



PARANINFO DIGITAL

MONOGRÁFICOS DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

ISSN: 1988-3439 - AÑO VIII – N. 20 – 2014

Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n20/301.php>

PARANINFO DIGITAL es una publicación periódica que difunde materiales que han sido presentados con anterioridad en reuniones y congresos con el objeto de contribuir a su rápida difusión entre la comunidad científica, mientras adoptan una forma de publicación permanente.

Este trabajo es reproducido tal y como lo aportaron los autores al tiempo de presentarlo como COMUNICACIÓN DIGITAL en "JÓVENES Y SALUD ¿Combatir o compartir los riesgos?" **Cualisalud 2014 - XI Reunión Internacional – I Congreso Virtual de Investigación Cualitativa en Salud**, reunión celebrada del 6 al 7 de noviembre de 2014 en Granada, España. En su versión definitiva, es posible que este trabajo pueda aparecer publicado en ésta u otra revista científica.

Título **Adicción sin sustancias: los jóvenes y el móvil**

Autores Miren Yosune Castilla Toribio, Naiara Cayetano Rodríguez,
Amaya Páez Viciano

Centro/institución Osakidetza (Servicio Vasco de Salud)

Ciudad/país País Vasco, España

Dirección e-mail ncayetanor@gmail.com

RESUMEN

El mundo está hiperconectado y ya no se puede parar. Las tecnologías de la información y la comunicación están en constante evolución y forman parte de nuestra vida cotidiana, creando nuevas formas de comunicación y socialización.

En pocos años el teléfono móvil ha pasado de ser una herramienta de hacer llamadas a ofrecernos multitud de servicios por medio de diferentes aplicaciones y ser un accesorio imprescindible de los jóvenes. Lo tenemos tan integrado en nuestra rutina como un hábito normal que no somos conscientes del tiempo que le podemos llegar dedicar ni de la dependencia que se puede llegar a tener a estos dispositivos.

El uso del dispositivo móvil puede convertirse de la práctica de una afición, un hábito normal, a llegar a ser una necesidad imperiosa o convertirse en un comportamiento inevitable que deteriore las relaciones sociales, familiares, laborales, llegando incluso a una exclusión.

El exceso de uso del teléfono móvil puede desencadenar en una conducta adictiva, siendo ésta una nueva conducta potencialmente patológica, son las llamadas "adicciones sin sustancias" donde la prevención será un pilar importante para evitar ese extremo.

TEXTO DE LA COMUNICACIÓN

Introducción

Las tecnologías de la información y la comunicación (TICs) forman parte de la vida cotidiana de los más jóvenes creando nuevas formas de comunicación y entretenimiento. Éstas están adquiriendo gran importancia en la socialización y en la formación de los más jóvenes. Las TICs han revolucionado el estilo de vida de los adultos, pero sin duda, el cambio más importante se ha producido en los adolescentes, ya que han nacido con estas nuevas tecnologías. Su estilo de vida se ha modificado, al menos en relación con lo que se ha vivido hasta ahora por los que somos adultos.

Han pasado a convertirse en una herramienta imprescindible para organizar la vida cotidiana y ser un accesorio de los adolescentes, y por lo tanto influyendo así en su forma de vida, indispensable para el desarrollo social. Algunas de ellas, como el teléfono móvil e internet se han convertido en instrumentos necesarios en los procesos socializadores juveniles tanto a nivel social, relacional, lúdico, etc.

Pocas veces conocemos las grandes posibilidades que puede ofrecer el uso adecuado de los móviles, tablets y demás nuevas tecnologías, ni los riesgos que pueden provocar su uso indebido.

Con este trabajo lo que se pretende es observar el hábito y uso de los dispositivos móviles en los jóvenes universitarios de San Sebastián de edades comprendidas entre 17 y 26 años, con el objetivo de orientarnos hacia la prevención de los riesgos que el uso abusivo puede provocar.

La educación sanitaria en este campo nos parece limitada, por lo que nos decidimos realizar este trabajo para ubicarnos en la realidad y ver la influencia de los móviles en los jóvenes y el impacto que provoca en las relaciones interpersonales. Lo que nos preocupa no son las innovaciones tecnológicas, sino la forma en que los jóvenes, bien de forma individual o en grupo, cambian sus patrones y forma de comunicación debido al uso excesivo del móvil.

