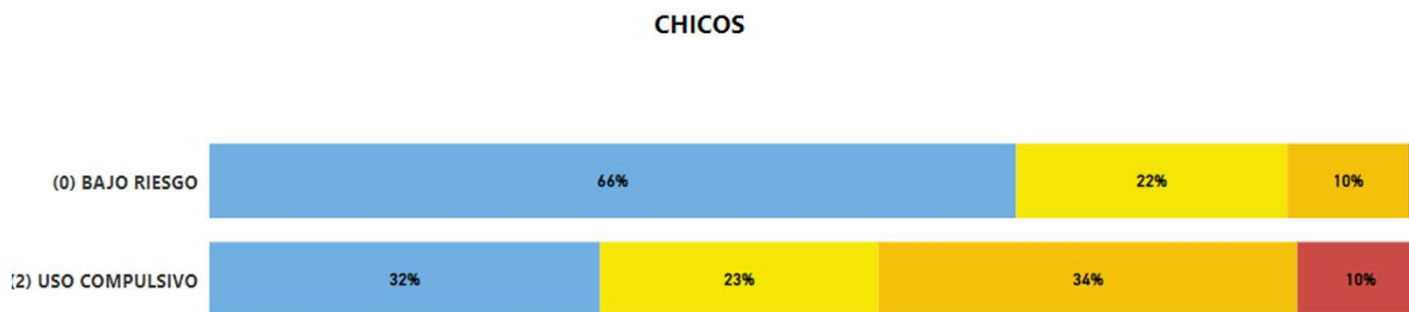
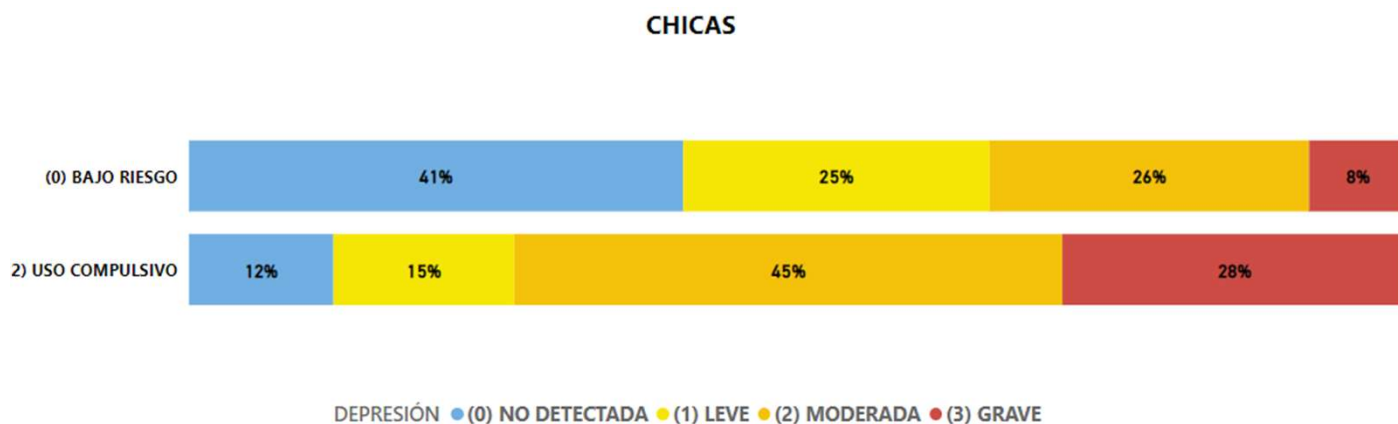
6.

COMORBILIDAD

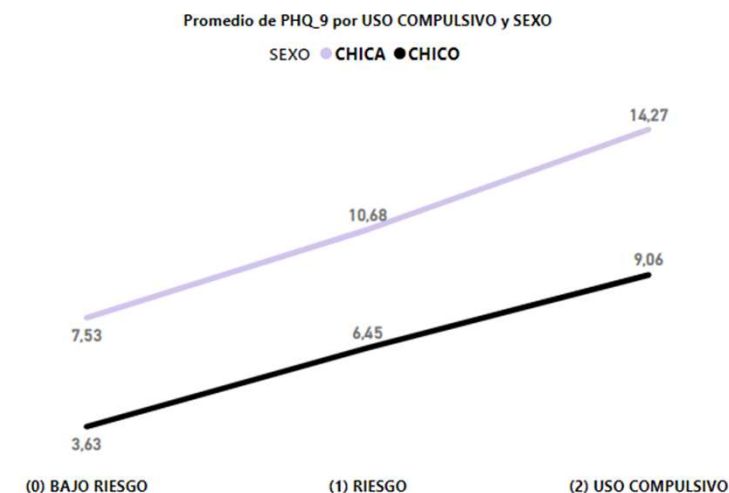
6.1

USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y DEPRESIÓN

Uso compulsivo y depresión



La incidencia de **depresión grave** es el triple entre las chicas con uso compulsivo y se **multiplica por cinco** entre chicos respecto a los compañeros con un uso de bajo riesgo de Internet . La gran mayoría de las chicas (74 %) con uso compulsivo tiene síntomas de **depresión moderada o grave**. La mitad de alumnos varones (45%) con dicho uso problemático también



ANOVA - PHQ_9 Grupo total

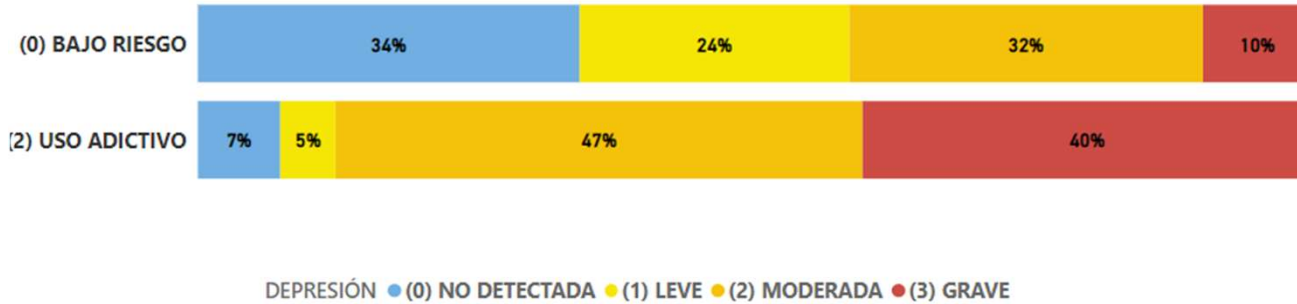
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
USO COMPULSIVO	36193.320	2	18096.660	394.674	<.001	0.166

Las diferencias en la puntuación de depresión según el grado de uso compulsivo son **significativas** y tienen un **efecto alto** entre los estudiantes de **ambos géneros**

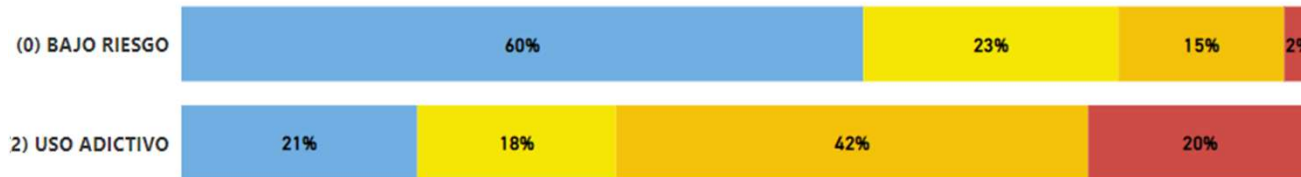
r SCIUS / PHQ9 es 0,44 para las chicas y 0,42 para los chicos

