

## **INDICADORES DE PÉRDIDA DE CONTROL, TOLERANCIA Y ABSTINENCIA EN RELACIÓN AL USO DE INTERNET EN UNIVERSITARIOS**

Marina J. Muñoz-Rivas,  
Gámez-Guadix, Manuel y Fernández González, Liria  
*Departamento de Psicología Biológica y de la Salud. Facultad de Psicología.  
Universidad Autónoma de Madrid*

### **Resumen**

Los objetivos de este estudio fueron, por un lado, analizar la prevalencia de diversos indicadores de pérdida de control, de tolerancia y de abstinencia en relación a la conducta de conexión a Internet y, por otro, examinar las posibles diferencias existentes entre mujeres y varones en las variables de uso problemático estudiadas. La muestra estuvo compuesta por 1301 estudiantes universitarios de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 18 y los 30 años, que completaron un cuestionario sobre el uso de Internet. La mayoría de los indicadores de uso problemático presentaron prevalencias inferiores al 10% de la muestra total. Además, el 4,7% de los universitarios presentó a la vez cinco o más de los indicadores analizados. Estos resultados sugieren que, si bien la mayor parte de los individuos hacen un uso adecuado de Internet, existe un porcentaje no despreciable de estudiantes que podrían experimentar dificultades para el control de la conducta de conexión a Internet. En relación a las diferencias entre hombres y mujeres, los varones presentaron con mayor frecuencia más de la mitad de los indicadores estudiados. A pesar de estas diferencias, la autopercepción de los varones de la posible existencia de un uso problemático no fue mejor que la de las mujeres. Finalmente, los hallazgos son discutidos e interpretados a la luz de la evidencia empírica previa.

**PALABRAS CLAVE:** *Internet, nuevas tecnologías, adicción, uso patológico, tolerancia, abstinencia, universitarios.*

### **Abstract**

The goals of this study were, on the one hand, to analyze the prevalence of diverse indicators of loss of control, tolerance, and abstinence in the behavior of connecting to Internet and, on the other hand, to examine possible differences between men and women in the variables of problematic use being studied. The sample was made up of 1301 university students of both sexes, ages between 18

*Correspondencia a:* Marina J. Muñoz-Rivas, Departamento de Psicología Biológica y de la Salud. Facultad de Psicología, Ciudad Universitaria de Cantoblanco. 28049 Madrid. Universidad Autónoma de Madrid. E-mail: [marina.munoz@uam.es](mailto:marina.munoz@uam.es)

*Fecha de recepción del artículo:* 7-7-2008.

*Fecha de aceptación del artículo:* 22-9-008.

and 30 years, who completed a questionnaire about the use of Internet. Most of the indicators of problematic use presented prevalences lower than 10% of the total sample. Moreover, 4.7% of the university students presented simultaneously five or more of the indicators analyzed. These results suggest that, although most of the individuals use Internet adequately, there is a significant percentage of students that could experience difficulties to control the behavior of connecting to Internet. With regard to the differences between men and women, the men presented more than half of the indicators studied with more frequency. Despite these differences, the males' self-perception of the possible existence of problematic use was no better than that of the women. Lastly, these findings are discussed and interpreted in the light of previous empirical evidence.

KEYWORDS: *Internet, new technologies, addiction, pathological use, tolerance, abstinence, university students.*

### **Introducción**

La generalización de Internet en nuestra sociedad ha conllevado importantes cambios a nivel individual, social y económico. Son numerosos los beneficios surgidos a raíz del desarrollo de esta nueva tecnología que ha posibilitado nuevas vías para el acceso a la información, la comunicación y la creación de entornos sociales. Además, Internet se ha convertido en un instrumento de ocio y entretenimiento para un buen número de personas (Muñoz-Rivas, Navarro y Ortega, 2003).

