

Un terç dels joves espanyols manifesten signes de manca de control en l'ús del mòbil

- Un estudi de l'Observatori Social de la Fundació "la Caixa" evidencia que el benestar d'aquest col·lectiu depèn no tan sols de quant utilitza la tecnologia, sinó també de per a què l'utilitza.
- Mitjançant la construcció de sis perfils d'usuari, els autors, de l'Institut Cultura i Societat de la Universitat de Navarra, detecten una clara associació entre la intensitat amb què s'utilitza el mòbil per a diferents tasques i determinats nivells de benestar, malestar i satisfacció personal.
- Els perfils que mostren més benestar i satisfacció són els que fan un ús moderat i instrumental del mòbil (per organitzar-se o treballar) davant dels que en fan un ús intens i d'oci (sèries, jocs, evasió, etc.).
- Aquest projecte forma part de la convocatòria de l'Observatori Social de la Fundació "la Caixa" per donar suport a un projecte d'estudi social basat en una enquesta plurianual.

Barcelona, 3 de juny de 2021. Una mica més d'un terç (35 %) dels joves espanyols manifesten signes de manca de control en l'ús del mòbil, segons un estudi de la Fundació "la Caixa". Aquesta conclusió parteix de la definició de sis perfils d'usuari: els **moderats** i els **organitzats** exhibeixen més capacitat de controlar l'ús del mòbil que la mitjana; els **socialitzadors**, **impetuosos** i **escapistes**, en canvi, tenen un nivell d'autocontrol lleugerament inferior a la mitjana; i són els **hiperconnectats** els que es veuen més sovint incapaços de controlar l'ús del mòbil.

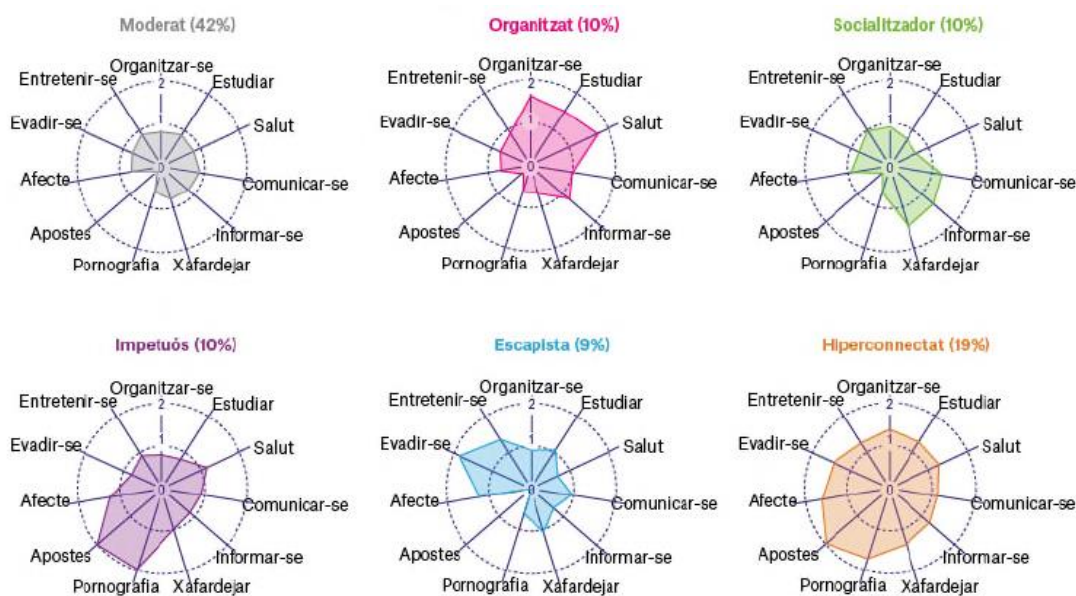
L'estudi «**De moderats a hiperconnectats: sis perfils d'ús del mòbil i el seu impacte en el benestar personal**», liderat per Charo Sádaba i Javier García-Manglano, de l'Institut Cultura i Societat de la Universitat de Navarra, defineix

Nota de premsa

que, juntament amb el temps d'ús del mòbil (quant?), el benestar personal dels joves depèn, en gran part, dels motius pels quals recorren a aquesta tecnologia (per a què?). Aquest projecte forma part de la convocatòria de l'Observatori Social de la Fundació "la Caixa" per donar suport a un projecte d'estudi social basat en una enquesta plurianual.