Objetivo

- *Objetivo general*

Examinar los hábitos y usos de los móviles de nueva generación por parte de los jóvenes universitarios de San Sebastián.

- *Objetivos específicos*
 - Determinar el tiempo de dedicación al uso del móvil.
 - Conocer el gasto y costeo del móvil de los jóvenes de hoy en día.
 - Analizar con qué círculo utilizan más los dispositivos móviles los jóvenes universitario.
 - Conocer el papel que adquiere el móvil en las relaciones interpersonales.
 - Examinar los cambios en la rutina diaria debido al uso del móvil.

Metodología

Se trata un estudio descriptivo de corte transversal realizado en septiembre 2.014.

Población de estudio y herramienta de recogida de datos

Recogida de datos mediante encuestas en el campus universitario de San Sebastián a jóvenes de edades comprendidas entre 17 y 26 años. La muestra es de 110 jóvenes elegida de forma aleatoria.

Resultados

Se realiza la encuesta a una muestra aleatoria de 110 jóvenes universitarios de edad comprendida entre 17 y 26 años (edad media 20,85 años), de los cuales 33% chicas y 67% chicos. El 100% de los encuestados poseen un dispositivo móvil. Según nuestros datos, podemos observar que la edad media de inicio de adquisición de móvil en los jóvenes encuestados se sitúa en 13,69 años.

En relación al coste del consumo del móvil, el 24 % de la muestra se costea dicho consumo, mientras que al 76% restante, son sus padres los que se lo pagan. Las formas de pago ascienden a un 95% la modalidad de contrato frente a un 5% de móvil prepago. El 48% de la muestra gasta entre 10 y 20 euros mensuales. Únicamente un 4% gasta más de 30 euros.

Según los resultados de la encuesta realizada, el 27% indica que ha modificado su lenguaje y forma de escribir debido al uso del móvil.

Dentro de las aplicaciones del móvil lo más utilizado entre los jóvenes encuestados es sin duda el sistema de mensajería instantánea WhatsApp, siendo un 80% (gráfico 1).

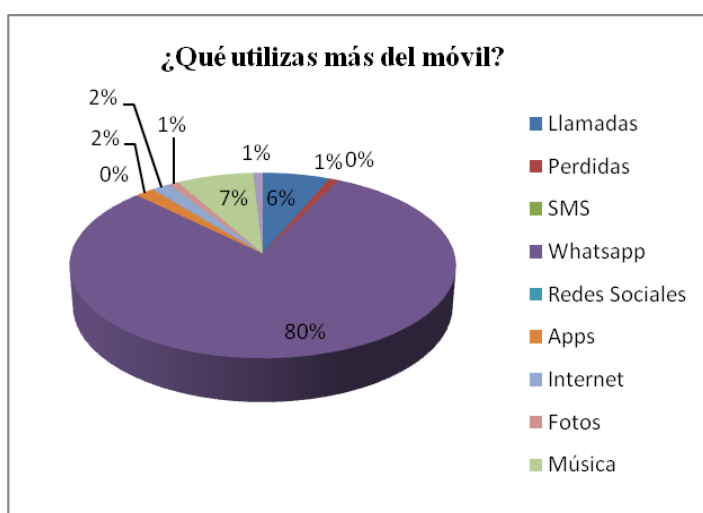


Gráfico 1. Para qué se utiliza más el móvil.

A la hora de cuestionarles cómo le contarías a un amigo/a si les ha pasado algo importante o tienen un problema, llama la atención cómo el 49% de la muestra indica que lo haría por llamada o bien por mensaje vía whatsapp, mientras que otro 48% lo contaría en persona (gráfico 2).