Uso de redes sociales y depresión

CHICAS



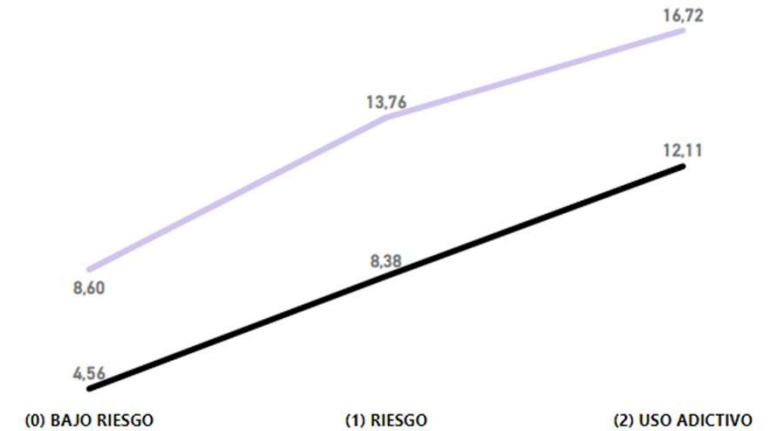
CHICOS



Las alumnas con uso adictivo de las redes sociales presentan síntomas depresivos graves en una proporción de cuatro veces más. La gran mayoría (87%) de las que usan de forma adictiva las redes sociales presenta síntomas de depresión moderada o grave. Entre los alumnos con este tipo de uso también son mayoría (62%) los que refieren síntomas de depresión y uno de cada cinco refiere síntomas de depresión grave

Promedio de PHQ_9 por ADICION REDES (B) y SEXO

SEXO ● CHICA ● CHICO



ANOVA - PHQ_9 Chicas

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ADICCIÓN REDES	17829.496	2	8914.748	173.501	< .001	0.147

ANOVA - PHQ_9 Chicos

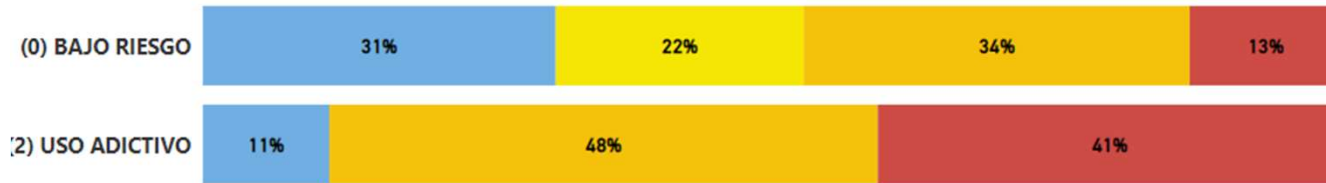
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ADICCIÓN REDES (B)	6777.090	2	3388.545	103.043	< .001	0.096

Las diferencias en la puntuación de depresión según el grado de uso de redes sociales son **significativas** con un **efecto alto** entre las chicas y medio entre los chicos

r SNDS9.SF / PHQ9 es 0,42 para las chicas y 0,33 para los chicos

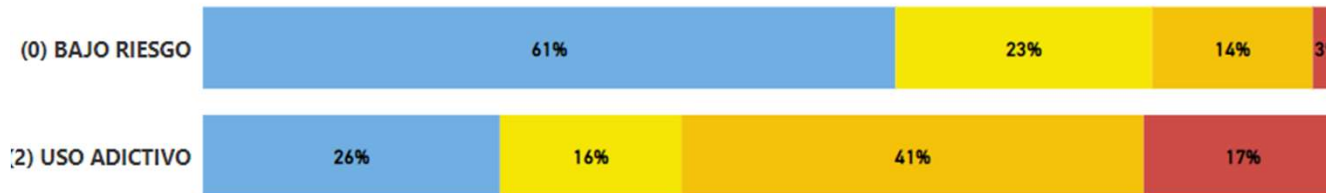
Uso de videojuegos y depresión

CHICAS

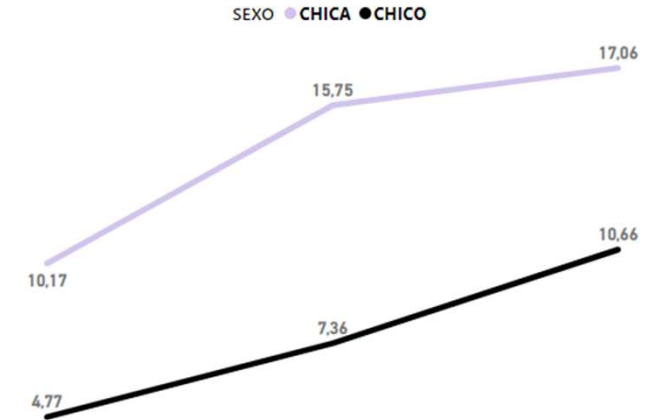


DEPRESIÓN ● (0) NO DETECTADA ● (1) LEVE ● (2) MODERADA ● (3) GRAVE

CHICOS



Promedio de PHQ_9 por ADICION VIDEOJUEGOS (B) y SEXO



ANOVA - PHQ_9 Chicas

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ADICION VIDEOJUEGOS	2317.833	2	1158.916	19.606	< .001	0.019

ANOVA - PHQ_9 Chicos

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ADICION VIDEOJUEGOS (B)	3936.816	2	1968.408	57.313	< .001	0.056

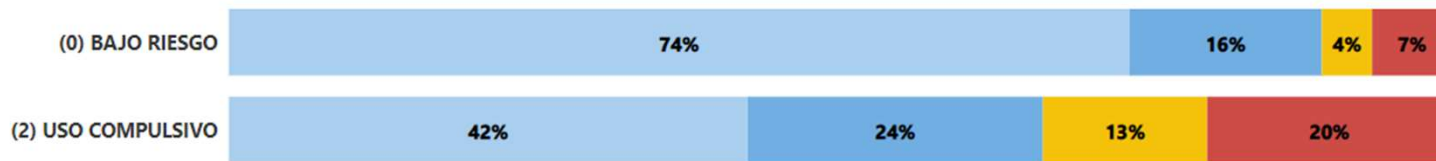
Las diferencias en la puntuación de depresión según el grado de uso de videojuegos tienen un efecto bajo entre las chicas y medio entre los chicos

r PHQ9 / IGDS9-SF es 0,16 para las chicas y 0,23 para los chicos

Las alumnas que muestran uso adictivo de los videojuegos presentan síntomas depresivos en una proporción tres veces mayor que las que refieren un uso de bajo riesgo de los mismos. En el caso de los alumnos con este tipo de uso también son mayoría los que refieren síntomas de depresión y la proporción de los que presenta depresión grave es casi seis veces mayor que la de sus compañeros

Uso compulsivo e ideación autolítica

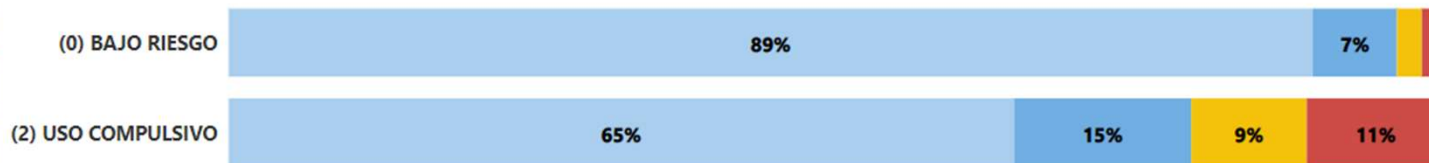
CHICAS



DEP_9 ● 0 ● 1 ● 2 ● 3

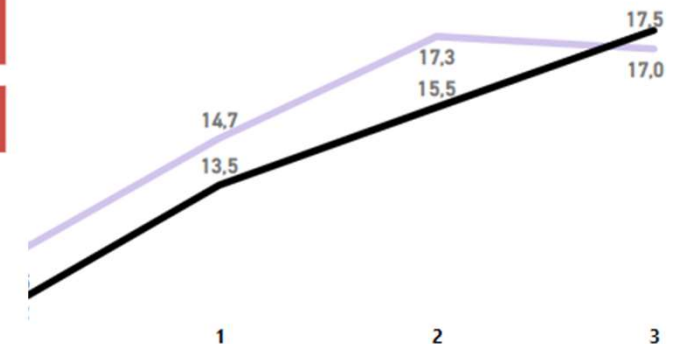
¿Con que frecuencia has tenido pensamientos de que estarías mejor muerto/a o de querer hacerte daño de algún modo?
Nunca /Algunos días/Más de la mitad de los días/ Casi todos los días

