

Un tercio de los jóvenes españoles manifiestan signos de falta de control en el uso del móvil

- Un estudio del Observatorio Social de la Fundación "la Caixa" evidencia que el bienestar de este colectivo depende no solo de cuánto usa la tecnología, sino también de para qué la utiliza.
- Mediante la construcción de seis perfiles de usuario, los autores, del Instituto Cultura y Sociedad de la Universidad de Navarra, detectan una clara asociación entre la intensidad con que se utiliza el móvil para distintas tareas y determinados niveles de bienestar, malestar y satisfacción personal.
- Los perfiles que muestran mayor bienestar y satisfacción son los que dan un uso moderado e instrumental al móvil (para organizarse o trabajar) frente a los que le dan un uso intenso y de ocio (series, juegos, evasión, etc.).
- Este proyecto forma parte de la convocatoria del Observatorio Social de la Fundación "la Caixa" para apoyar un proyecto de estudio social basado en una encuesta plurianual.

Barcelona, 3 de junio de 2021. Algo más de un tercio (35 %) de los jóvenes españoles manifiesta signos de falta de control en el uso del móvil, según un estudio de la Fundación "la Caixa". Esta conclusión parte de la definición de seis perfiles de usuario: los **moderados** y los **organizados** exhiben mayor capacidad de controlar su uso del móvil que la media; los **socializadores**, **impetuosos** y **escapistas**, en cambio, tienen un nivel de autocontrol ligeramente inferior al promedio, y son los **hiperconectados** quienes con mayor frecuencia se ven incapaces de controlar su uso del móvil.

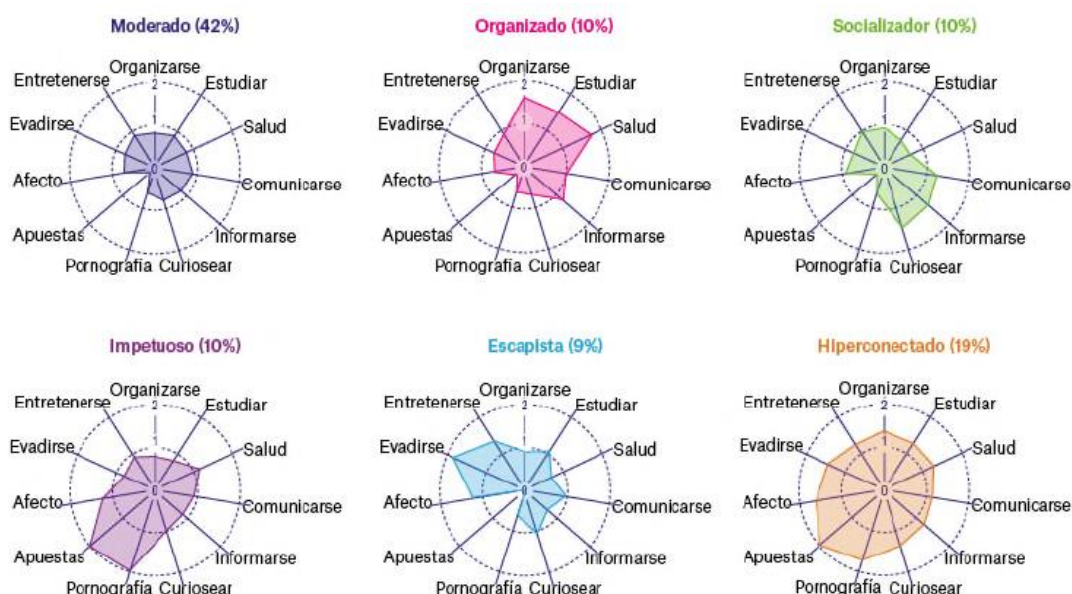
El estudio «**De moderados a hiperconectados: seis perfiles de uso del móvil y su impacto en el bienestar personal**», liderado por Charo Sádaba y Javier García-Manglano, del Instituto Cultura y Sociedad de la Universidad de

Nota de prensa

Navarra, defiende que, junto con el tiempo de uso del móvil (¿cuánto?), el bienestar personal de los jóvenes depende, en gran medida, de los motivos por los que recurren a esta tecnología (¿para qué?). Este proyecto forma parte de la convocatoria del Observatorio Social de la Fundación "la Caixa" para apoyar un proyecto de estudio social basado en una encuesta plurianual.

