



**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS  
Y SOCIALES**

**TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL**

*Nomofobia y soledad emocional en jóvenes adultos de la  
Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires*

**Alumna:** Maria Soledad Vassarotto **L.U.:** 96.220

**Carrera:** Licenciatura en Psicología

**Tutor:** Pablo Gonzáles Caino

7 de diciembre de 2020

A las nuevas generaciones que nos permiten renovar el compromiso con esta y las futuras investigaciones que aporten información valiosa en la intersección del desarrollo tecnológico y las buenas prácticas en el uso de estas.

A esta casa de estudios, por permitirme aprehender de grandes docentes, Leticia Pedemonte, Diana Trajtenberg, Diana Barenboim, Laura Berenbaum, Miriam Juchnowicz y Sandra Eguidazu. Gracias a todas ellas por tanta generosidad, educadoras 3.0.

A mi familia, por permitirme creer que este camino era posible, por ser ejemplo educando y defendiendo los derechos que los seres humanos tenemos que conservar.

A Norma Wilichowski, Daniel Alarcón, Ignacio Alarcón y Agustín Alarcón, por haber hecho posible el presente trabajo en épocas de Covid-19, gracias por todo su apoyo incondicional.

## Resumen

**Propósito:** analizar la relación entre nomofobia y soledad emocional en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires.

**Método:** se llevó a cabo un estudio con un diseño no experimental, de corte transversal y alcance descriptivo-correlacional que incluye una muestra no probabilística de 350 jóvenes adultos de entre 18 y 29 años, con una edad promedio de 21.84 años ( $DE=3.418$ ) de ambos sexos, el 56% del género femenino ( $n=195$ ) y el 44% masculino ( $n= 154$ ).

**Resultados:** los resultados demostraron que los niveles más altos de nomofobia se encuentran en la dimensión inhabilidad para comunicarse, y en lo que refiere a soledad emocional se encuentran en la dimensión soledad emocional, seguida por la soledad familiar.

Asimismo, no existen diferencias significativas en las dimensiones de nomofobia según el género de los participantes, a excepción de la dimensión incapacidad para acceder a la información en la cual se haya un mayor nivel en mujeres. En cuanto a la soledad emocional en función del género los hombres reportaron mayores niveles y presentaron diferencias significativas en soledad social. Realizando un corte de la población por edad, el grupo de menor edad presentó mayor puntuación en soledad conyugal. Finalmente, la nomofobia no correlaciona positivamente con la soledad emocional, a excepción de la dimensión pérdida de conectividad y renuncia a la comodidad.

**Conclusiones:** la presente investigación ofrece información que se alinea con las investigaciones realizadas y conclusiones generales obtenidas hasta el momento sobre la relación entre nomofobia y soledad emocional. Los resultados alcanzados afirman la necesidad de continuar consolidando los instrumentos teóricos y de medición de esta nueva adicción para favorecer el diseño de dispositivos de prevención y poder así generar programas de buenas prácticas en el uso de nuevas tecnologías en población joven adulta.

**Purpose:** to analyze the relationship between nomophobia and emotional loneliness in young adults of the Autonomous City of Buenos Aires and Greater Buenos Aires.

**Method:** a study was carried out with a non-experimental, cross-sectional design and descriptive-correlational scope that includes a non-probabilistic sample of 350 young adults between 18 and 29 years old, with an average age of 21.84 years ( $SD = 3.418$ ) of both sexes, 56% of the female gender ( $n = 195$ ) and 44% male ( $n = 154$ ).

**Results:** The results showed that the highest levels of nomophobia are found in the dimension of inability to communicate, and with regard to emotional loneliness they are found in the dimension emotional loneliness, followed by family loneliness. Likewise, there are no significant differences in the dimensions of nomophobia according to the gender of the participants, an exception of the dimension of inability to access information in which there is a higher level in women. Regarding emotional loneliness as a function of gender, men reported higher levels and showed significant differences in social loneliness. By making a cut-off of the population by age, the youngest group had a higher score in marital loneliness. Finally, nomophobia does not correlate positively with emotional loneliness, except for the dimension of loss of connectivity and renunciation of comfort.

**Conclusions:** This research offers information that is aligned with the research carried out and general conclusions obtained so far on the relationship between nomophobia and emotional loneliness. The results achieved affirm the need to continue consolidating the theoretical and measurement instruments of this new addiction to favor the design of prevention devices and thus be able to generate good practice programs in the use of new technologies in the young adult population.