Aunque la mayor parte de los individuos hacen un uso positivo y saludable de Internet, diversos investigadores han puesto de manifiesto la aparición de un patrón de uso problemático en algunas personas que ha sido asociado a distintos riesgos y consecuencias negativas (Brenner, 1997; Chou y Hsiao, 2000; Davis, 2001; Scherer, 1997). En este sentido, el uso patológico de Internet constituye un patrón de conducta que parece estar afectando cada vez a más personas y que mantiene características similares a otras adicciones conductuales y a las adicciones químicas (Young, 2005). Asimismo, la pérdida de control sobre el uso que se hace de Internet puede conducir al desarrollo de otras adicciones. Tal es el caso del juego patológico, las compras compulsivas, la adicción al sexo o la aparición de parafilias. Estas conductas adictivas se ven favorecidas por la facilidad de acceso, la inmediatez y, en algunos casos, el anonimato que proporcionan las nuevas tecnologías.

La adicción a Internet ha sido conceptualizada como un trastorno del control de impulsos que no implica la presencia de una sustancia tóxica (Young, 2005). Al igual que en el juego patológico, la pérdida de control sobre la conducta de conexión constituye uno de los elementos definitorios más

importantes de la adicción a Internet (Davis, 2001; Young, 2005). En este sentido, se ha señalado que los individuos que hacen un uso problemático de la red continúan, con frecuencia llevando a cabo la conducta adictiva a pesar de sus consecuencias negativas y de los esfuerzos para controlarla, disminuirla o suprimirla. Igualmente, la aparición de síntomas de tolerancia y abstinencia han sido señalados a menudo como criterios diagnósticos de las adicciones conductuales (Golberg, 1995; Young, 2005). La tolerancia se caracteriza por la necesidad de incrementar progresivamente la cantidad de tiempo dedicada a la actividad adictiva (Morahan-Martin y Schumacher, 2000), mientras que abstinencia se define por la presencia de reacciones fisiológicas o emocionales como, por ejemplo, la aparición de irritación, malestar o angustia como consecuencia de reducir o interrumpir la actividad adictiva (Griffiths, 2005). Los procesos de tolerancia y de abstinencia han sido ampliamente descritos e investigados en las adicciones a sustancias y diversos trabajos sugieren que también podrían estar presentes en las adicciones conductuales, especialmente el juego patológico (Griffiths, 2004). Sin embargo, hasta el momento son escasos los estudios empíricos que han analizado específicamente la presencia de estas variables relacionadas con el uso problemático de Internet.

Por otra parte, debido a que la atención investigadora del uso patológico de Internet es reciente, es escasa la información disponible sobre las posibles diferencias existentes entre varones y mujeres en las conductas problemáticas relacionadas con esta tecnología. La evidencia preliminar obtenida sugiere que ser varón constituye un factor de riesgo para presentar una adicción a Internet. Así, por ejemplo, en el estudio llevado a cabo por Scherer (1997), el grupo de usuarios con dependencia a Internet incluyó un porcentaje significativamente superior de hombres que de mujeres (71% y 29%, respectivamente) que el grupo de usuarios no dependientes, en el que el porcentaje de ambos sexos fue equiparable. Morahan-Martin y Schumacher (2000), por su parte, informaron que era más probable que los hombres hicieran un uso patológico de Internet de que lo hicieran las mujeres (12,2% de los varones frente al 3,2% de las mujeres). Asimismo, el porcentaje de mujeres que no presentaron síntomas de uso problemático en este estudio fue superior al de hombres (28% de mujeres frente al 26% de los varones).

Sin embargo, otros estudios no han hallado diferencias entre ambos sexos en relación al uso problemático de Internet (Brenner, 1997; Young, 1998). Como señalan Chou, Condrón y Belland (2005), la causa de estas discrepancias podría residir en las diferencias metodológicas y en el tipo de muestra empleada en los estudios. En este sentido, los trabajos que han hallado diferencias entre varones y mujeres han sido llevados a cabo a través de cuestionarios de papel y lápiz en campus universitarios, mientras que los estudios que no han hallado diferencias han sido efectuados con encuestas completadas *on line* por usuarios

habituales de la red, lo cual incrementa la probabilidad de introducir sesgos sistemáticos en los resultados (Chou et al., 2005).