CHICOS



Promedio de SCIUS por DEP_9 y SEXO

SEXO ● CHICA ● CHICO



ANOVA - SCIUS Grupo total

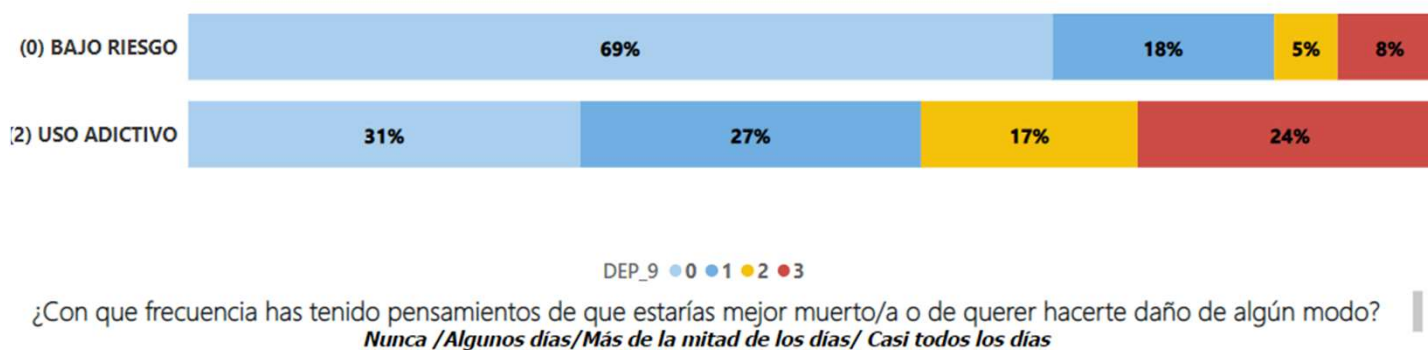
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
DEP_9	20992.979	3	6997.660	178.284	<.001	0.119

Uno de cada cinco alumnas que presentan uso compulsivo tienen pensamientos de autolisis casi todos los días, el triple de las que usan internet de una manera menos problemática. Entre los alumnos que presentan uso compulsivo los refieren cinco veces mas que los que no tienen uso problemático de internet

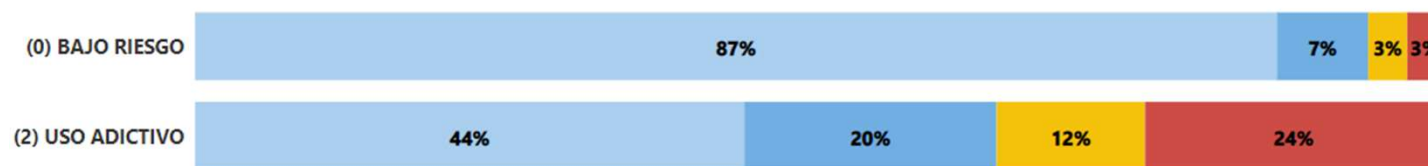
Las diferencias en la frecuencia de ideas autolíticas según el grado de uso compulsivo tienen un efecto medio/alto entre los alumnos de ambos géneros

Uso de redes sociales e ideación autolítica

CHICAS

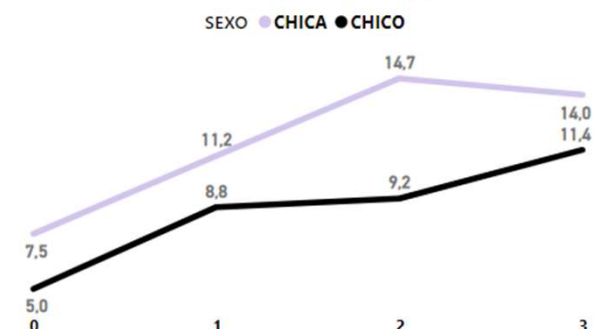


CHICOS



Una de cada cuatro alumnas que presentan uso adictivo de las redes sociales tienen pensamientos de autolisis casi todos los días, el triple de las que usan internet de una manera menos problemática. En el caso de los alumnos los refieren ocho veces mas que los que no tienen uso problemático de las redes sociales

Promedio de ADRS_TOTAL por DEP_9 y SEXO



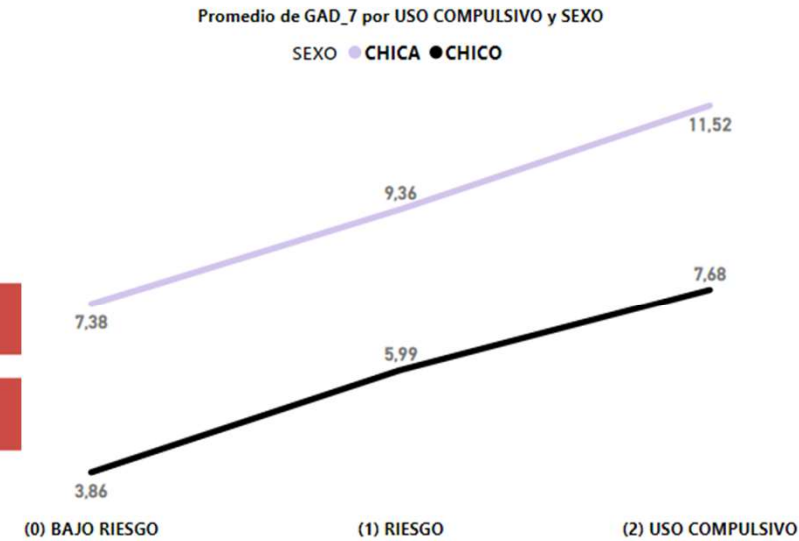
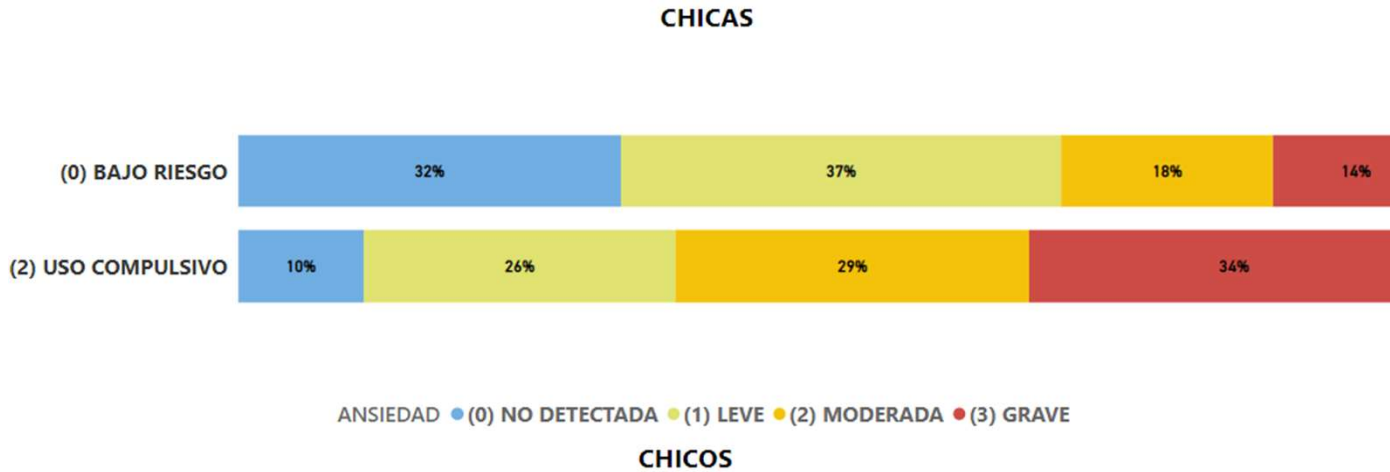
ANOVA - ADRS_TOTAL Grupo total						
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
DEP_9	27940.433	3	9313.478	155.809	<.001	0.106

Las diferencias en la frecuencia de ideas autolíticas según el grado de uso adictivo de redes sociales tienen un efecto medio/alto entre los alumnos de ambos géneros

6.2

USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y ANSIEDAD

Uso compulsivo y ansiedad



ANOVA - GAD_7 Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
USO COMPULSIVO	16295.189	2	8147.594	273.610	< .001	0,122