## Índice

<i>Introducción</i> .....	7
<i>Pregunta de investigación</i> .....	9
<i>Objetivo General</i> .....	9
Objetivos específicos.....	9
<i>Hipótesis</i> .....	9
<i>Marco Teórico</i> .....	10
Nomofobia.....	10
Soledad Emocional.....	13
<i>Metodología</i> .....	17
Diseño .....	17
Participantes .....	17
Instrumentos .....	17
Cuestionario sociodemográfico .....	<b>17</b>
Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) (León-Mejía, Pérez-Sancho, & González-Cabrera, 2017). .....	<b>17</b>
Escala ESTE (Cardona Jiménez & Villamil Gallego, 2010).....	<b>18</b>
<i>Procedimiento de recolección de datos</i> .....	19
<i>Procedimiento de análisis de datos</i> .....	19
<i>Resultados</i> .....	20
Estadísticos descriptivos.....	20
Diferencias de grupo.....	21
Correlaciones.....	24
<i>Discusión</i> .....	26
<i>Limitaciones y futuras líneas de investigación</i> .....	28
<i>Conclusión</i> .....	29
<i>Referencias</i> .....	30
<i>Anexos</i> .....	35
Consentimiento informado .....	35
Cuestionario sociodemográfico .....	35

Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) (León-Mejía, Pérez-Sancho, & González-Cabrera, 2017).  
..... 37

Escala ESTE (Cardona Jiménez & Villamil Gallego, 2010)..... 38

## Introducción

Las adicciones “comportamentales” o denominadas “sin droga” tienen relevancia en la psicopatología moderna debido al aumento estadístico a nivel mundial, evidenciándose en estos padecimientos actos o comportamientos orientados a evitar sentimientos tales como el estrés, la soledad o la tristeza (Fernández, 2003). Concretamente en la última década, diferentes investigadores se encuentran trabajando en desafiar el concepto tradicional de adicción tal como se conoce en el DSM 5 (asociado a sustancias, a excepción de la patología del juego) sugiriendo incluir una mayor gama de comportamientos (Choliz, 2012) y proponiendo un nuevo modelo conductual respecto a la adicción, donde se pretende incluir un grupo de patologías bajo el concepto de “adicción tecnológica” (Peraman & Parasuraman, 2016).

Con base en lo expuesto, en el presente trabajo se pretende abordar la dependencia desmedida al teléfono móvil, designada como “nomofobia” (término derivado del inglés no-mobile-phone – phobia) como un componente en relación con otras variables psicológicas como factores de riesgo.

Haciendo un recorrido estadístico del concepto y la patología, el primer estudio realizado en Inglaterra en el año 1998 mostró que el 53% de la población presentaba esta adicción y, dos años después, una investigación realizada por la consultora inglesa SecurEnvoy indicó que estos valores alcanzaron al 66% de la población. A nivel local, según estudios realizados en el 2012 en Argentina, el 71% de las personas que poseían un teléfono celular manifestó no poder salir sin este de su casa, donde la penetración de esta tecnología mostraba que casi la mitad de los argentinos poseía un servicio de telefonía móvil, alcanzando 40 millones de líneas de celular. Asimismo, el estudio Mindshare reveló que en nuestro país los segmentos más jóvenes entre los 18 y 34 años concentraban más del 50% de los equipos móviles disponibles (Dergarabedian, 2012).

Si la población adolescente es la que concentra en mayor porcentaje el uso de estos dispositivos y los primeros indicios respecto al origen de la problemática sugieren la percepción de una menor satisfacción de vida por parte de los encuestados (Han, Kim & Kim, 2017), analizar dicho padecimiento en esta población puede ser relevante para aportar información que permita caracterizar la adicción y conocer los factores que la predisponen. En relación a ello, un estudio realizado por Chóliz, Villanueva y Choliz (2009) sugiere que un elemento principal de la patología en población adolescente es la utilización del dispositivo como vía para solucionar problemas afectivos, sobre lo cual justamente Moreno y Migone de

Faletty (2015) plantean que la adolescencia es el momento de la vida en la que el adolescente aprende sobre el mundo que lo rodea y encuentra su lugar en él.

Es por ello que se considera relevante evaluar si existe una relación entre las conductas adictivas al uso del celular y la soledad emocional que pudiera transitar el adolescente, producto de no haber adquirido la aptitud necesaria para una adecuada interacción social (Heinrich & Guillone, 2006).