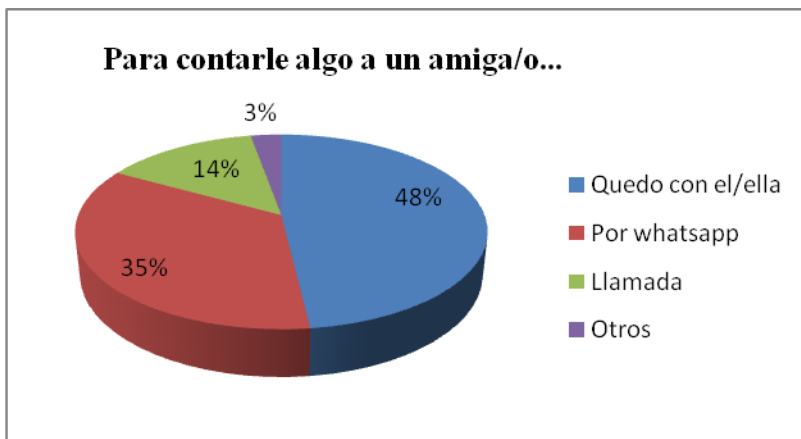


Gráfico 2. Para contar algo a un amiga/o.

Al analizar con qué círculo utilizan más el dispositivo móvil, sin duda, los jóvenes de hoy en día lo hacen para comunicarse con sus amigos (82% de la muestra). Únicamente el 15% lo utilizan mayoritariamente con su familia.

Sobre las horas que le dedican al móvil, el 15% cree que dedica menos de una hora diaria, mientras que más del 48% afirman dedicarle más de 3 horas (Gráfico 3).

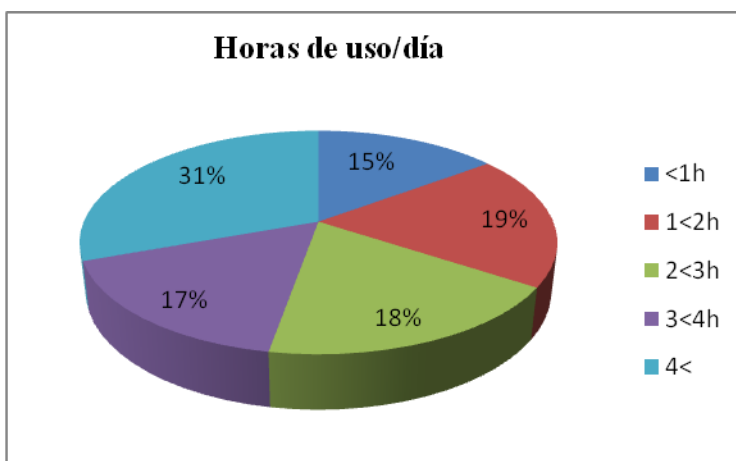


Gráfico 3. Horas de uso.

Paradójicamente, a pesar de que las horas de conexión puedan parecer altas, el 25% de los jóvenes encuestados se consideran incapaces de estar sin móvil, frente al 75% que no les resultaría difícil estar sin él.

Lo que nos llama la atención, es que el 31% de los jóvenes encuestados, afirma pasar más de 4 horas frente a sus dispositivos móviles pero aún y todo un 46% cree que pueden pasar un mes sin tener acceso a sus smartphones (Gráfico 4).

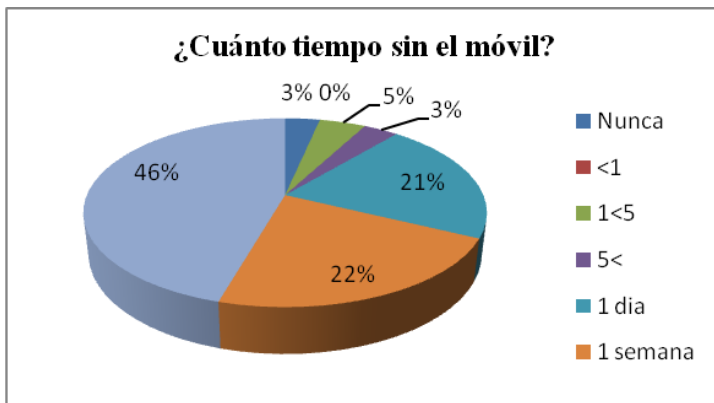


Gráfico 4. Tiempo sin el móvil.