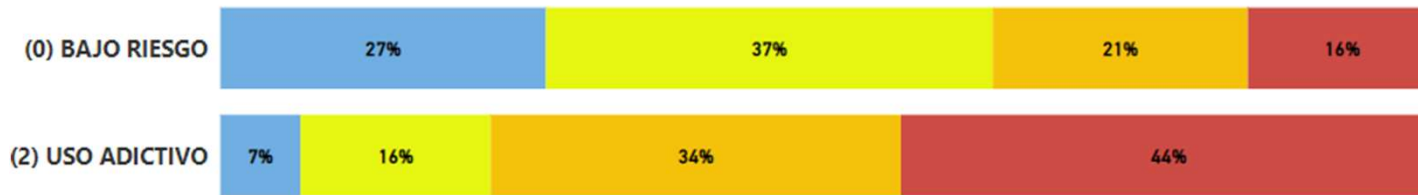
Las diferencias en la puntuación de ansiedad según el grado de uso compulsivo son significativas y tienen un efecto medio entre los estudiantes de ambos géneros

La proporción de alumnas con síntomas de ansiedad grave es más del doble entre las chicas con uso compulsivo y se multiplica por cinco entre chicos respecto a los compañeros con un uso de bajo riesgo. La mayoría de las chicas (63%) con uso compulsivo tiene síntomas de ansiedad moderada o grave. Un tercio de alumnos varones (36%) con dicho uso problemático también

r GAD 7 / SCIUS es 0,38 para las chicas y 0,36 para los chicos

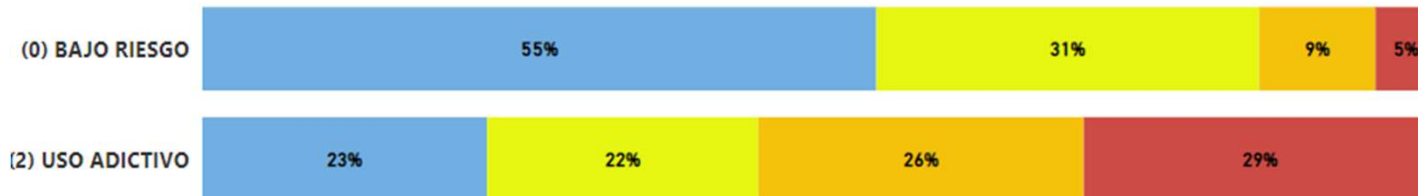
Uso de redes sociales y ansiedad

CHICAS



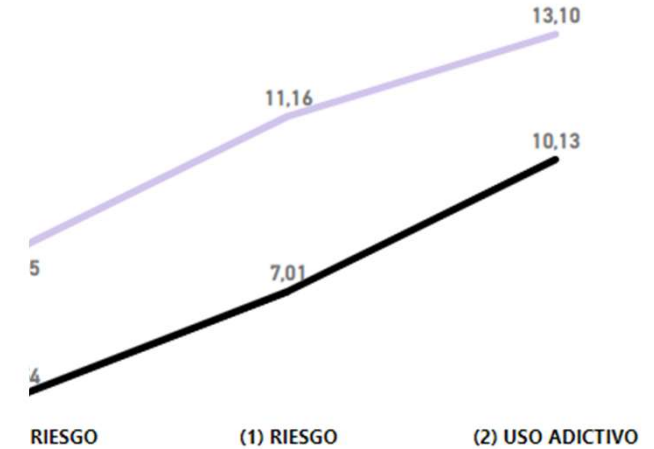
ANSIEDAD ● (0) NO DETECTADA ● (1) LEVE ● (2) MODERADA ● (3) GRAVE

CHICOS



Promedio de GAD_7 por ADDICION REDES (B) y SEXO

SEXO ● CHICA ● CHICO



ANOVA - GAD_7 Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ADDICION REDES	14811.456	2	7405.728	245.602	<.001	0.110

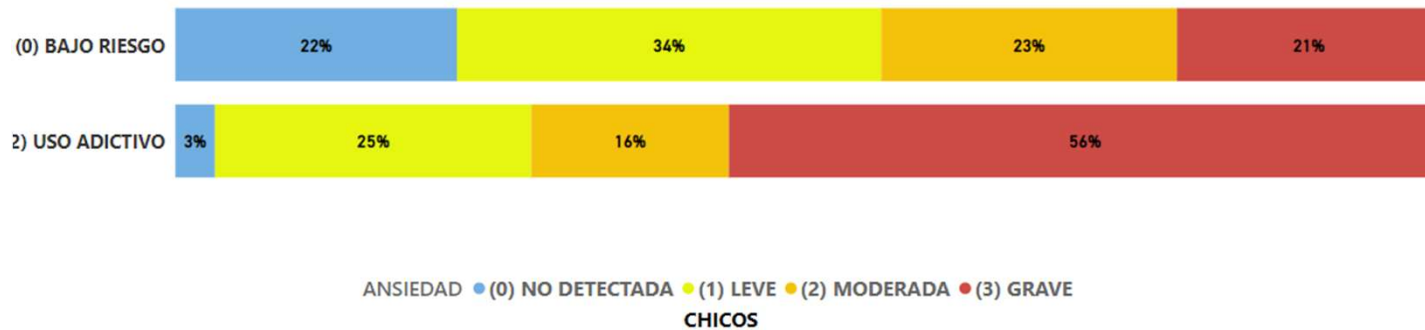
Las diferencias en la puntuación de ansiedad según el grado de uso de redes sociales son significativas y tienen un efecto medio entre los estudiantes de ambos géneros

Las alumnas con uso adictivo de las redes sociales presentan síntomas de ansiedad grave en una proporción de más del triple que las que refieren un uso de bajo riesgo de estas redes. La gran mayoría (78 %) de las que usan de forma adictiva las redes sociales presenta síntomas de ansiedad moderada o grave. En el caso de los alumnos con este tipo de uso también son mayoría los que refieren síntomas de ansiedad

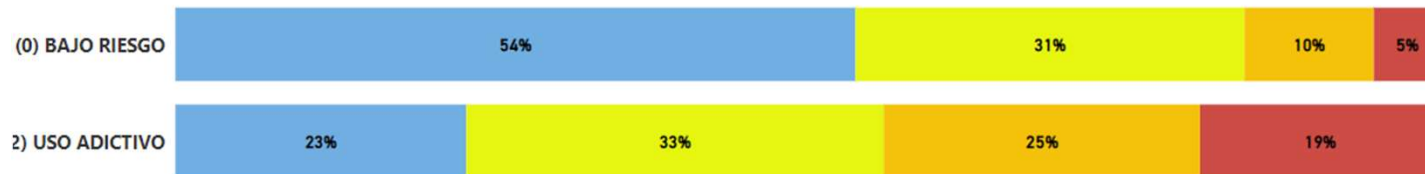
r SNDS9.SF / GAD 7 es 0,35 para las chicas y 0,28 para los chicos

Uso de videojuegos y ansiedad

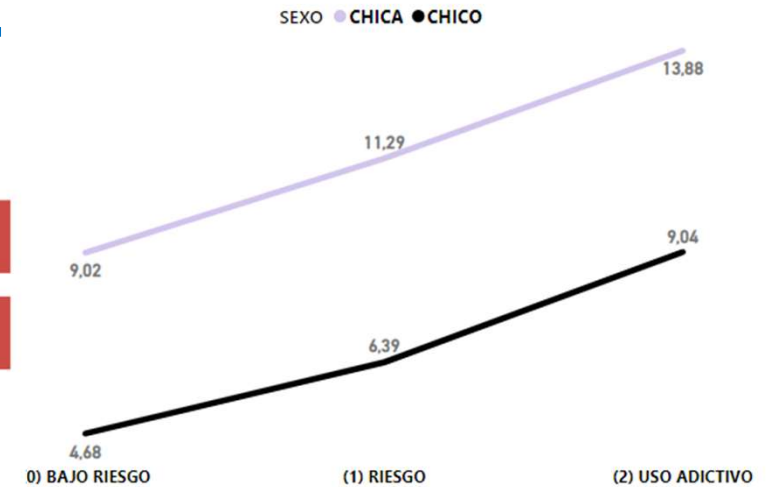
CHICAS



CHICOS



Promedio de GAD_7 por ADDICION VIDEOJUEGOS (B) y SEXO



ANOVA - GAD_7 Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
ADDICION VIDEOJUEGOS	1324.961	2	662.480	19.738	<.001	0.010

Las diferencias en la puntuación de ansiedad según el grado de uso de videojuegos son significativas pero tienen un **efecto bajo** entre los estudiantes de ambos géneros