En los últimos años, uno de los indicadores alarmantes es el tiempo de conexión que los jóvenes destinan en los dispositivos móviles, que se encuentra en constante aumento, además del desarrollo tecnológico de los dispositivos que permite ampliar cada vez más las funciones disponibles, convirtiéndolo en un auténtico símbolo de identidad y prestigio, en deterioro de oportunidades de interacción social presenciales (Lobel, 2003).

Teniendo en cuenta el hecho de que los adolescentes son reacios a hablar con otras personas cara a cara, tienden a comunicarse con las personas a través de mensajes de texto u otras aplicaciones de redes sociales en los teléfonos inteligentes (Walsh, White & Young, 2008), Park y Lee (2012) señalan que el uso de teléfonos inteligentes puede aumentar la soledad entre los adolescentes. Es más, los investigadores anticipan probablemente quienes presenten mayores niveles de soledad, tengan una alta probabilidad de presentar comportamientos nomofóbicos (Bian & Leun, 2014).

En este contexto y, teniendo en cuenta la literatura en la cual se menciona la función social del uso de los teléfonos celulares como una estrategia de afrontamiento desadaptativa para los sentimientos de soledad, la intención principal del presente trabajo es analizar qué relación existe entre la nomofobia y la soledad emocional en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y del Gran Buenos Aires, con el objetivo de obtener datos que faciliten tanto el diseño de dispositivos de prevención, robustecer el cuerpo teórico sobre la asociación en las variables, como recavar evidencia para generar programas de buenas prácticas en el uso de las nuevas tecnologías.

## **Pregunta de investigación**

¿Qué relación existe entre la nomofobia y la soledad emocional en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires?

## **Objetivo General**

Describir y analizar la asociación entre nomofobia y soledad emocional en jóvenes adultos residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires.

## **Objetivos específicos**

1. Describir los niveles de nomofobia y soledad emocional.
2. Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas en nomofobia y soledad emocional según sexo y edad.
3. Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas en soledad emocional según estado civil.
4. Analizar la relación entre nomofobia y soledad emocional.

## **Hipótesis**

1. Las mujeres presentan mayor nomofobia que los hombres; mientras que los hombres presentan mayor soledad emocional que las mujeres (Objetivo específico 2).
2. El grupo de menor edad presenta mayores niveles de nomofobia y soledad emocional que el grupo de mayor edad (Objetivo específico 2).
3. Los jóvenes en pareja presentan menor soledad emocional que los jóvenes solteros (Objetivo específico 3).
4. A mayor nomofobia, mayor soledad emocional (Objetivo específico 4).

## Marco Teórico

### Nomofobia

En las últimas décadas, los teléfonos móviles se han convertido en una herramienta indispensable con capacidades que superan con creces su propósito original, de manera tal que no solo permiten a los usuarios llamar o enviar mensajes de texto a otras personas, sino que también brindan acceso a Internet y a todos los servicios disponibles en él (González-Cabrera, León-Mejía, Pérez-Sancho & Calvete, 2017). Estas funciones habilitan al individuo a interactuar con un teléfono inteligente en la vida diaria haciendo llamadas, mensajería instantánea, navegar por la web, etiquetar noticias, enviar correos electrónicos, ver y compartir fotos y videos y jugar juegos, especialmente en las redes sociales (Samaha & Hawi, 2016), funciones que han configurado un factor facilitador para el rápido aumento del uso de estas nuevas tecnologías; no obstante no obstante, esto ha conllevado que el tiempo que se utilizan los dispositivos inflencie sobre la conducta del usuario, exhibiendo ansiedad cuando no se hace uso de estos (Zheng & Lionel, 2010). (Davey & Davey, 2014).

En este sentido, es esperable que algunas personas jóvenes se encuentren extremadamente apegadas a sus teléfonos celulares considerando la integración de estos en la vida de las personas y sus funciones (Walsh, White & Young, 2008). Concretamente, el uso de teléfonos celulares ha tenido una expansión a nivel global, al punto que representa una parte de la cultura de las personas (Katz, 2002).

La revolución de las tecnologías de la información y la comunicación no solo ha cambiado la forma en que nos comunicamos y accedemos a la información, sino que también ha provocado la aparición de nuevas fobias y trastornos mentales (Bragazzi & Del Puente, 2014). Específicamente, uno de los trastornos provocados por el uso de los celulares es la nomofobia, definida como un miedo intenso e irracional a perder el contacto con el teléfono móvil (Bragazzi & Del Puente, 2014).