Al consultar las emociones que sienten en caso de encontrarse en un lugar sin cobertura, observamos cómo el 52% preferiría estar en un sitio con ella. Nos sorprende cómo el 45% indica que se encontraría tranquilo en esta situación. Además observamos, cómo el 85% de la muestra se cree capaz de esperar a llegar a casa para cargar sus dispositivos.

La mayoría de adolescentes tienen siempre encendido el móvil. El 63% de la muestra indica que nunca apaga su teléfono. Únicamente el 8% desconecta el móvil durante las clases y el 72% de los adolescentes no lo apaga para dormir (Gráfico 5).

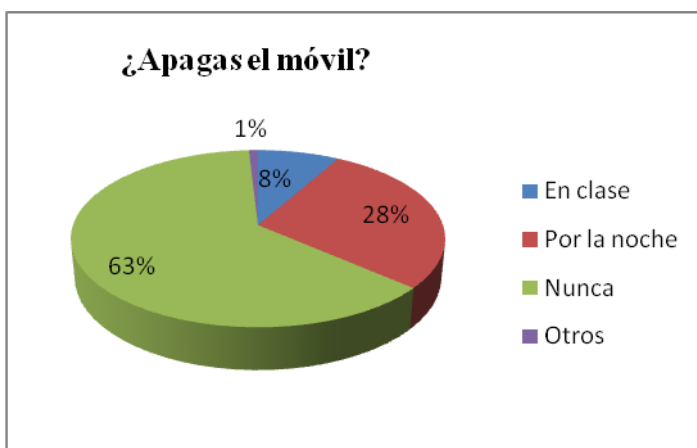


Gráfico 5. ¿Apagas el móvil?

En nuestra consulta sobre qué acciones dedican menos tiempo desde que utilizan el móvil, entre las más destacadas encontramos la disminución en la dedicación de tiempo para la lectura (24,55%), un 22,73% de la muestra ve menos la televisión y un 32,73% indica que desde que tiene el smartphone pasa menos tiempo sin hacer nada, siendo un 11,82% los jóvenes que realizan menos deporte y pasean menos debido a la utilización del móvil (Tabla 1).

Amigos/Familia	Estudiar	Paseo	Deporte	TV	Cine	Leer	Dormir	Sin hacer nada
2	18	9	4	25	9	27	4	36
1,82%	16,36%	8,18%	3,64%	22,73%	8,18%	24,55%	3,64%	32,73%

Tabla 1. Acciones con menor dedicación.

A una última pregunta de si se consideran adictos al móvil, el 23% de la muestra reconoce que tiene una adicción a dichos dispositivos electrónicos.

Discusión

En algunas personas, el uso del móvil puede convertirse de la práctica de una afición, un hábito normal, a llegar a ser una necesidad imperiosa o convertirse en un comportamiento inevitable que deteriore las relaciones sociales, familiares, laborales, llegando incluso a una exclusión. Aquellos que quedan fuera de la capacidad del uso de estas nuevas tecnologías serán los nuevos "excluidos" de la sociedad de hoy en día.

El móvil nos ofrece variedad de ventajas, pero en su debido uso. Nos ofrece infinidad de funciones, donde encontramos una función de escape o disminución de angustia, funciones de compensación emocional, de compañía, de necesidad de información constante o de función de reafirmación individual para incrementar la autoestima (1).

El abuso del uso del móvil puede desencadenar en una conducta adictiva, son las llamadas adicciones sociales sin drogas, sin sustancias, conductuales o no químicas. Griffiths (1998), señala la asistencia de lo que él llama "adicciones tecnológicas", que se definen como "adicciones no químicas que involucran la interacción hombre-máquina" (2). Las consecuencias de un uso excesivo pueden ser tanto físicas (obesidad, trastornos musculo-esqueléticos o visuales), como psíquicas (aislamiento, falta de desarrollo de competencias psicosociales, percepción deformada de la realidad). Por lo que la recomendación que dan los expertos es la supervisión y control de los tiempos de uso de las TIC para asegurar un tiempo de uso razonable.