Teniendo en cuenta lo anterior, el primer objetivo de este estudio fue analizar la prevalencia de diferentes variables referidas a las dificultades de control de la conducta de conexión entre universitarios, así como la presencia de síntomas de tolerancia y abstinencia en relación con el uso de la red. Un segundo objetivo fue examinar las posibles diferencias por sexos existentes en la manifestación de los indicadores de pérdida de control, tolerancia y abstinencia mencionados.

## Método

### *Participantes*

La muestra recogida inicialmente estuvo compuesta por un total de 1.301 estudiantes de ambos sexos (28,7% hombres y 71,3% mujeres) con edades comprendidas entre los 18 y los 30 años ( $M = 20,40$  y  $DT = 1,95$ ), pertenecientes a dos universidades de la Comunidad Autónoma de Madrid.

Atendiendo al tipo de estudios realizados, la muestra estuvo compuesta mayoritariamente por alumnos de las licenciaturas de Periodismo (37,7%), Psicología (24,7%), Biblioteconomía y documentación (17,7%) y Publicidad (11,2%) y, en menor porcentaje, por estudiantes de Medicina (7,4%), Derecho (1,1%) y Comunicación audiovisual (0,2%). Al considerar su situación laboral, el 90,4% de los universitarios encuestados afirmaron dedicarse exclusivamente a completar sus estudios mientras que el 9,6% manifestaron compatibilizar sus estudios con un empleo.

### *Instrumento de evaluación*

Ante la escasez de protocolos validados para la exploración del patrón de uso/abuso de Internet, se desarrolló una encuesta compuesta por 19 ítems categóricos y 69 ítems dicotómicos (con opciones de respuesta verdadero/falso). Con este instrumento se recogió información sobre características demográficas, parámetros de uso de Internet, motivos de uso, relaciones sociales a través de la red e indicadores de uso patológico de Internet. Para la elaboración del instrumento se llevó a cabo una extensa revisión de la literatura y de los instrumentos previamente empleados para evaluar el uso problemático de Internet (Caplan, 2002; Pratarelly y Browne, 2002; Pratarelly, Browne y Johnson, 1999). El criterio de inclusión de ítems y variables durante el desarrollo del instrumento fue el de validez aparente.

Concretamente, las variables objeto de estudio del presente trabajo fueron:

a) Características demográficas. Incluyó seis cuestiones relativas al sexo, la edad, el tipo de estudios universitarios realizados, el estado civil y la situación laboral de los encuestados.

b) Parámetros de uso de Internet. Se elaboraron tres cuestiones referidas a la frecuencia semanal de uso de diferentes recursos específicos de la red (correo electrónico, acceso a páginas web, chats, foros de discusión, Protocolos para Transferencia de Ficheros y juegos en red), el lugar desde el que se produce la conexión a Internet y el momento del día en que preferentemente se realiza esa conexión.

c) Motivos para el uso de Internet. Se evaluó a través de un ítem al que los encuestados debían contestar señalando los motivos por los cuales utilizaban Internet entre 10 razones específicas: realización de tareas académicas, crecimiento y desarrollo personal, descarga de programas, comunicación con amigos, contacto con gente nueva, comunicación con personas con las que se comparten intereses, acceso a información de áreas de interés personal, compras en red, acceso a cibersexo y otros motivos.

d) Variables asociadas a un uso patológico de Internet. Se recogió información a través de 16 ítems dicotómicos sobre diferentes aspectos relacionados con la pérdida de control de la conducta de conexión y la presencia de síntomas de tolerancia y abstinencia. De manera específica, en relación a la pérdida de control se evaluaron diferentes aspectos comportamentales (p.ej., “En más de una ocasión he estado más tiempo conectado a Internet del que inicialmente pretendía estar”), la percepción de pérdida de control por el medio social de referencia (p.ej., “Mi último/a novio/a se preocupaba acerca de mi uso de la red”) y la percepción de pérdida de control por parte del usuario (p.ej., “En más de una ocasión he tratado de controlar el uso que hago de Internet, pero realmente he sido incapaz de hacerlo”). Se evaluó además la aparición de síntomas de tolerancia (p.ej., “Desde que uso Internet he notado que tengo que ir incrementando el tiempo que estoy conectado para lograr satisfacción”) y abstinencia (p.ej., “Si interrumpo o reduzco el uso de Internet por cualquier circunstancia noto como me empiezo a poner ansioso o agitado”).