El concepto procede de la abreviatura del término “*no-mobile-phobia*” y se define como el miedo a no poder comunicarse a través del teléfono móvil (King, Valença, Silva, Sancassiani, Machado & Nardi, 2014). Asimismo, esta también ha sido definida como un trastorno de la edad moderna que provoca ansiedad, nerviosismo, malestar y angustia, resultantes de la falta de contacto con un celular (Takao, 2009; Armayones, 2011; King, Valença, Silva, Baczynski, Carvalho & Nardi, 2013; Bragazzi & Del Puente, 2014).

En términos generales, las fobias específicas son trastornos de ansiedad comunes que preceden a otros problemas psiquiátricos como la depresión o el abuso de sustancias (Burstein

et al., 2012). Específicamente, la nomofobia se relaciona con el uso problemático de Internet (Caplan, 2002, 2010) y los denominados “trastornos del uso de Internet”, caracterizados por el tiempo excesivo dedicado a entretenimientos por este medio que pueden interferir con la vida cotidiana normal, causar preocupación e incapacidad para desconectarse y generar conflictos personales e interpersonales (López-Fernández, Freixa-Blanxart & Honrubia-Serrano, 2013). Podría decirse, entonces, que los individuos con comportamientos nomofóbicos presentan comportamientos desordenes psicosociales, comportamentales y ansiosis que afectan sus vidas cuando no tienen contacto con su teléfono celular (Dixit et al., 2010).

Ahora bien, mientras que la dependencia al celular se define como una pérdida de control sobre el uso del teléfono que interfiere con otras actividades (Choliz, 2012), la nomofobia se refiere a un miedo patológico: se trata de una fobia que genera conflictos relacionados con la necesidad de comunicarse a través del teléfono móvil y con la pérdida de control sobre la autonomía y la conectividad (Yildirim & Correia, 2015). Esto significa que, si bien la nomofobia guarda relación con el uso abusivo de teléfonos móviles y la dependencia, es un constructo diferente; de manera tal que la nomofobia se entiende como un trastorno de ansiedad específico que produce diferentes síntomas y comportamientos, tales como la obsesión por mantener la batería cargada, llevar siempre un cargador consigo, sentirse ansioso ante la idea de no poder utilizar el teléfono por falta de cobertura de red o tratando de evitar lugares y situaciones en las que el uso del dispositivo está prohibido (teatros, cines, etc.) y mirando continuamente la pantalla del teléfono para ver si se han recibido o se pueden recibir mensajes o llamadas (Bragazzi & Del Puente, 2014).

Otras afectaciones psicológicas que se han descrito han sido la ansiedad, la angustia, la desesperación, dificultades para concentrarse, la inseguridad, el estrés e incluso la ira incontrolable; pudiendo ser acompañadas de síntomas físicos como contracturas, taquicardia, sudoración excesiva, problemas gastrointestinales, insomnio y crisis de angustia (King, Valença & Nardi, 2010; Osio Flores et al., 2014).

No obstante, Bragazzi y Del Puente (2013) aclaran que ni las conductas ni las afectaciones psicológicas anteriormente mencionadas están incluidas en los sistemas de clasificación diagnóstica, por lo cual presentan una serie de recomendaciones para la inclusión de la nomofobia en el grupo de fobias específicas de estos sistemas. En este sentido, la relevancia del estudio de la nomofobia yace no solo en su inclusión en los sistemas de clasificación diagnóstica para proporcionar a los profesionales de la salud mental una herramienta diagnóstica, sino también para formentar desarrollos de aplicaciones clínicas y de prevención (Bragazzi & Del Puente, 2014).

Por otro lado y, considerando las ventajas que ofrece el uso de las nuevas tecnologías, podría ser justo afirmar que las personas están migrando a dispositivos móviles para socialización, entretenimiento y otras necesidades: además de los innumerables roles en la vida de los individuos, los teléfonos celulares no solo tienen funciones y características como la comunicación verbal, sino que también tienen otras aplicaciones como los mensajes de texto, que proporcionan funciones para la socialización (Bian & Leung, 2014).

Este dispositivo tecnológico también hace que las personas cambien sus estilos de vida, diferencien sus relaciones sociales y limiten su vida a este mundo tecnológico (Yilmaz, Sar, & Civan, 2015) y, aunque el perfil de los usuarios puede variar, los teléfonos inteligentes son comúnmente utilizados por personas que buscan la socialización y la sensación de agrado (Pavithra & Madhukumar, 2015).