No es fácil determinar qué se considera un uso excesivo de las TICs y de cuándo se está ante una situación de dependencia o adicción. En general, algunas características en las que podemos identificar la dependencia son: la necesidad de estar conectado y con cobertura y batería continuamente y la sensación de desasosiego ante la falta de uso.

Encontraremos aislamiento social en el caso en que actividades de carácter social, ocupacional o recreacional son abandonadas, afectadas o disminuidas en calidad y cantidad, debido al uso del móvil. El descuido de la vida real, especialmente con la familia, deberes, horas de sueño o resto de actividades de ocio, son señales de alarma y podremos estar ante un uso excesivo de los dispositivos móviles.

El mundo está hiperconectado y ya no se puede parar. La red no es una moda, es algo en constante evolución que ya forma parte de nuestra vida. La tecnología está en el ADN de los jóvenes de hoy en día, son "nativos" digitales (3).

Con nuestro trabajo intentamos reflejar la realidad de los adolescentes universitarios de San Sebastián, observar las posibles conductas adictivas con el fin de encaminarnos a la prevención y educación para la salud. Hoy en día, ¿Quién no tiene un smartphone de última generación? ¿internet en el móvil? ¿quién no pertenece a gran cantidad de grupos en el whatsapp?

Los smartphones con los que cuentan muchos adolescentes, les permiten tener a su disposición conexión y acceso a múltiples aplicaciones las 24 horas del día, por lo que se requiere una supervisión y control de los tiempos de uso, para evitar una dependencia al mismo y una conducta adictiva.

En tan sólo un par de décadas el móvil ha pasado de ser un objeto exclusivo de altos ejecutivos, a extenderse a prácticamente toda la población. De la muestra el 100% de los encuestados poseen un dispositivo móvil.

Además, el acceso a las Tecnologías de la Información y la Comunicación se está produciendo a edades cada vez más tempranas. Según un estudio de G.Cánovas

realizado en enero 2.014 (4), el 30% de los niños/as españoles de 10 años de edad tiene un teléfono móvil. A los 12 años, casi el 70% dispone ya de este tipo de tecnología, y a los 14 nada menos que el 83% . Según nuestros datos, podemos observar que la edad media de inicio de adquisición de móvil en los jóvenes encuestados se sitúa en 13,69 años. Pero lo cierto es que la edad de inicio en su uso es mucho más temprana. los niños de 2 y 3 años de edad acceden de forma habitual a los terminales de sus padres, manejando diversas aplicaciones a través de estos dispositivos móviles.

El primer móvil suele ser un regalo de los padres, principalmente con el objetivo de tener algún tipo de control sobre sus hijos, o por cuestiones de organización laboral y doméstica. Según el estudio de M.Chóliz, para casi a una tercera parte de los menores el móvil ha sido un regalo de padres o familiares, pese a que ni siquiera lo hubieran pedido (5). Este resultado no deja de ser significativo en términos educativos, ya que los menores disponen de productos y bienes de consumo, en algunos casos incluso antes de solicitarlo. Esto es reflejo de una sociedad en la que los ciudadanos son, ante todo, consumidores.

Habitualmente, los padres costean el móvil de los hijos para tenerlos localizados, para hablar con ellos y para tener más comunicación. Esto puede ser así, pero sin duda es minoritario frente a la comunicación que tienen los jóvenes entre sí con su grupo de amigos. Según datos del instituto Nacional de Estadística para el año 2008, dos de cada tres personas con teléfono móvil declaraban consumir la modalidad de prepago frente a la de contrato (6), pero esta forma de pago ha ido evolucionando ya que nos encontramos en una sociedad donde la mayoría ya dispone de tarifas planas en sus dispositivos móviles, siendo la mayoría de los móviles de contrato.

Hoy en día son múltiples las posibilidades que nos ofrecen estos dispositivos móviles. A parte de realizar llamadas y enviar y recibir mensajes de texto, podemos consultar el correo electrónico, escuchar música, sacar fotografías, navegar por internet, estar al día en las redes sociales, descargarnos archivos desde cualquier lugar sin necesidad de estar en casa frente a un ordenador, etc. Además encontramos infinidad de aplicaciones en la red que podemos instalar en los smartphones y utilizar gratuitamente muchas de ellas. Dentro de las aplicaciones del móvil lo más utilizado entre los jóvenes encuestados es sin duda el sistema de mensajería instantánea WhatsApp, siendo un 80%. "No tener WhatsApp y estar fuera de los grupos es para ellos como estar fuera de lo que sucede en el grupo" (7).