Las alumnas que muestran uso adictivo de los videojuegos presentan síntomas de ansiedad grave en una proporción más del doble. La mayoría (72%) de las que usan de forma adictiva los videojuegos presenta síntomas de ansiedad moderada o grave. En el caso de los alumnos con este tipo de uso, son un 44 % los que refieren síntomas de ansiedad y la proporción de los que presenta ansiedad grave es cuatro veces mayor

r GAD7 / IGDS9-SF es 0,12 para las chicas y 0,18 para los chicos

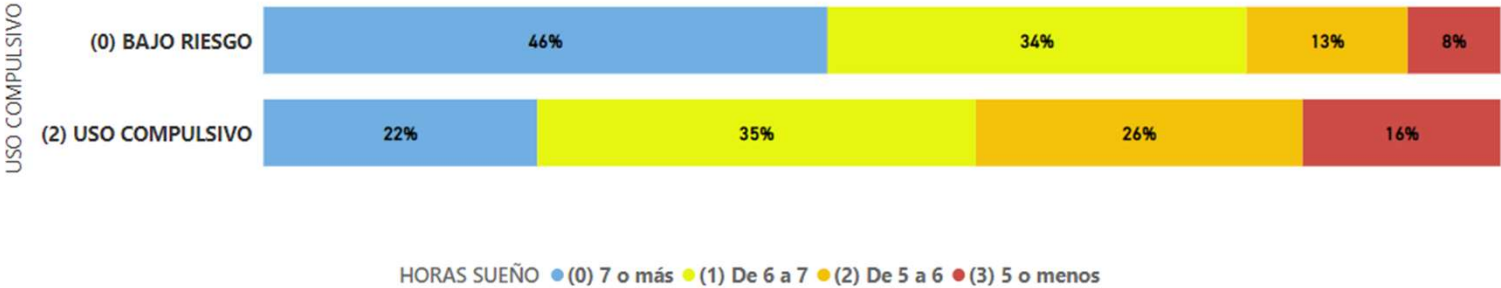
6.3

USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y PROBLEMAS DE SUEÑO

Uso compulsivo y duración del sueño

Horas de sueño

CHICAS



CHICOS



ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
HORAS SUEÑO	18957.314	3	6319.105	158.912	<.001	0.108

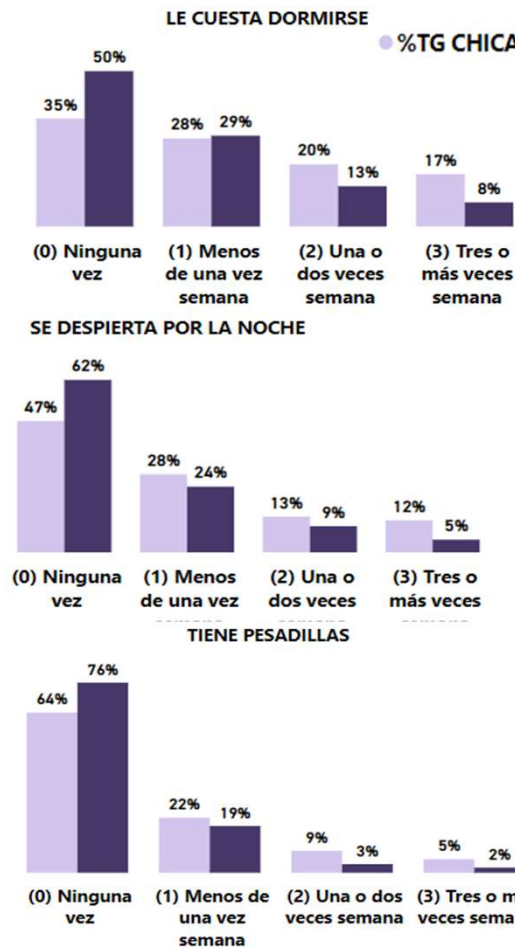
Un 42 % de las chicas con uso compulsivo duerme menos de 6 horas de media al día.

Una de cada seis duerme menos de cinco. Un tercio de los chicos con este uso problemático duerme menos de seis y un 13% menos de cinco

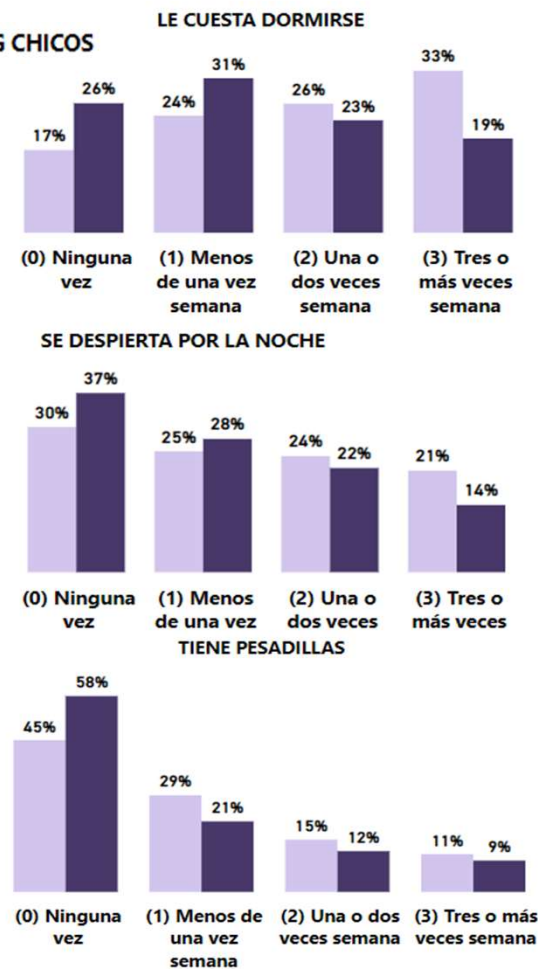
La relación de estos problemas de descanso con el grado de uso problemático es significativa y tiene un efecto medio alto

Uso compulsivo y problemas de sueño

BAJO RIESGO



USO COMPULSIVO



El uso compulsivo está asociado significativamente con todos los problemas de sueño estudiados con un efecto medio para ambos géneros

ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
NO DORMIR	17135.988	3	5711.996	141.999	< .001	0.097

ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
DESPERTARSE	15004.285	3	5001.428	122.690	< .001	0.085

ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
PESADILLAS	12574.319	3	4191.440	101.293	< .001	0.071

Uso compulsivo y atención

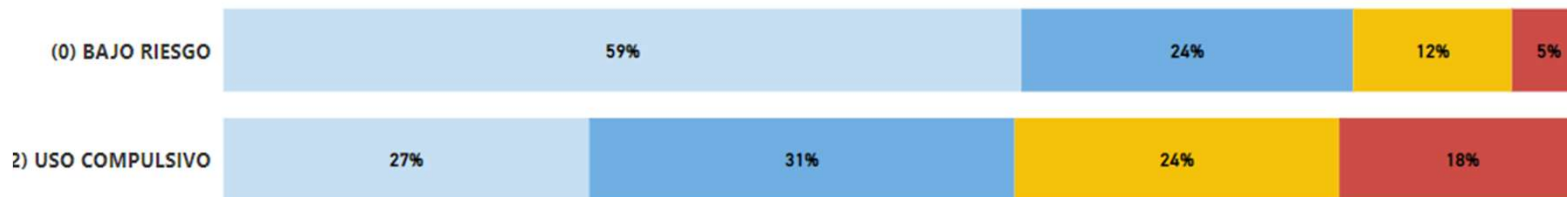
¿Has tenido problemas para mantenerte despierta/o mientras estabas en el colegio, haciendo deberes o hablando con amigos?