Sin embargo, más allá de presentar ventajas los teléfonos celulares también presentan ventajas en el orden interpersonal: por ejemplo, George y Odgers (2015), mencionan que las tecnologías móviles desencadenan los siguientes siete temores: sobre con quién interactúan los usuarios en línea; el ciberacoso; las experiencias de socialización fuera de línea y las amistades; la brecha digital entre padres y adolescentes; el sentido dañino del yo y la identidad; los riesgos potenciales para rendimiento cognitivo; y el sueño. Asimismo, Yildriz Durak (2017) menciona que el aumento de la frecuencia de la conducta nomofóbica en un individuo afecta negativamente el rendimiento académico y laboral, los niveles de motivación y la relación con su familia y sus pares.

En este sentido, se puede afirmar que surgen múltiples efectos psicológicos de la propiedad y el uso de teléfonos inteligentes (Jesse, 2016). Para ejemplificar y, con relación al presente trabajo, Bian y Leung (2014) encontraron que cuanto mayor es la soledad, mayor es la probabilidad de hacer un uso problemático de los teléfonos celulares. Esto ofrece soporte a la idea de que el uso incontrolado y problemático de las tecnologías móviles provocan tanto desordenes psicológicos como aumento de la sintomatología preexistente (Bian & Leung, 2014; Cholz, 2012).

Además, Park y Lee (2012) mencionan que el uso de los teléfonos celulares puede aumentar los sentimientos de soledad, sobre lo cual estudios ya han anticipado que la soledad resulta un facilitador para la nomofobia (Bian & Leun, 2014). Esto puede entenderse si se considera el hecho de que los individuos tienden a acceder a internet a través de las nuevas tecnologías cuando y donde quieran y, es más probable que prefieran la comunicación mediante mensajes que la comunicación cara a cara, lo cual, lejos de reducir los sentimientos de soledad, en muchos casos los mantiene o aumenta (Walsh, White & Young, 2008).

## **Soledad Emocional**

La soledad es uno de los estados psíquicos que todo ser humano ha experimentado en algún momento de su vida, ya que puede afectar a todos los grupos de edad; se trata de un fenómeno universalmente conocido que conlleva importantes repercusiones tanto en la dinámica como en el funcionamiento psicológico (Rubio & Alexandre, 2001; Yarnoz-Yaben, 2008; Acosta Quiroz et al., 2017).

En el ámbito de la investigación psicológica, la soledad resulta ser uno de los constructos cuya definición encuentra varias dificultades (a la vez que se encuentran varias definiciones de éste) dado que esta comprende una serie de concepciones que dependen del momento histórico, la cultura y el estilo de vida de cada ser humano (Rubio, 2004; Sánchez, 2009; Rubio, Cerquera, Muñoz & Pinzón, 2011).

Desde la perspectiva psicológica, una definición unidimensional e inicial del término puede hallarse en Sullivan (1953), quien la define como una experiencia desagradable relacionada con la insatisfacción de necesidades de intimidad interpersonal.

Posteriormente, Weiss (1973) presenta una definición bidimensional donde menciona que, por un lado, se encuentra la soledad emocional, entendida como la ausencia de figuras de intimidad o confianza (tales como una pareja o amistades) y, por otro lado, la soledad social, entendida como la estrechez o carencia de una red social amplia y efectiva (familia, amistades), lo cual conduce a un déficit en la integración social. Esta última definición se ve reforzada por la conceptualización de Perlman y Peplau (1981) quienes, de manera similar, entienden a la soledad como una experiencia desagradable que surge del déficit cuantitativo o cualitativo en la red social del individuo. Una definición similar puede hallarse en Young (1982), quien define a la soledad como la ausencia percibida de vínculos interpersonales satisfactorios, que puede acompañarse por la presencia de distress psicológico. Asimismo y, reforzando el aspecto social, de Jong Gierveld (1987) concibe la soledad como un sentimiento que se presenta cuando los individuos perciben déficits en las relaciones sociales, tanto desde la insatisfacción como desde la carencia, considerando también el aspecto cuantitativo (la cantidad es inferior a la deseada) y el aspecto cualitativo (no aportan la intimidad esperada). De esta manera, se entiende a la soledad como la resultante del aislamiento social por un lado y, la soledad como resultante del aislamiento emocional por otro (Di Tommaso, 1973).