Cuesta comprender que en lugar de estar con los amigos o haciendo planes, éstos se "encierren" a hablar con ellos a través del móvil, whatsapp o redes sociales y que se pasen horas y horas ante las pantallas. La última moda es la creación de grupos en el whatsapp, se crean grupos de "pandillas virtuales", donde se está al día de los planes, fotos, comentarios y aunque no se esté cerca físicamente, se está online y saben minuto a minuto lo que hace el uno y lo que hace el otro aunque estén en lugares separados. En la sociedad de hoy en día, lo importante no es estar juntos, sino que a través de la palabra en sus mensajes de texto, en la creación de diferentes grupos de whatsapp o etiquetándose y haciendo comentarios en fotos publicadas en redes sociales se crea una relación diaria.

Para los jóvenes actuales, usar internet o sms es algo tan natural como para sus padres ver la televisión o para sus abuelos escuchar la radio. Sabemos que cada generación y cada grupo social "naturaliza" las tecnologías que tiene a su alcance e intenta sacarles partido. Pero queda mucho por descubrir acerca de los usos tecnológicos de los que se ocupan nuestros jóvenes y, aún mas, acerca de la trascendencia de tales usos en el conjunto de las relaciones sociales y los procesos de socialización.

Según los resultados de la encuesta realizada, el 27% indica que ha modificado su lenguaje y forma de escribir debido al uso del móvil. El lenguaje chat o lenguaje SMS es una forma abreviada de escribir las palabras de un mensaje para que resulte más corto y rápido.

Con todo esto no resulta extraño afirmar que la sociedad actual atraviesa por un momento en el que al individuo le cuesta desprenderse de ese objeto cotidiano, complemento de nuestra vida, que es el móvil de última generación y que tanto nos facilita el día a día. Los usos que le damos son tan variados que la necesidad de consultarlo constantemente hace que nos olvidemos que ese objeto ya es parte de nosotros.

No encontramos, sin embargo, una definición bibliográfica clara y consensuada en la que fijar el margen de lo que supone el abuso y la adicción al móvil. Algunos autores prefieren usar el término “uso desadaptativo” frente a “dependencia” a pesar de matizar que se trata de un trastorno de la familia de las adicciones, mientras que otras fuentes ven clara la definición de “adicción conductual”, tanto para el uso del móvil como para el resto de tecnologías. Lo que pretendemos con este gráfico es dejar constancia de las horas que los jóvenes admiten pasar conectados, o haciendo uso de su terminal.

Como ocurre con muchos aspectos de la vida, las características adictivas inherentes al móvil no afectan por igual a todos los individuos, ya que si bien la mayoría de las personas puede hacer un uso razonable del mismo, siempre existen personas más vulnerables debido a ciertas características de personalidad o estados emocionales puntuales, en los que no hemos profundizado en esta encuesta.

No queremos terminar este punto sin mencionar que por las características que el propio teléfono posee, el móvil puede ser a su vez un vehículo hacia otras adicciones y hacer el problema mucho más complejo del que creíamos a priori, ya que el acceso tan sencillo a internet desde un terminal puede llevarnos a consumir otras adicciones como por ejemplo las compras compulsivas, el juego, etc.

A la hora de plantearnos las cuestiones de la encuesta, pensábamos que la adicción estaría relacionada con la necesidad de tener operativo el móvil las 24 horas del día, por lo que nos planteamos si los jóvenes portaban otra batería o cargador o eran capaces de esperar a llegar a casa para conectar sus móviles a la red. Pero los resultados no son muy significativos, ya que el 85% se cree capaz de esperar a llegar a casa para cargar sus dispositivos.