CHICAS



DORMIDO COLEGIO ● (0) Ninguna vez ● (1) Menos de una vez semana ● (2) Una o dos veces semana ● (3) Tres o más veces semana

CHICOS



ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
DORMIDO COLEGIO	28411.506	3	9470.502	253.399	< .001	0.161

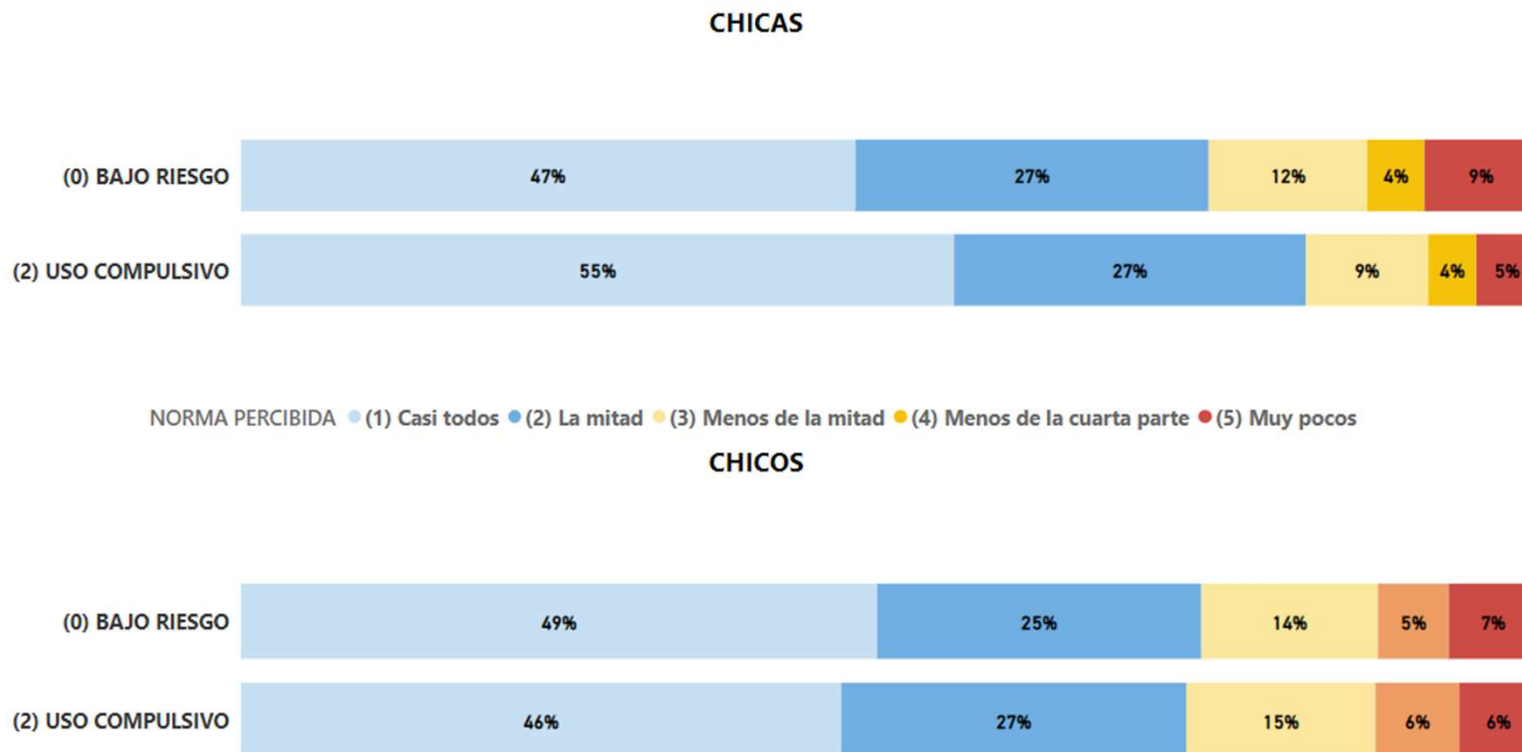
La mayoría de las chicas con uso compulsivo reconocen **dificultades para mantenerse despiertas** y desarrollar sus actividades cotidianas **uno o varios días** por semana y **un tercio de éstas casi todos los días**. A **cerca de la mitad de los chicos** con este uso problemático **les ocurre lo mismo**.

La relación de estos problemas con el grado de uso problemático es **significativa** y tiene un **efecto elevado**.

7. MOTIVACIÓN PARA EL CAMBIO

Norma percibida

Piensas que tu uso de internet en cuanto al tiempo que le dedicas y los posibles problemas que pueda producirte es similar a:



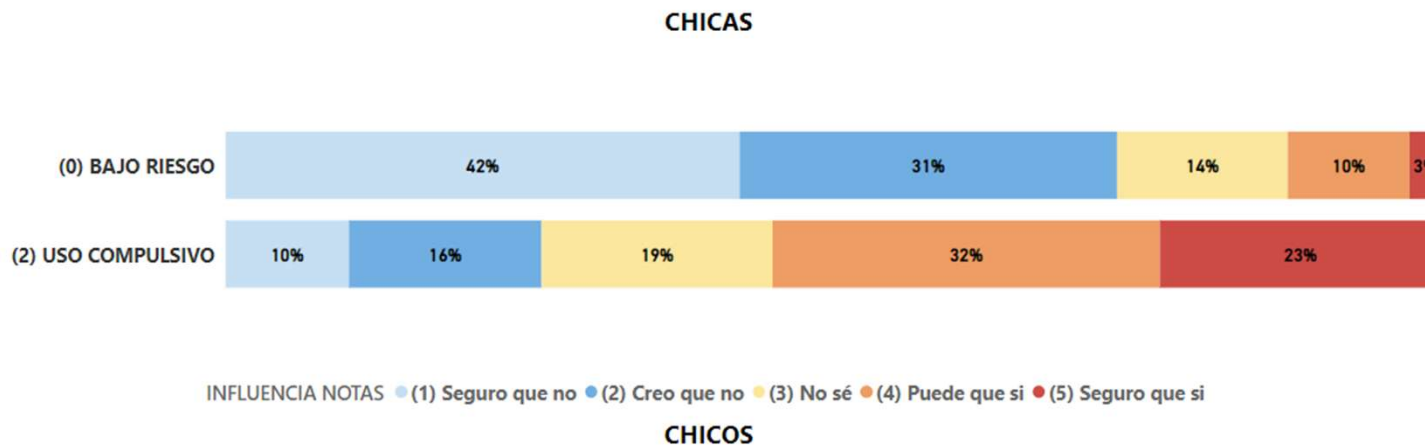
La gran mayoría de los participantes cree que su forma de usar internet es la norma entre los estudiantes de su edad.

Los estudiantes con uso compulsivo piensan lo mismo a pesar de mostrar un patrón de uso problemático y minoritario.

Incrementar la conciencia de que una conducta no es normativa entre su grupo de referencia puede ser un importante factor para motivar el cambio de comportamiento de los alumnos y alumnas

Influencia en Notas

¿Puede haber influido en tus notas, tu uso de internet?



Los **estudiantes** que refieren síntomas de un **uso compulsivo** son conscientes de que dicho uso está influyéndoles en su rendimiento académico.

La mayoría de las alumnas con uso problemático y casi el mismo porcentaje de alumnos reconocen que **su uso de internet, puede que, o seguro que si, les está influyendo en las notas** que están obteniendo actualmente.

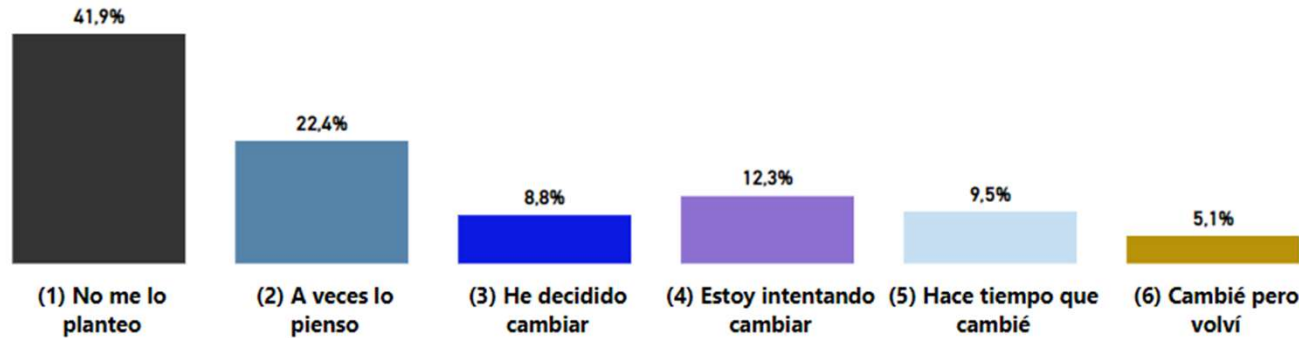
Las diferencias en el grado de uso compulsivo para los estudiantes que **creen que internet les influye en sus notas es significativa con un efecto alto**