En este sentido, pueden hallarse elementos comunes en las distintas definiciones a lo largo de la literatura: por un lado, la soledad como consecuencia de déficits percibidos en la red social del individuo (ya sea cualitativa o cuantitativamente) y, por otro lado, la soledad

como experiencia subjetiva estresante y displacentera (West, Kellner & Moore West, 1986; Lauder, Sharkey, & Mummery, 2004). De esta manera, las características centrales de las definiciones propuestas a lo largo de la literatura devienen de la naturaleza de los déficits en los vínculos interpersonales, donde pueden identificarse carencias afectivas y carencias cognitivas: las primeras se asocian con la necesidad de intimidad y/o apego; mientras que las segundas se asocian con una percepción de estimulación social menor que la esperada por el individuo (López Lena & Sánchez-Sosa, 2001).

Generalmente y, en consonancia con la literatura, la soledad se ha concebido como un aspecto negativo de la experiencia humana dadas sus relaciones con eventos vitales dolorosos que, en muchas ocasiones, llevan al individuo a un aislamiento social y a la pérdida de sentido de su vida (Cardona Jiménez, Villamil Gallego, Hena Villa & Quintero Echeverri, 2010). Siguiendo esta línea, de Jon gierved, Keating y Fast (2015) mencionan que se trata de una experiencia subjetiva negativa que es consecuencia de la evaluación cognitiva donde median discrepancias entre los vínculos sociales esperados y los que realmente se poseen.

Hacia una definición más contemporánea, Rubio (2007) recoge y nuclea los aspectos principales de la literatura y define a la soledad como una condición de malestar emocional que tiene lugar cuando un individuo se siente rechazado o incomprendido, o bien, cuando carece de vínculos de calidad para realizar actividades personalmente relevantes, ya sea que se trate de actividades físicas o intelectuales o se trate del logro de intimidad emocional. Además, el autor destaca que la soledad configura un factor de vulnerabilidad relevante en lo que hace al padecimiento de una serie de enfermedades y de aislamiento social, guardado un vínculo estrecho con el estilo de vida de cada individuo (Rubio, 2009).

Considerando la tendencia de la literatura a concebir la soledad en función de factores sociales por un lado y, en función de factores emocionales y subjetivos por otro, se presentan varias distinciones. De esta manera, una primera diferenciación puede hallarse en Álvarez (1983), quien menciona por un lado a la soledad exterior, referida a lo que se vive en el entorno y; por otro lado, la soledad interior, referida al sentimiento (Álvarez, 1983). Asimismo, Iglesias (2003) hace referencia a la soledad objetiva por un lado, entendida como el déficit percibido en las relaciones sociales; y a la soledad subjetiva por otro, entendida como el sentimiento de soledad. Una última distinción es trazada por Rubio y Alexandre (2001) quienes, de manera similar, diferencian el estado de soledad del sentimiento de soledad, donde el primero refiere al aislamiento social, la carencia o déficits en la red social, la marginación y el desarraigo; mientras que el segundo refiere aquel que genera tristeza, nostalgia, melancolía, pese a estar materialmente en compañía de otros.

## Estado del arte

Una investigación realizada por Dorantes Coronado, Mendoza Méndez y Baena Castro (2016) tuvo por objetivo investigar si se presentaban casos de adicción al móvil como resultado de los hábitos de 130 alumnos de nivel medio superior ubicados en una zona rural. Se profundizó en una muestra estudiantil de 188 alumnos con el fin de detectar si existían casos de adicción al dispositivo móvil, en el municipio de Zacazonapan, México. El instrumento que se utilizó fué modificado a partir del IAT – *Internet Adicction Test* en la versión adaptada para relevar frecuencia, dependencia y uso de este. Los resultados concluyeron que más de la mitad de los alumnos manifestaron utilizar el dispositivo diariamente durante todo el mes, mientras que el resto menos de tres veces por semana. En lo que respecta al “padecer” la ausencia del teléfono, los resultados permitieron observar las puntuaciones más elevadas principalmente en la dimensión correspondiente a los problemas de conectividad. En el presente estudio es requerido mencionar que, en su mayoría, los estudiantes encuestados poseen dispositivos de gama baja, analógicos, con baja duración de batería en comparación con un grupo reducido que tiene celulares de gama alta de señal digital.

Posteriormente, Han, Kim & Kim (2017) realizaron un estudio en el cual observaron que el número de personas que sufren nomofobia asciende a 435 millones en el planeta y señalan que, si se considera que solo el 43% de la población mundial posee acceso a este tipo de tecnología, estamos en presencia entonces de una adicción que ha crecido exponencialmente. Es necesario destacar que este estudio, realizado en 31 países de diferentes regiones, comienza a mostrar los primeros “indicios” de la correlación que podría tener tal adicción con el estrés y la percepción menor de satisfacción de vida en general como facilitadores para pasar más tiempo en interacción con los teléfonos celulares e internet.