La mayoría de ellos lo tiene continuamente encendido, también durante la noche, uno de los resultados más significativos es que el 72% de los adolescentes no lo apaga para dormir. Lo cual favorece (y hasta induce) no sólo a llamar, sino también a recibir llamadas o mensajes, modificando no sólo el patrón de comunicación social, sino la disponibilidad y hasta la propia privacidad personal. Recibir mensajes durante la noche impediría el descanso y por lo tanto, dificultaría el rendimiento físico e intelectual del día posterior. Además, el hecho de valorar más el seguir conectado, que la necesidad de dormir, podría indicar un abuso del móvil y tal vez indicios de una posible dependencia (7).

El abuso del uso del móvil puede desencadenar en una conducta adictiva. Son las llamadas adicciones sociales sin drogas, sin sustancias, conductuales o no químicas. No hay muchos estudios realizados sobre el tema de la adicción sin sustancias, sin embargo encontramos un estudio de M.Kwon que fue diseñado con el objetivo de investigar y realizar una escala de adicción a los smartphones y realizar una prueba de validez en los adolescentes. Además se centra en determinar la adicción a los

dispositivos móviles y elaborar las características de su uso por parte de los adolescentes (8).

En la investigación de A. Lepp publicada en el año 2013 (9) que pretende identificar una relación entre el uso del teléfono móvil, la actividad física y sedentarismo, y la condición física de jóvenes, llega a la conclusión que con el uso del teléfono móvil se realiza menos actividad física en el tiempo libre y se promocionan comportamientos sedentarios. La principal característica que nos permite determinar que hay un problema es ver si el uso de la herramienta está sustituyendo a actividades que normalmente estaba haciendo ese adolescente. Si las actividades sociales, ocupacionales o recreativas se dejan o se reducen, a causa del uso constante de los móviles.

Conclusión

Es un hecho que las nuevas tecnologías están en constante crecimiento en los últimos años. Podríamos afirmar que de entre todas ellas el móvil, es uno de los principales ya que engloba multitud de funciones de relación, comunicación, entretenimiento, etc.

La generalización de su uso en la sociedad actual hace que veamos el móvil como algo natural y se haya adoptado como algo innato.

Tras analizar los datos de las encuestas realizadas a los jóvenes universitarios, podemos llegar a la conclusión que vivimos en una "era digital" en la que todos disponemos de dispositivos móviles, (el 100% de los encuestados posee uno) y las TICs son herramientas indispensables en el día a día.

Es importante subrayar que para la mayoría de las personas el acceso a esta nueva forma de comunicación conlleva un buen número de ventajas. Sin embargo, en determinados casos su uso inadecuado y descontrolado puede dar lugar a importantes riesgos y consecuencias.

No estar conectado, supone quedar fuera de la capacidad del uso de estas nuevas tecnologías y ser un "excluido" de la sociedad de hoy en día. La mayoría de los encuestados no apagan nunca el móvil e incluso algunos se reconocen adictos.

Es la sociedad consumista en la que vivimos la que nos obliga a estar en constante intercambio de información y es el móvil, el centro de ello. No podemos vivir sin esta herramienta, que en ocasiones puede llegar a crear una verdadera dependencia. Aquí es donde nacen unas nuevas conductas potencialmente patológicas: "adicciones sin sustancias" donde la prevención será un pilar importante para evitar ese extremo.

Por ello, creemos que la educación para la salud en este campo es necesaria para fomentar unos buenos hábitos de uso y evitar los posibles riesgos. Se trata de una responsabilidad compartida donde todos formamos parte de crear una sociedad saludable.

Bibliografía

1. Malo S, Impacto del teléfono móvil en la vida de los adolescentes entre 12 y 16 años. Comunicar, Revista Científica de Comunicación y Educación. Girona. 2006. 27: 105-112.
2. Madrid R, Adicción a internet: Conceptualización y mecanismos explicativos. Psiquiatria.com. Revista internacional online. 2000. 4 (1) Disponible en: <http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psiquiatriacom/article/view/542>.