### Procedimiento

Dentro de cada uno de los centros y licenciaturas se realizó un muestreo por conglomerados tomando el aula como unidad muestral. Las aulas participantes fueron seleccionadas al azar considerando la disponibilidad de los profesores y de los alumnos en función del calendario del programa docente.

Todos los participantes completaron una encuesta de 88 ítems durante una de las clases de su jornada lectiva. Antes de aplicar el instrumento de evaluación se les indicó que la prueba formaba parte de una investigación sobre los patrones de uso de Internet realizada. A continuación, se les señaló el carácter voluntario de su participación y el anonimato al que estaban sometidas las respuestas.

### Resultados

Con respecto a las características del uso de Internet, la Tabla 1 recoge información relativa al tiempo semanal dedicado a Internet en función del tipo de actividad realizada en la red, el lugar desde el que se realiza la conexión, el momento del día en el que se utiliza más frecuentemente y los motivos que alegan los universitarios para el uso de Internet.

**Tabla 1.** Características del uso de Internet en función del sexo (N = 1301)

	Sexo		$\chi^2$
	Hombres	Mujeres	
<b>Tiempo semanal de uso de Internet</b>			
Correo electrónico			
0-2 horas	75,4%	77,3%	0,57ns
> 2 horas	24,6%	22,7%	
Páginas Web			
0-2 horas	52,9%	68,1%	26,38***
> 2 horas	47,1%	31,9%	
Chats			
0-2 horas	88,8%	89,8%	0,27ns
> 2 horas	11,2%	10,2%	
Foros			
0-2 horas	96,3%	98,2%	4,18*
> 2 horas	3,7%	1,8%	

<b>FTP<sup>a</sup></b>			
0-2 horas	87,7%	96,3%	34,41***
> 2 horas	12,3%	3,7%	
<b>Juegos en red</b>			
0-2 horas	93,3%	97,2%	10,65**
> 2 horas	6,7%	2,8%	
<b>Lugar de conexión</b>			
Domicilio particular	67,1%	61,2%	5,91 <i>ns</i>
Centro universitario	26,5%	32,4%	
Centro de trabajo	3,5%	2,6%	
Otros	2,9%	3,9%	
<b>Franja horaria de conexión</b>			
Por la mañana	14,4%	19,0%	7,23 <i>ns</i>
Por la tarde	38,8%	40,0%	
Por la noche	43,9%	37,0%	
Nunca	2,9%	4,0%	
<b>Motivos de uso de Internet</b>			
Realización de tareas académicas	64,7%	80,0%	34,02***
Crecimiento y desarrollo personal	33,7%	30,1%	1,60 <i>ns</i>
Descarga de software	36,6%	14%	83,50***
Hablar con amigos	40,4%	49,6%	9,15**
Conocer gente nueva	13,9%	16,2%	1,05 <i>ns</i>
Hablar con personas con intereses comunes	11,0%	8,5%	1,90 <i>ns</i>
Informarse sobre áreas de interés personal	55,1%	45,8%	9,10**
Hacer compras	6,1%	3,9%	3,16 <i>ns</i>
Cibersexo	18,4%	4,2%	71,01***
Otros	11,0%	8,8%	1,40 <i>ns</i>

<sup>a</sup> Protocolos para Transferencia de Ficheros

\*p<.05; \*\*p<.01; \*\*\*p<.001; n.s. = no significativa

En términos generales, las tasas de prevalencia obtenidas para los diferentes indicadores de pérdida de control, tolerancia y abstinencia fueron relativamente bajas. Como puede verse en la Tabla 2, los porcentajes calculados para la pérdida de control de la conducta de conexión fueron iguales o inferiores al 11% en todos los ítems estudiados, a excepción de estar más tiempo conectado a Internet del que inicialmente se pretendía, que fue informado por más de la mitad de la muestra de universitarios.