Globalmente, el 42 % de los jóvenes tiene un perfil moderado en el uso del móvil: ninguna tarea o motivación domina su patrón de consumo. Por el contrario, el 19 % está hiperconectado, pues recurre al móvil para muchas tareas. El resto de los jóvenes, el 39 %, utiliza el móvil para organizarse (10 %), socializar (10 %), buscar sensaciones intensas (10 %) o evadirse de sus problemas (9 %).

Estos seis perfiles de usuario se vinculan a 11 motivaciones distintas en el uso del móvil. Los moderados están por debajo de la media en todos los usos. Los hiperconectados destacan por lo contrario: usan el móvil más que la media en todas las actividades examinadas.



Nota: el círculo de valor 1 en cada gráfico indica la frecuencia media con la que se cita esa motivación entre todos los jóvenes encuestados. Por lo tanto, el valor 2 indicaría que esa motivación es el doble de frecuente en ese perfil en comparación con el conjunto de jóvenes, y el valor 0, que esa motivación no se expresa en ese perfil de usuario.


Fuente: elaboración propia.

El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

Departamento de Comunicación de la Fundación "la Caixa"

Neus Contreras: 619 74 38 29 / ncontreras@fundacionlacaixa.org

Sala de Prensa: <https://prensa.fundacionlacaixa.org/es/>

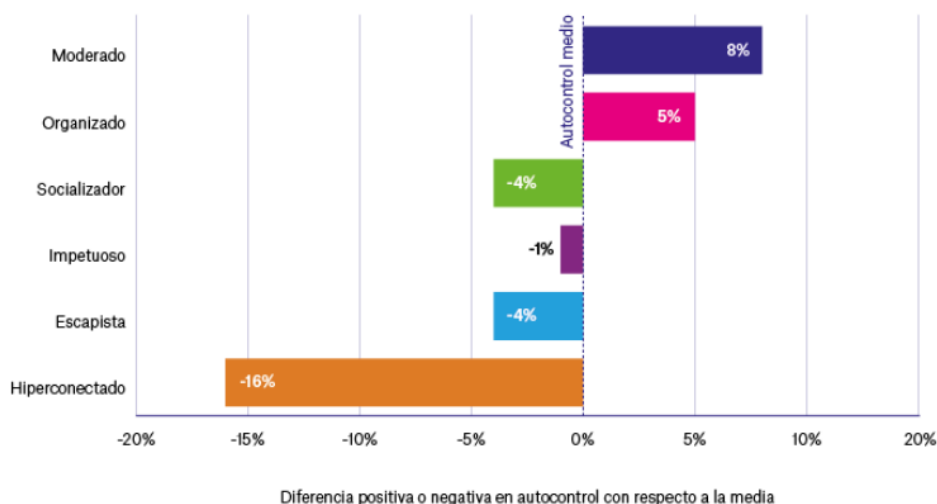
 @ FundlaCaixa #ObservatorioFundlaCaixa

La **capacidad de autocontrol** en el uso de móviles parece fuertemente asociada con las motivaciones por las que se recurre a los mismos. En un extremo, dos perfiles están asociados a mayor autocontrol: la capacidad de control en el uso del móvil es un 8 % más prevalente entre los moderados y un 5 % entre los organizados. Ambos perfiles se distinguen por dar al móvil un uso no específico e instrumental, para tareas como la gestión del calendario, el trabajo, etc., pero no tanto con el objetivo de socializar o evadirse.

En el extremo contrario encontramos a los jóvenes de perfil hiperconectado, que recurren a la tecnología para múltiples tareas. Su nivel de autocontrol es muy bajo, un 16 % menor que la media general. De hecho, en el marco del estudio llevado a cabo, más de la mitad de los jóvenes clasificados en este perfil manifestaron dificultades para controlar su uso del móvil.

Entre los dos extremos citados encontramos perfiles que se asocian con un leve descenso en el autocontrol: los socializadores y los escapistas. Por último, los impetuosos están solo ligeramente por debajo de la media general en cuanto a su capacidad de controlar el uso del móvil.

El siguiente gráfico muestra cómo aumenta o disminuye el nivel de autocontrol según el perfil de uso:



Fuente: elaboración propia.