ANOVA - SCIUS Grupo total

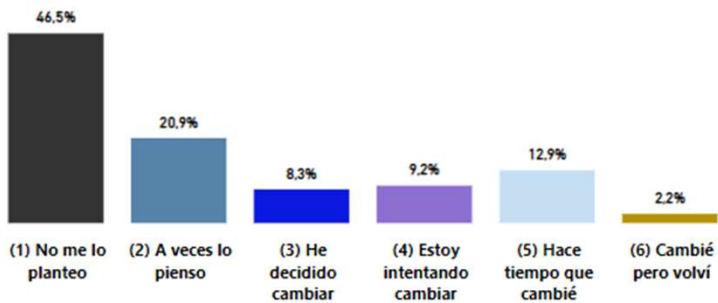
Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
INFLUENCIA NOTAS	40397.465	4	10099.366	294.003	< .001	0.229

Estadio del cambio

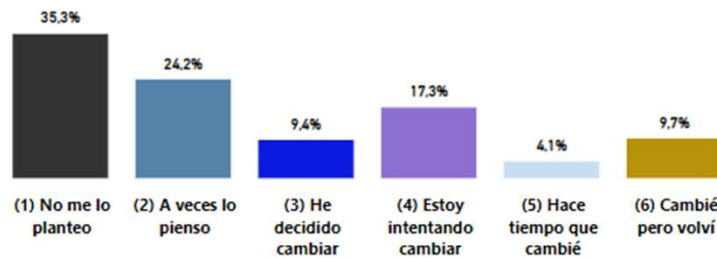
GLOBAL



BAJO RIESGO



USO COMPULSIVO



ANOVA - SCIUS Grupo total

Casos	Suma de Cuadrados	gl	Cuadrado Medio	F	p	η^2
MOTIVACIÓN CAMBIO	13054.721	5	2610.944	63.252	< .001	0.074

Menos de la mitad de los estudiantes se encuentran en Precontemplación.

La mayoría se plantean cambiar su uso de internet e incluso uno de cada cuatro han hecho intentos de cambio con mas o menos éxito

Los estudiantes que refieren uso compulsivo se muestran algo mas motivados hacia el cambio, aunque reconocen mayores dificultades para mantenerlo y una mayor incidencia de recaídas en los patrones de uso previos

Las diferencias en motivación para los estudiantes con uso compulsivo respecto a los de menor riesgo son significativas y de efecto medio.

8.

CONCLUSIONES

1

La conexión a la red forma parte de la vida cotidiana de los adolescentes de la provincia de Málaga que hacen un uso generalizado de Internet, las redes sociales, los videojuegos y otras aplicaciones. En muchos casos se implican de forma intensiva, lo que frecuentemente produce una interferencia grave en el día a día y en su desarrollo personal.

- La gran mayoría de los estudiantes de la E.S.O. (70-80%) se conectan diariamente o casi todos los días a internet. Un 16% de las alumnas y un 14 % de los alumnos se conectan mas de 8 horas al día. Tanto la frecuencia como la duración de la conexión a internet se incrementa ligeramente en los cursos superiores
- La gran mayoría de los estudiantes se conectan diariamente o casi diariamente a sus redes sociales. La proporción de alumnas que lo hace es algo mayor que la de los alumnos (un 79 % y un 67% respectivamante). Un 15,5 % de las alumnas y un 10,6 % de los alumnos estan conectados a sus redes sociales mas de 8 horas al día. La frecuencia de la conexión a las redes sociales se incrementa claramente en los cursos superiores.
- La mayoría de los estudiantes varones (un 73 %) usan videojuegos varios días a la semana. Cerca de un tercio lo hace todos o casi todos los días. La proporción de alumnas que usa videojuegos es mucho menor. Un 20,5 % los usa semanalmente o mas frecuentemente y solo un 5,5 % diariamente o casi Entre los estudiantes que usan videojuegos, un 16% de los chicos lo hace mas de 8 horas al día.
- Un tercio de los chicos visita páginas pornográficas varios días a la semana y un 14 % de ellos lo hace diariamente o casi. Únicamente un 5 % de las chicas lo hace semanalmente y un 2 % diariamente. En los cursos superiores se duplica la frecuencia de las visitas habituales a este tipo de páginas.
- Un 11% de los alumnos y un 5 % de las alumnas han realizado apuestas online en el último año. Un 6 % de los chicos y un 3% de las chicas lo realizan con una frecuencia mensual o semanal.

2.

Aproximadamente un tercio del alumnado de la E.S.O. muestra un uso problemático de internet conectándose a la red de forma compulsiva o adictiva refiriendo consecuencias perjudiciales en su bienestar personal, sus relaciones familiares y su rendimiento académico.

- Un 28,6% de los estudiantes de ambos géneros utilizan internet de forma compulsiva. La proporción de alumnas que refiere uso compulsivo (34,8%) es claramente superior a la de alumnos con este mismo patrón de uso problemático (22,2%).
- Un 5% de los alumnos y un 1,6% de las alumnas muestra suficientes criterios de uso adictivo de los videojuegos según DSM-5.
- Un 12,1 % de las alumnas y un 4,7 % de los alumnos muestra un uso adictivo de las redes sociales usando los mismos criterios del DSM-5 para la adicción a los videojuegos
- Una de cada cuatro alumnas se conecta a internet después de la media noche todos o casi todos los días,. Un 17 % de los chicos hace lo mismo. En los cursos superiores aumenta el número de estudiantes que tiene este comportamiento.
- La frecuencia de la conexión a media noche está relacionada significativamente a un mayor uso compulsivo en ambos géneros con un tamaño de efecto alto.
- Obtener notas malas o muy malas está relacionado significativamente en ambos géneros a un mayor uso compulsivo de internet con un elevado efecto para las chicas y un efecto medio para los chicos

3

La mitad de las alumnas y la quinta parte de los alumnos muestran síntomas de ansiedad y depresión moderada o grave. Un tercio de ellas y uno de cada cinco de ellos duerme menos de seis horas al día y tiene problemas para iniciar o mantener el sueño.

- Un 15 % de las alumnas presentan síntomas de depresión grave. Solo el 3,5 % de los alumnos varones tiene riesgo de depresión grave. Los estudiantes de los cursos superiores presentan síntomas de depresión en una ligera mayor proporción que los de cursos inferiores.
- El 12 % de las alumnas sufren casi todos los días pensamientos autolíticos y una de cada cinco los padecen más de la mitad de los días. En el caso de los chicos solo el 8 % los tiene más de la mitad de los días y un 4 % casi a diario. La frecuencia de estos pensamientos es ligeramente mayor en los cursos inferiores.
- Un 21 % de las alumnas presentan síntomas de ansiedad grave. Solo el 6,4 % de los alumnos varones muestra riesgo de ansiedad grave. Los estudiantes de los cursos superiores presentan síntomas de ansiedad en una ligera mayor proporción que los de cursos inferiores.
- Un 10% de las alumnas duermen menos de 5 horas al día. Un 6% de los alumnos también. Solo un 37 % de estudiantes de los cursos superiores informa dormir al menos siete horas diarias, reduciéndose importantemente la proporción de los que lo informan en los cursos inferiores (51%)

4.

El uso compulsivo de internet se encuentra fuertemente asociado a síntomas de depresión y a una mayor frecuencia de ideación autolítica

- La proporción de alumnas con síntomas de depresión grave es el triple entre las chicas y el quintuple entre los chicos con un uso compulsivo respecto a las compañeras y los compañeros con un uso de bajo riesgo de Internet .
- La gran mayoría de las chicas (74%) con uso compulsivo tiene síntomas de depresión moderada o grave. Casi la mitad de alumnos varones (el 45%) con dicho uso problemático también,
- Las diferencias en la puntuación de depresión según el grado de uso compulsivo son significativas, mostrando un elevado efecto entre los estudiantes de ambos géneros
- Una de cada cinco alumnas que presentan uso compulsivo tienen pensamientos de autolisis casi todos los días, el triple de las que usan internet de una manera menos problemática.
- En el caso de los alumnos aquellos que presentan uso compulsivo los refieren cinco veces más que los que no tienen uso problemático de internet.
- Las diferencias en la frecuencia de ideas autolíticas según el grado de uso compulsivo son significativas con un efecto medio/alto entre los alumnos de ambos géneros

5

El uso adictivo de redes sociales esta fuertemente asociado a síntomas de depresión y a una mayor frecuencia de ideación autolítica. El uso adictivo de videojuegos está asociado con menor efecto a síntomas de depresión pero no a ideas autolíticas.