**Tabla 2.** Porcentaje de Participantes que Presentan Evidencia de Pérdida de Control de la Conducta de Conexión (N = 1301)

	Total	Sexo		$\chi^2$
		Hombres	Mujeres	
<b>Indicadores conductuales</b>				
Estar más tiempo conectado a Internet del inicialmente pretendido	54,9%	56,7%	54,2%	0,69 <i>ns</i>
Conducta de conexión al levantarse	2,8%	4,5%	2,0%	6,17*
Dejar continuamente el ordenador conectado a Internet	6,6%	10,4%	5,1%	12,39***
Conducta de búsqueda de acceso a Internet	1,5%	2,9%	0,9%	8,00**
<b>Percepción de pérdida de control por el entorno social</b>				
Acusaciones de pasar mucho tiempo en el ordenador o en la red	11,0%	19,0%	7,8%	34,27***
Acusaciones de ser un “adicto” a Internet	5,5%	9,9%	3,8%	19,08***
Intentos de ocultar a otros el tiempo invertido en la red	2,2%	3,5%	1,7%	3,74 <i>ns</i>
Preocupación de la pareja sentimental por el uso de Internet	2,8%	2,1%	3,0%	0,77 <i>ns</i>
<b>Autopercepción de pérdida de control</b>				
Percepción de inversión de grandes cantidades de tiempo	7,5%	8,6%	7,1%	0,79 <i>ns</i>
Pensamientos ocasionales de ser dependiente de internet	6,1%	4,5%	6,8%	2,34 <i>ns</i>
Intentos infructuosos de control del uso de internet	3,5%	4,3%	3,2%	0,85 <i>ns</i>

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$ ; *ns* = no significativa.

Por lo que respecta a la aparición de síntomas de tolerancia y abstinencia en relación al uso de Internet, como se observa en la Tabla 3, se obtuvieron en todos los casos porcentajes inferiores al 10%. Más allá de las prevalencias específicas de cada uno de los 16 indicadores estudiados, cabe resaltar que el 48,8% de los jóvenes encuestados señalaron la presencia de uno o dos de los ítems, el 8,8% señalaron entre tres y cuatro ítems, y tan sólo el 4,7% informaron de cinco o más de los ítems analizados. El 37,7% restante de los encuestados no



revelaron ninguno de estos indicadores de pérdida de control de la conducta de conexión.

**Tabla 3.** Porcentaje de Participantes que Presentan Síntomas de Tolerancia y Abstinencia en relación al uso de Internet (N = 1301)

	Total	Sexo		$\chi^2$
		Hombres	Mujeres	
<b>Síntomas de tolerancia</b>				
Necesidad de incrementar el tiempo de conexión	2,9%	4,3%	2,4%	3,41 <i>ns</i>
<b>Síntomas de abstinencia</b>				
Sentimientos de irritación ante la imposibilidad de uso	9,8%	13,1%	8,5%	6,30*
Ansiedad o agitación al interrumpir o reducir el uso	1,8%	2,1%	1,7%	0,25 <i>ns</i>
Pensamientos recurrentes sobre Internet al interrumpir su uso	3,5%	5,6%	2,6%	7,31**
Deseo de conexión al interrumpir o reducir el uso	1,8%	3,5%	1,2%	7,71**

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$ ; *ns* = no significativa.

Centrándonos en los aspectos comportamentales relacionados con la pérdida de control de la conducta de conexión, se encontró que el 54,9% de los jóvenes afirmaron haber estado en más de una ocasión conectados a Internet un tiempo mayor del que inicialmente pretendían estar; el 6,6% reconocieron dejar continuamente el ordenador conectado a Internet; el 2,8% informaron conectarse a Internet nada más levantarse; y el 1,5% se plantearon la posibilidad de conducir hasta la ciudad más cercana para utilizar Internet en la hipotética situación de que su acceso estuviese cerrado en su propia ciudad durante 24 horas.