En el año 2017, Matoza Baez y Carballo Ramirez publicaron un estudio que tuvo por objetivo principal determinar el nivel de nomofobia en estudiantes de Medicina de Paraguay durante para evidenciar la problemática que podía estar aquejando a los estudiantes. Realizaron un estudio descriptivo de corte transversal, y la población estaba conformada por estudiantes de medicina de diferentes universidades de Paraguay. Realizarón un muestreo no probabilístico por conveniencia, calculando un tamaño de muestra de 234. El promedio de edad de la muestra fue de 21,9 años y los resultados arrojaron que más de la mitad de la muestra podría padecer nomofobia en niveles de moderado a leve dedicando 9 horas promedio del día al uso del celular. De acuerdo con la edad, observaron que los estudiantes de 17 a 26 años presentan con mayor frecuencia nomofobia que los estudiantes de 27 a 35. De acuerdo al sexo, se vio que los hombres

presentan mayores niveles de nomofobia que las mujeres; aunque los autores advierten que suele ser más común en las mujeres dada su estructura cerebral, la cual facilita una mayor comunicación y necesidad afectiva que los hombres (De Dios, 2016, citado en Matoza Baez & Carballo Ramírez).

Yildiz-Durak (2018) realizó en Turquía un estudio con el propósito de analizar la relación entre el uso de redes sociales, locus de control y soledad como predictores de la nomofobia. Para ello, en una muestra de 786 adolescentes se aplicó la Escala de Nomofobia (NMP-Q, Yildirim & Correia, 2015), la Escala de Soledad (UCLA, Russell, Pepau & Ferguson, 1978) y la Escala de Locus de Control (Nowicki & Strickland, 1973). Los resultados permitieron observar correlaciones positivas entre las variables, evidenciando que, a mayor soledad, mayor nomofobia. En cuanto a la prevalencia de la nomofobia, los resultados del estudio evidenciaron las puntuaciones más elevadas en la dimensión inhabilidad para comunicarse, seguida de renuncia a la comodidad y pérdida de conexión, e incapacidad para acceder a la información en último lugar. Además, encontraron que la soledad predice positivamente la nomofobia.

En conjunción de las variables, en el año 2019 Mertkan Gezkin, Burcin Humutoglu, Sezen-Gultekin y Ayas realizaron en Turquía un estudio para analizar la relación entre nomofobia y soledad en 301 adolescentes con edades entre 13 y 19 años. Para ello, utilizaron la *Nomophobia Scale (NMP-Q)* (Yildirim & Correia, 2015) y la *Loneliness Scale – Short Form (ULS-8)* (Hays & DiMatteo, 1987). Los resultados evidenciaron una correlación positiva moderada entre la soledad y la nomofobia, lo que sugiere que cuanto más soledad exhibe un individuo, mayores comportamientos nomofóbicos tiende a presentar. Además, los resultados pusieron de manifiesto que la soledad predice positivamente la nomofobia.

En el 2019 también, Ghashe Tuti, Khosravi y Bijari (2019) realizaron un estudio con el propósito de analizar la relación entre la soledad y la nomofobia como mediadores del bienestar emocional en estudiantes universitarios. En una muestra de 1100 estudiantes, utilizaron el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), la Escala de Soledad Emocional y Social (SELSA-S) y el Cuestionario de Bienestar Espiritual (SWB). Los resultados permitieron concluir que el bienestar emocional actúa como intermediario entre la soledad y la nomofobia, es decir, el bienestar emocional reduce la nomofobia al reducir la soledad emocional. Y, en relación con las variables del presente trabajo, el estudio evidenció una correlación positiva entre la soledad emocional y social y la nomofobia sugiriendo que, a medida que incrementa la soledad, incrementa la nomofobia.

## Metodología

### Diseño

El presente trabajo de investigación se llevó a cabo con enfoque cuantitativo a través de un diseño no experimental de corte trasversal y alcance descriptivo-correlacional, cuyas variables principales son la nomofobia y soledad emocional incluyendo otras variables secundarias como ser; sexo, edad y estado civil en una población de jóvenes adultos.