Globalment, el 42 % dels joves tenen un perfil moderat en l'ús del mòbil: cap tasca o motivació no domina el seu patró de consum. Per contra, el 19 % està hiperconnectat, ja que recorre al mòbil per a moltes tasques. La resta de joves, el 39 %, utilitzen el mòbil per organitzar-se (10 %), socialitzar (10 %), buscar sensacions intenses (10 %) o evadir-se dels seus problemes (9 %).

Aquests sis perfils d'usuari es vinculen a 11 motivacions diferents en l'ús del mòbil. Els moderats estan per sota de la mitjana en tots els usos. Els hiperconnectats, en canvi, hi destaquen: utilitzen el mòbil més que la mitjana en totes les activitats examinades.



Nota: el cercle de valor 1 de cada gràfic indica la freqüència mitjana amb què els joves enquestats esmenten aquesta motivació. Per tant, el valor 2 indicaria que aquesta motivació és el doble de freqüent en aquest perfil en concret en comparació amb el conjunt de joves, i el valor 0, que aquesta motivació no s'expressa en aquest perfil d'usuari.

Font: elaboració pròpia.

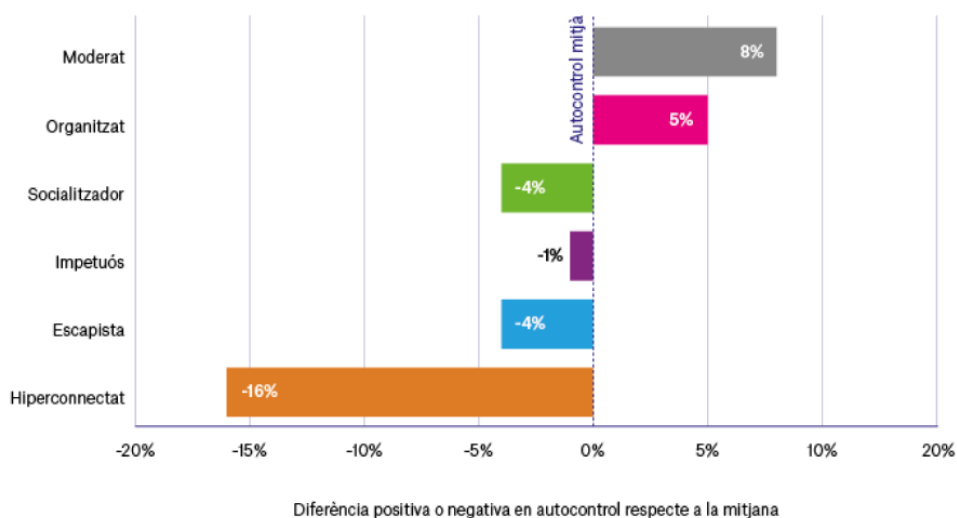
L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

La **capacitat d'autocontrol** en l'ús de mòbils sembla que està fortament associada amb les motivacions per les quals s'hi recorre. En un extrem, dos perfils estan associats a més autocontrol: la capacitat de control en l'ús del mòbil és un 8 % més prevalent entre els moderats i un 5 % entre els organitzats. Tots dos perfils es distingeixen perquè fan un ús del mòbil no específic i instrumental, per a tasques com ara la gestió del calendari, el treball, etc., però no tant amb l'objectiu de socialitzar o evadir-se.

A l'extrem contrari hi ha els joves de perfil hiperconnectat, que recorren a la tecnologia per a múltiples tasques. Tenen un nivell d'autocontrol molt baix, un 16 % menor que la mitjana general. De fet, en el marc de l'estudi dut a terme, més de la meitat dels joves classificats en aquest perfil van manifestar dificultats per controlar l'ús del mòbil.

Entre els dos extrems esmentats hi ha perfils que s'associen amb un lleu descens en l'autocontrol: els socialitzadors i els escapistes. Finalment, els impetuós estan només lleugerament per sota de la mitjana general pel que fa a la seva capacitat de controlar l'ús del mòbil.