En relación a examinar posibles diferencias en las tasas de prevalencia en función del sexo, los resultados obtenidos nos permiten afirmar que el porcentaje de hombres que presentaron indicadores conductuales de pérdida de control de la conducta de conexión fue significativamente superior al porcentaje de mujeres para todos los ítems estudiados a excepción del primero (“En más de una ocasión he estado más tiempo conectado a Internet del que inicialmente pretendía estar”), para el que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas.

Con respecto a la percepción de pérdida de control por parte del medio social de referencia del encuestado, el 11,0% y el 5,5% de los universitarios de la muestra reconocieron, respectivamente, haber sido acusados de pasar mucho tiempo en el ordenador o en la red y haber sido acusados de ser unos “adictos” a Internet; el 2,8% afirmaron que su pareja sentimental se preocupaba de su uso de la red; y finalmente, el 2,2% revelaron haber intentado ocultar a otros la cantidad de tiempo que pasaban en Internet. Cuando analizamos los resultados en función del sexo del encuestado, se observan nuevamente tasas de prevalencia significativamente mayores para los hombres que para las mujeres, con excepción de los ítems “Mi último/a novio/a se preocupaba acerca de mi uso de la red” y “He intentado ocultar a otros la cantidad de tiempo que paso actualmente en Internet” que no presentaron diferencias estadísticamente significativas.

Desde el punto de vista de la percepción que tiene el propio encuestado acerca de su autocontrol sobre la conducta de conexión, se encontró que el 7,5% de los universitarios de la muestra manifestaron ser conscientes de que invertían grandes cantidades de tiempo en actividades relacionadas con la red como, por ejemplo, organizar el material descargado; el 6,1% afirmaron haberse sentido en algunos momentos dependientes de Internet; y el 3,5% reconocieron haber tratado de controlar en más de una ocasión el uso que hacían de este recurso sin haber sido capaces de lograrlo. En este caso, ninguno de los ítems estudiados presentó tasas de prevalencia significativamente diferentes en función del sexo del encuestado.

Finalmente, por lo que respecta a la aparición de síntomas de tolerancia y abstinencia relacionados con el uso de Internet, las tasas de prevalencia de los diferentes ítems estudiados presentaron valores que oscilan entre el 1,8% y el 9,8%. Concretamente, el 2,9% de los jóvenes afirmaron que desde que habían comenzado a usar Internet tenían que ir incrementando el tiempo de conexión para lograr satisfacción, siendo este fenómeno definitorio de la presencia de tolerancia. Este ítem fue informado por un porcentaje mayor de hombres que de mujeres, aunque las diferencias no fueron estadísticamente significativas. En relación con los síntomas de abstinencia, en los resultados se reveló que al tener que interrumpir o reducir el uso de Internet por cualquier circunstancia, el 9,8% de los jóvenes reconocieron experimentar sentimientos de irritación; el 3,5% manifestaron la presencia de pensamientos recurrentes anticipando la sensación de bienestar que experimentarían con la siguiente conexión; y el 1,8% experimentaron ansiedad o agitación y la aparición de un deseo fuerte de conexión. El porcentaje de hombres que manifestaron estos síntomas fue significativamente superior al de mujeres en tres de los cuatro ítems estudiados, siendo específicamente el ítem relativo a la aparición de ansiedad o agitación el que no presentó diferencias estadísticamente significativas.

### Discusión

Desde la perspectiva de las ciencias sociales, se ha venido señalando que las nuevas tecnologías de la comunicación y de la información han generado importantes cambios en el ámbito tecnológico, cultural y social (Bericat, 1999). Más concretamente, Internet rápidamente se ha convertido en una herramienta necesaria en nuestra sociedad y, aunque Internet es un medio excelente de búsqueda de información y de comunicación, también abre la posibilidad a la aparición de patrones de conducta abusivos con consecuencias graves para el individuo y para la sociedad en general (King y Kraemer, 1995).