- Las alumnas con uso adictivo de las redes sociales presentan síntomas depresivos en una proporción de cuatro veces mas que las que refieren un uso de bajo riesgo de estas redes. Los alumnos con uso compulsivo los refieren diez veces más que los que usan las redes sin uso problemático
- Las diferencias en la puntuación de depresión según el grado de uso de redes sociales son significativas con un efecto alto entre las chicas y medio entre los chicos
- El grado de uso adictivo a las redes sociales tiene una relación significativa con la frecuencia de ideación autolítica,
- Los alumnos varones que muestran uso adictivo de los videojuegos presentan síntomas depresivos en una proporción seis veces mayor que los que refieren un uso de bajo riesgo de los mismos.
- La mayoría de las alumnas y de los alumnos con uso adictivo de los videojuegos muestran síntomas de depresión.
- Las diferencias en la puntuación de depresión según el grado de uso de videojuegos tienen un efecto medio entre los chicos y bajo entre las chicas.

6

El uso compulsivo genérico de internet esta asociado a síntomas de ansiedad generalizada entre los estudiantes de ambos géneros.

- La proporción de alumnas con síntomas de ansiedad grave es mas del doble entre las chicas con uso compulsivo que entre aquellas que hacen un uso de bajo riesgo de internet.
- En el caso de los chicos con un uso compulsivo se multiplica por cinco la incidencia de ansiedad grave respecto a los compañeros con un uso de bajo riesgo de Internet .
- La mayoría de las chicas (63 %) con uso compulsivo tiene síntomas de ansiedad moderada o grave. Un tercio de alumnos varones (36%) con dicho uso problemático también presenta estos síntomas.
- Las diferencias en la puntuación de ansiedad según el grado de uso compulsivo son significativas y tienen un efecto medio entre los estudiantes de ambos géneros

7.

El uso adictivo de redes sociales esta asociado a síntomas de ansiedad generalizada. El uso adictivo de videojuegos también pero en menor grado.

- Las alumnas con uso adictivo de las redes sociales presentan síntomas de ansiedad grave en una proporción de mas del triple que las que refieren un uso de bajo riesgo de estas redes.
- La gran mayoría (78 %) de las que usan de forma adictiva las redes sociales presenta síntomas de ansiedad moderada o grave. En el caso de los alumnos varones, la mitad con este tipo de uso también refieren síntomas de ansiedad.
- Las diferencias en la puntuación de ansiedad según el grado de uso de redes sociales son significativas y tienen un efecto medio entre los estudiantes de ambos géneros aunque algo mayor entre las chicas
- Las alumnas que muestran uso adictivo de los videojuegos presentan síntomas de ansiedad grave en una proporción mas del doble que las que refieren un uso de bajo riesgo de los mismos.
- En el caso de los alumnos la proporción de los que presenta ansiedad grave es cuatro veces mayor que la de los que usan los videojuegos de forma no problemática.
- Las diferencias en la puntuación de ansiedad según el grado de uso de videojuegos son significativas pero tienen un efecto bajo entre los estudiantes de ambos géneros

8

El uso compulsivo genérico de internet y el uso adictivo de redes sociales esta asociado a una duración del sueño significativamente menor y de una peor calidad.

- Un 42 % de las chicas con uso compulsivo duerme menos de 6 horas de media al día. Un 16% menos de cinco. Un tercio de los chicos con este uso problemático duerme menos de seis y un 13% menos de cinco.
- A un tercio de las chicas y a uno de cada cinco chicos con uso compulsivo les cuesta dormirse cuando se lo proponen mas de la mitad de los días.
- Una de cada cinco chicas y uno de cada seis chicos con uso compulsivo se despierta por la noche.
- Aproximadamente el doble de estudiantes con uso problemático tiene problemas de calidad de sueño en comparación con aquellos con un uso de bajo riesgo.
- El uso compulsivo está asociado significativamente con todos los problemas de sueño estudiados, con un efecto medio para ambos géneros,
- El uso adictivo de las redes sociales también. El uso adictivo de los videojuegos tiene un efecto mas bajo en los problemas de sueño.
- Un tercio de las chicas y uno de cada cinco chicos con uso compulsivo reconocen dificultades para mantenerse despiertos en el colegio y desarrollar sus actividades cotidianas casi todos los días
- La relación de estos problemas de concentración con el grado de uso problemático de internet es significativa y tiene un elevado efecto en ambos géneros

9

La mayor parte del alumnado de la E.S.O. de la provincia se muestran abiertos a la posibilidad de cambiar su forma de usar internet. La cuarta parte de los estudiantes refiere estar intentando cambiar o haber hecho intentos de cambio con anterioridad

- La mayoría del alumnado participante considera la posibilidad de cambiar su uso de internet e incluso uno de cada cuatro está intentando cambiar, o ha hecho anteriormente intentos de cambio con mas o menos éxito
- Los estudiantes que refieren uso compulsivo se muestran algo mas motivados hacia el cambio y uno de cada cinco con este uso problemático dice estar intentando cambiar, aunque reconocen una mayor incidencia de recaídas en los patrones de uso previos.
- Las diferencias en motivación para los estudiantes con mas uso compulsivo respecto a los de menor riesgo son significativas y tienen un efecto medio.
- La mitad de las alumnas y de alumnos con uso compulsivo reconocen que su uso de internet, puede que, o seguro que si, les está influyendo en las notas que están obteniendo actualmente. Las diferencias en el grado de uso compulsivo para los estudiantes que creen que internet les influye en sus notas es significativa con un efecto alto.
- La gran mayoría de los participantes cree que su forma de usar internet es la norma entre los estudiantes de su edad. Los estudiantes con uso problemático piensan lo mismo a pesar de mostrar un patrón de uso minoritario. Incrementar la conciencia de que el uso problemático de internet no es una conducta normativa entre su grupo de referencia puede ser un importante factor motivador para el cambio

10.

La importante incidencia del uso problemático de las T.I.C. entre el alumnado de la provincia de Málaga se encuentra claramente asociada a la elevada prevalencia de trastornos de ansiedad, depresión y sueño que muestran los estudiantes con este tipo de uso, especialmente, aunque no exclusivamente, en lo que refiere a las alumnas con un uso intensivo de las redes sociales.

El deterioro del bienestar personal, las relaciones familiares y el rendimiento académico, que conlleva la combinación del uso compulsivo de internet y los trastornos emocionales, plantea tanto a la red de atención a las adicciones como a la red de atención a la salud mental, la urgente necesidad de desarrollar estrategias eficaces y coordinadas para la detección e intervención tempranas de esta frecuente comorbilidad.

Los adolescentes de la provincia, en su mayor parte, no son inconscientes de este problema y en general se encuentran interesados en recibir las actuaciones necesarias para la prevención y asistencia de estos trastornos.



La realidad clínica es que en el caso de las adicciones comportamentales la asociación a otros trastornos mentales suele ser la norma y no la excepción.

PROTOCOLOS
DE INTERVENCIÓN
**PATOLOGÍA
DUAL**

Directores
Nestor Szerman
Carlos Roncero
Miguel Casas



A pesar de que el uso problemático de Internet aun no es considerado como una adicción por la OMS, se está convirtiendo en un problema de salud pública.

EQUIPO DE TRABAJO

INCIDENCIA Y CARACTERÍSTICAS DE LA COMORBILIDAD DEL USO
PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y LOS TRASTORNOS EMOCIONALES ENTRE EL
ALUMNADO DE LA E.S.O. DE LA PROVINCIA DE MÁLAGA

**Diseño del estudio, análisis de datos
y redacción del informe de resultados**

Juan Díaz Salabert
Debra Díaz Basse

**Coordinación con los equipos docentes
y recogida de datos**

María Isabel Gómez Torres
Sebastián Díaz Moyano
Nuria Berdugo Gómez
Mario Berdugo Gómez

INCIDENCIA Y CARACTERÍSTICAS DE LA COMORBILIDAD DEL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y LOS TRASTORNOS EMOCIONALES ENTRE EL ALUMNADO DE LA E.S.O. DE LA PROVINCIA DE MÁLAGA

Este estudio ha sido realizado gracias a una subvención de la Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía al amparo de la resolución de 19 de julio de 2021 (Número expediente: 2021-MA-L3-21)