El gràfic següent mostra com augmenta o disminueix el nivell d'autocontrol segons el perfil d'ús:



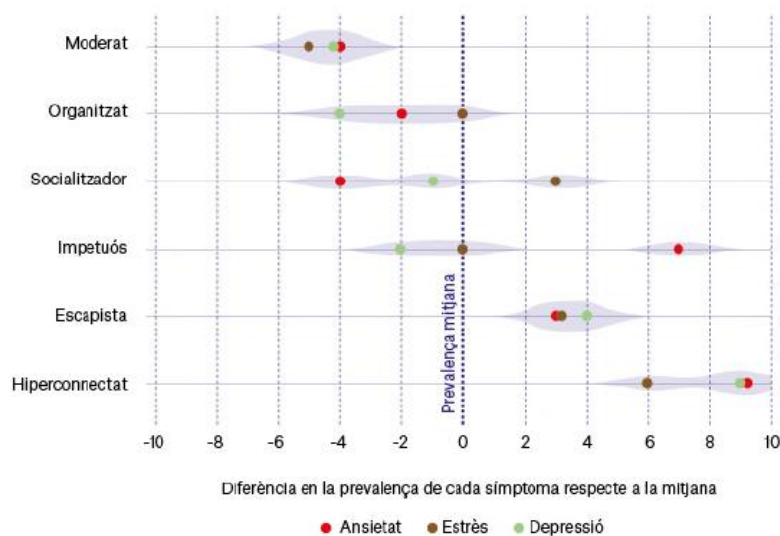
Font: elaboració pròpia.

L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

Ús del mòbil i benestar personal

La capacitat de controlar l'ús de la tecnologia és un factor important de benestar. En aquest sentit, preocupa la prevalença, entre les generacions més joves, de símptomes negatius de salut mental.

El gràfic següent mostra la proporció de joves, per perfil d'ús de tecnologia, que exhibeixen nivells alts o severos d'ansietat, depressió i estrès. Els nivells de cada perfil es comparen amb la prevalença mitjana d'aquests tres símptomes de malestar en la mostra total de joves, que correspon a la línia vertical, de valor zero. Per tant, a la dreta se situen valors per damunt de la mitjana (més prevalença dels símptomes), i a l'esquerra, valors per sota de la mitjana (menys prevalença d'aquests símptomes).



Font: elaboració pròpia.


L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa".

S'aprecia una clara associació entre la intensitat amb què s'utilitza el mòbil per a diferents tasques i el malestar psicològic dels seus usuaris. Els moderats, que recorren menys al mòbil, presenten nivells més baixos d'ansietat, depressió i estrès. Entre els hiperconnectats, que recorren molt al mòbil, hi ha més joves amb símptomes de malestar.

Departament de Comunicació de la Fundació "la Caixa"

Neus Contreras: 619 743 829 / ncontreras@fundacionlacaixa.org

Sala de Premsa: <https://premsa.fundacionlacaixa.org/ca>

 @ FundlaCaixaCAT #ObservatoriFundlaCaixa

Nota de premsa

L'**ansietat** és l'indicador de malestar psicològic més prevalent entre els joves: el 28 % pateixen nivells alts o severos d'aquest símptoma (dada no mostrada en el gràfic). Aquesta proporció creix en el cas dels escapistes (+3), que utilitzen més el mòbil per evadir-se dels seus problemes; els impetuosos (+7), que recorren més al mòbil per a la pornografia, els jocs i les apostes, i els hiperconnectats (+9), que l'utilitzen per a uns quants dels usos anteriors. Els altres tres perfils presenten nivells més baixos d'ansietat.

El segon símptoma de malestar psicològic per prevalença és l'estrès: el 19 % dels joves pateixen nivells alts o severos d'aquest símptoma (dada no recollida en el gràfic). En aquest cas, només els joves de perfil moderat (-5) aconseguen estar per sota de la mitjana. Els organitzadors (0) i impetuosos (0) estan just a la mitjana, i els socialitzadors (+3) i escapistes (+3), una mica per damunt. De nou, els hiperconnectats (+6) estan per damunt de la mitjana.

I per acabar, el 17 % dels joves enquestats (dada no reflectida en el gràfic) pateixen nivells alts o severos de depressió. Crida l'atenció la freqüència més recurrent d'aquest problema entre escapistes (+4) i hiperconnectats (+), els mateixos grups que ja destacaven negativament en els indicadors anteriors.

L'Observatori Social de la Fundació "la Caixa"

La voluntat de l'[Observatori Social de la Fundació "la Caixa"](#) és aportar diagnòstics sobre la realitat social en les àrees de coneixement relacionades amb els grans àmbits d'actuació de la Fundació "la Caixa": social, educació i cultura.