Teniendo esto en cuenta, la finalidad de este estudio fue analizar la prevalencia de distintas variables relacionadas con las dificultades en el control del uso de Internet y con la presencia de síntomas de tolerancia y abstinencia entre universitarios. Los resultados pusieron de manifiesto que la mayoría de los indicadores de uso problemático presentaron prevalencias inferiores al 10% de la muestra total. Además, el 4,7% de los universitarios presentó a la vez cinco o más de los indicadores de uso problemático analizados. Estos resultados sugieren que, si bien la mayor parte de los individuos hacen un uso adecuado de Internet, existe un porcentaje no despreciable de estudiantes que podrían experimentar dificultades para el control de la conducta de conexión a Internet. Además, en la línea de lo encontrado en otras investigaciones previas llevadas a cabo con universitarios (Morahan-Martin y Schumacher, 2000; Scherer, 1997), los varones presentaron tasas más elevadas en la mayoría de las variables analizadas.

A nivel conductual, un buen número de estudiantes manifestaron pasar más horas en la red de las planeadas inicialmente y, en menor medida, encender el ordenador nada más levantarse o haber tratado de controlar inútilmente el uso de este recurso. En relación a la percepción de pérdida de control por parte del entorno social, entre el 2,2% y el 11% de los usuarios presentaron alguno de los indicadores al respecto, como recibir acusaciones de pasar un tiempo excesivo en Internet por parte de alguien cercano u ocultar el tiempo invertido. Igualmente, un porcentaje inferior al 7,5% de la muestra al completo manifestó presentar alguno de los indicadores de autopercepción de sus propias dificultades para controlar la conducta de conexión como, por ejemplo, percibir que invierten grandes cantidades de tiempo en el uso de Internet o reconocer intentos ineficaces de controlar su uso de la red.

En su conjunto, estos resultados son congruentes con los hallados en estudios previos que han informado de la existencia de dificultades para controlar la cantidad de tiempo invertido en la red y de la incapacidad para limitar el uso de Internet por parte de los usuarios considerados dependientes (Shotton, 1991; Young, 1998). Desde la literatura científica sobre adicciones se

ha planteado que si los componentes fundamentales de los trastornos adictivos son la falta de control y la dependencia, las adicciones no pueden limitarse exclusivamente a las conductas generadas por sustancias químicas, sino que existen hábitos de conducta que también pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en el funcionamiento del individuo (Guerricaechevarría y Echeburúa, 1997; Satel, 1997). Así, se ha señalado que todas las adicciones conductuales, entre ellas la adicción a Internet, están relacionadas con déficits en el control de impulsos y con problemas de autocontrol, lo cual parece ser respaldado por los resultados de este estudio (Marks, 1990).

Asimismo, los resultados apoyan la existencia de un fenómeno que podría asemejarse a la tolerancia presente en las adicciones a sustancias, ya que casi el 3% de los universitarios informaron que desde que habían comenzado a usar Internet habían tenido que incrementar progresivamente el tiempo de conexión para experimentar satisfacción (Brenner, 1997). Futuros estudios deberían explorar la relación entre el desarrollo de tolerancia y otras variables indicativas de un uso problemático, como por ejemplo el tiempo invertido en Internet o el tipo de uso que de ella se hace (establecer relaciones sociales, efectuar compras o juegos *on line*, mantener cibersexo, etc.).

Por otra parte, en el presente estudio se halló evidencia de la aparición de sentimientos de irritación y deseos de conexión al interrumpir el uso de Internet por cualquier circunstancia, así como de la aparición de ansiedad o agitación al poner fin o reducir el uso de Internet. Este fenómeno, que podría interpretarse como síntomas de abstinencia, ha sido encontrado en otros estudios sobre la adicción a Internet (Brenner, 1997). Igualmente, la urgencia por completar la conducta y el malestar experimentado en las adicciones psicológicas si se impide hacerlo se asemejan al deseo compulsivo y el síndrome de abstinencia sufridos por los toxicómanos (Echeburúa y Corral, 1994).