3. Del Pueyo B, La buena adolescencia. Barcelona. Grijalbo.2013. 181- 195.
4. Cánovas B, García de Pablo A, San Atilano AO, Aboy I, El estudio: Menores de edad y Conectividad Móvil en España. Tablets y Smartphones. Centro de Seguridad en Internet para los Menores en España: PROTEGELES, dependiente del Safer Internet Programme de la Comisión Europea. 2014.
5. Choliz M, Villanueva V, Choliz MC, Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. Revista Española de Drogodependencias. Valencia. 2009. 34(1).
6. Echeburua E, Labrador J, Begoña E, Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Madrid. Ediciones Pirámide. 2009. 131-149.
7. Bringué X, Sádaba C, Nacidos digitales: una generación frente a las pantallas. Madrid. Ediciones Rialp. 2009. 93-103
8. Kwon M, Kim D, Cho H, Yang S, The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. United States. 2013. PLoS ONE 8(12): e83558. Disponible en: 10.1371/journal.pone.0083558
9. Leep A, Barkley J, Sanders G, Rebold M, Gates P, The relationship between cell phone use, physical and sedentary activity, and cardiorespiratory fitness in a sample of U.S. college students. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2013. 10 (79) Disponible en: <http://www.ijbnpa.org/content/10/1/79>.

Anexo

Encuesta

ENCUESTA: JÓVENES Y USO DE MÓVIL

1. Edad
2. Sexo Chica Chico
3. ¿Tienes móvil? SI NO ¿Desde qué edad?
4. ¿Qué otros dispositivos utilizas?
 Ordenador Tablet Consola TV Otros:
5. ¿Quién costea el consumo del móvil?
 Yo Padres Otros:
6. Forma de pago: Prepago Contrato
7. Gasto mensual: <10 euros 10-20 euros 20-30 euros >30 euros
8. ¿Qué uso le das al móvil?
 Llamadas Perdidas SMS Whatsapp Redes sociales Apps Internet
 Fotos Música Correo electrónico Juegos Otros:
9. ¿Cuál utilizas más? **Seleccionar una.**
 Llamadas Perdidas SMS Whatsapp Redes sociales Apps Internet
 Fotos Música Correo electrónico Juegos Otros:
10. ¿ Con qué círculo usas más el móvil? Familia Amigos Otros:.....
11. ¿Cuánto tiempo medio utilizas el móvil al **día**?
 <1h 1h a 2h 2h a 3h 3h a 4h Más de 4h
12. ¿Por qué tienes móvil?

- Estar localizado Mejor contacto con amigos Mayor independencia Otros

13. Con el uso del móvil, ¿Ha cambiado tu forma de escribir?

- SI NO NS/NC

14. Si te ha pasado algo y quieres contárselo a un amigo, ¿cómo lo haces?

- Quedas con él/ella Le cuentas por whatsapp
 Le llamas por teléfono Otros:

15. ¿Cuándo actualizas tu estado?

- Nunca
 Cuando me acuerdo
 Diariamente
 Cuando cambio de plan

16. Estando con tu cuadrilla.....

- Se me olvida mirar el móvil
 Miro el móvil de vez en cuando
 Puedo estar con mis amigos y a la vez usar el móvil

17. Estando con tu familia.....

- Se me olvida mirar el móvil
 Miro el móvil de vez en cuando
 Puedo estar con mi familia y a la vez usar el móvil

18. ¿Podría estar sin móvil? SI NO

¿Cuánto tiempo? nunca <1h 1- 5h >5h 1 día 1 semana 1 mes

19. Si se acaba la batería del móvil:

- Llevo otra batería de repuesto
 Llevo cargador y busco donde enchufarlo
 Espero a llegar a casa

20. Si vas a un sitio sin cobertura:

- Te encuentras tranquilo.
 Puedo estar sin cobertura, pero preferiría tenerla.
 Intentas buscar cobertura hasta conseguirla
 Intranquilo y nervioso, no puedo estar sin tener cobertura!

21. ¿A cuáles de las siguientes acciones dedicas menos tiempo desde que utiliza el móvil?

- Estar con amigos/familia Estudiar Pasear Hacer deporte
 Ver la tele/ oír la radio Ir al cine Leer Dormir Estar sin hacer nada

22. ¿Sueles apagar el móvil?

- Cuando estoy en clase Por la noche Nunca Otros:.

23. ¿Te consideras adicto al móvil? SI NO

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!