El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

Uso del móvil y bienestar personal

Departamento de Comunicación de la Fundación "la Caixa"

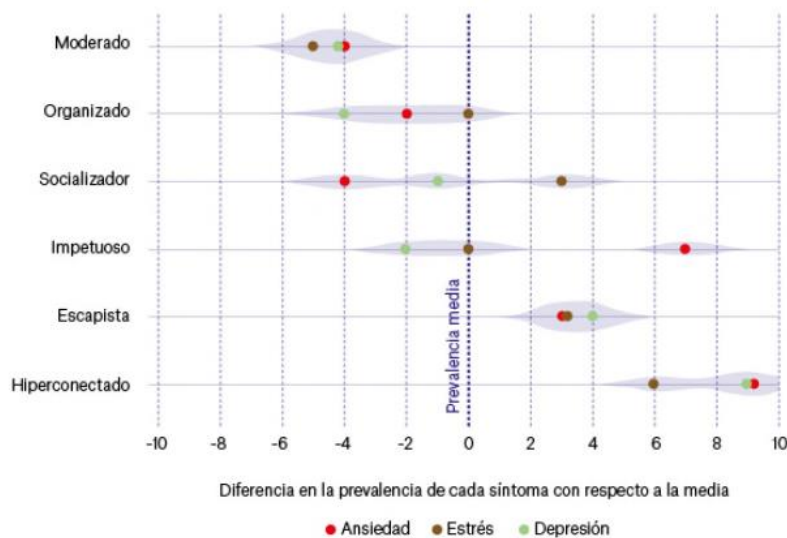
Neus Contreras: 619 74 38 29 / ncontreras@fundacionlacaixa.org

Sala de Prensa: <https://prensa.fundacionlacaixa.org/es/>

 @ FundlaCaixa #ObservatorioFundlaCaixa

La capacidad de controlar el uso de la tecnología es un importante factor de bienestar. En este sentido, preocupa la prevalencia, entre las generaciones más jóvenes, de síntomas negativos de salud mental.

El siguiente gráfico muestra la proporción de jóvenes, por perfil de uso de tecnología, que exhiben niveles altos o severos de ansiedad, depresión y estrés. Los niveles de cada perfil se comparan con la prevalencia media de estos tres síntomas de malestar en la muestra total de jóvenes, que corresponde a la línea vertical, de valor cero. Por lo tanto, a la derecha se sitúan valores por encima de la media (mayor prevalencia de los síntomas), y a la izquierda, valores por debajo de la media (menor prevalencia de estos).



Fuente: elaboración propia.

El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".

Se aprecia una clara asociación entre la intensidad con que se utiliza el móvil para distintas tareas y el malestar psicológico de sus usuarios. Los moderados, que recurren menos al móvil, presentan niveles más bajos de ansiedad, depresión y estrés; entre los hiperconectados, que recurren mucho al móvil, hay más jóvenes con síntomas de malestar.

La **ansiedad** es el indicador de malestar psicológico más prevalente entre los jóvenes: el 28 % padece niveles altos o severos de este síntoma (dato no

Nota de prensa

mostrado en el gráfico). Esta proporción asciende para: los escapistas (+3), que usan más el móvil para evadirse de sus problemas; los impetuosos (+7), que recurren más al móvil para la pornografía, los juegos y las apuestas; y los hiperconectados (+9), que lo usan para varios de los usos anteriores. Los otros tres perfiles presentan niveles más bajos de ansiedad.

El segundo síntoma de malestar psicológico por prevalencia es el estrés: el 19 % de los jóvenes sufren niveles altos o severos de este síntoma (dato no recogido en el gráfico). En este caso, solo los jóvenes de perfil moderado (-5) logran estar por debajo de la media. Los organizados (0) e impetuosos (0) están justo en la media, y los socializadores (+3) y escapistas (+3), algo por encima. De nuevo, los hiperconectados (+6) están por encima de la media.

Por último, el 17 % de los jóvenes encuestados (dato no reflejado en el gráfico) padece niveles altos o severos de depresión. Resulta llamativa la mayor frecuencia de este problema entre escapistas (+4) e hiperconectados (+9), los mismos grupos que ya destacaban negativamente en los indicadores anteriores.

El Observatorio Social de la Fundación "la Caixa"

La voluntad del [Observatorio Social de la Fundación "la Caixa"](#) es aportar diagnósticos sobre la realidad social en las áreas de conocimiento relacionadas con los grandes ámbitos de actuación de la Fundación "la Caixa": social, educación y cultura.