En relación a las diferencias entre hombres y mujeres, los varones presentaron con mayor frecuencia los indicadores de pérdida de control analizados. Este hallazgo es congruente con los estudios previos llevados a cabo con universitarios (Scherer, 1997; Morahan-Martin y Schumacher, 2000) y sugiere que los varones se encuentran en una situación de vulnerabilidad para presentar problemas relacionados con el uso de Internet. No obstante, es importante señalar que las diferencias no resultaron significativas en el apartado de autopercepción de pérdida de control, en el que hombres y mujeres presentaron porcentajes similares en cada uno de los indicadores analizados. Ello sugiere que, aunque los varones presentan con mayor frecuencia síntomas de pérdida de control, en general su autopercepción de un posible uso problemático no es mejor que el de las mujeres y, por tanto, no parecen ser conscientes en algunos casos de estar haciendo un mal uso de Internet.

A modo de conclusión, los resultados de este trabajo avalan la existencia de un grupo de universitarios que manifiestan dificultades para controlar el uso que hacen de Internet, así como la posible existencia de síntomas de tolerancia y abstinencia. No obstante, es importante subrayar que la mayoría de los individuos efectúan un empleo adecuado de la red que no está relacionado con un uso problemático o con la pérdida de control de la conducta de conexión. La investigación en el ámbito de la adicción a Internet está comenzando a desarrollarse en los últimos años y las conclusiones derivadas de la misma son todavía limitadas. Las particularidades de este patrón adictivo, así como las características comunes con otras adicciones conductuales y tecnológicas, deberán ser analizadas en futuros trabajos. Sin lugar a dudas, la naturaleza, los correlatos y los efectos de esta y otras adicciones conductuales son un campo prioritario para la investigación por sus potenciales consecuencias individuales y sociales.

### Referencias

- Bericat, E. (1999). La sociedad de la información. Tecnología, cultura, sociedad. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 76, 99-121.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XLVII. Parameters OF Internet use, abuse and addiction: the first 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 883-898.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553-575.
- Chou, C., Condrón, L. y Belland, J. C. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363-388.
- Chou, C. y Hsiao, M.C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Computers and Education*, 35, 65-80.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive – behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 77, 187 – 195.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: Más allá de la metáfora. *Clinica y Salud*, 5(3), 251-258.
- Golberg, I. (1995). Internet addiction disorder-Diagnostic criteria. In Addiction Support Group (IASG). Disponible en: <http://iucf.indiana.edu/~brown/hyplan/addict.html>
- Griffiths, M.D. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Griffiths, M. D. (2004). Betting your life on it: Problem gambling has clear health related consequences. *British Medical Journal*, 329, 1055-1056.
- Griffiths, M. D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197.

- Guerricaechevarría, C. y Echeburúa, E. (1997). Tratamiento psicológico de la adicción al teléfono (líneas partyline y eróticas): Un caso clínico. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23, 697-727.
- King, J. L., y Kraemer, K. L. (1995). Information infrastructure, national policy, and global competitiveness. *Information Infrastructure and Policy*, 4, 5-28.
- Marks, I. (1990). Behavioural (no-chemical) addictions. *British Journal of Addiction*, 85, 1389-1394.
- Morahan-Martin, J.M. y Schumacker, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Muñoz-Rivas, M. J., Navarro, M. E., y Ortega, N. (2003). Patrones de uso de Internet en población universitaria española. *Adicciones*, 15, 137-144.
- Pratarelli, M. E. y Browne, B. L. (2002). Confirmatory factor analysis of Internet use and addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 5, 53 – 64.
- Pratarelli M. E., Browne B. L. y Johnson K. (1999). The bits and bytes of computer/Internet addiction: a factor analytic approach. *Research Methods, Instruments and Computers*, 31, 305-314.
- Satel, S. L. (1997). The diagnostic limits of “addiction”. *Journal of Clinical Psychiatry*, 54, 237.
- Scherer, K. (1997). College life online: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Student Development*, 38, 655 – 665.
- Shotton, M. (1991). The costs and benefits of “computer addiction”. *Behavior and Information Technology*, 10, 219 – 230.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 25 – 28.
- Young, K.S. (2005). Clasificación de los subtipos, consecuencias y causas de la adicción a Internet. *Psicología Conductual*, 13, 463 – 480.