### Participantes

Para la elaboración del presente estudio se recolectó una muestra no probabilística de tipo accidental conformada por 350 jóvenes adultos con una edad promedio de 21.84 años ( $DE = 3.418$ ) de ambos sexos, el 56% femenino ( $n = 195$ ) y el 44% masculino ( $n = 154$ ). De estos, el 41.1% se encuentra en pareja ( $n = 144$ ), mientras que el 58.9% restante se encuentra soltero ( $n = 206$ ).

Se utilizaron como criterio de inclusión tener una edad comprendida dentro del rango propuesto (18 a 29 años) y residir en CABA o GBA.

### Instrumentos

#### Cuestionario sociodemográfico

Se diseñó un cuestionario sociodemográfico *ad hoc* conformado por datos que refieren a variables de tipo sexo, edad, nivel de estudios, estado civil, grupo de convivencia, tipo de institución y lugar geográfico de la institución educativa.

#### Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) (León-Mejía, Pérez-Sancho, & González-Cabrera, 2017).

Se utilizará la adaptación al español del *Nomophobia Questionnaire* realizada por León-Mejía y colaboradores (2017), que permite abordar la relación individuo-móvil desde el prisma de la fobia que desencadena perder acceso a la información, a la red de contactos sociales, y la imposibilidad de contactar y ser contactado a través del móvil. Tal y como comentan los autores del instrumento original, para el individuo nomofóbico no se trata solamente de una cuestión de comunicación en la que peligra la posibilidad de establecer contacto, sino que implica una renuncia temporal a la identidad social, es decir, a la personalidad que se comunica y expresa en las redes sociales a las que se accede por el móvil. El cuestionario evalúa cuatro dimensiones: 1) No poder comunicarse (6 ítems): sentimientos dedicados a la pérdida de una comunicación inmediata y no poder usar los servicios disponibles para tal fin; 2) La pérdida de

conexión (5 ítems): emociones vinculadas a la pérdida de ubicuidad tras perder la conectividad, está relacionado con la desconexión con la propia identidad en línea, sobre todo con sus redes sociales; 3) No ser capaz de acceder a la información (4 ítems): la molestia de perder el acceso inmediato a la información a través del smartphone y la posibilidad de buscar aquello que se desea en el momento; y 4) Renunciar a la comodidad (5 ítems): sentimientos inherentes a la comodidad y tranquilidad psicológica que otorga tener control sobre el smartphone, especialmente con relación a la batería, cobertura y saldo. El formato de respuesta usa una escala Likert de siete puntos, donde “1” es totalmente en desacuerdo y “7” totalmente de acuerdo, donde el rango de puntuaciones varía entre 20 y 140 puntos y tras examinar sus propiedades psicométricas se estima que es una herramienta suficientemente válida y fiable para evaluar la nomofobia.

### **Escala ESTE (Cardona Jiménez & Villamil Gallego, 2010)**

Es un instrumento que permite medir el sentimiento de soledad compuesto por 34 ítems y presenta un coeficiente de 0.92. En el instrumento se pueden observar cuatro factores: soledad familiar; soledad conyugal; soledad social y crisis de adaptación o soledad existencial. Tal como expresan los autores, las dimensiones que componen la escala son en primer lugar la soledad familiar, donde se refiere al vínculo que se tiene con la familia en la actualidad. En los primeros años de vida, el sistema familiar debe proporcionarle al niño seguridad y permitirle construir su identidad a través de las figuras parentales. En segundo lugar, aborda la soledad conyugal, que hace alusión a la relación que se tiene con una pareja afectiva. Las relaciones de pareja si bien atraviesan por conflictos permiten a la persona experimentar afecto, sentirse importante y acompañada. También evalúa la soledad social, donde se refiere al contacto que se tiene con otras personas ya que, a lo largo del proceso de socialización, los seres humanos experimentan diversos tipos de relaciones con los amigos, las instituciones y otros; vínculos que les permiten fortalecer su identidad, cuestionar sus esquemas y en momentos, plantear cambios frente a su estilo de vida. Por último, evalúa la crisis de adaptación, que se relaciona con la forma como el individuo se percibe a sí mismo debido a que la imagen que el individuo tiene de sí es su principal soporte para enfrentarse a las situaciones externas difíciles y esta percepción está ligada con su autoestima, creencias y hábitos (Cardona Jiménez & Villamil Gallego, 2010).

### **Procedimiento de recolección de datos**

La recolección de datos del presente estudio se llevó a cabo mediante un muestreo de tipo bola de nieve donde se utilizó la plataforma Google Forms para administrar el protocolo. Este último se compuso por un consentimiento informado en el cual se explicita el carácter confidencial y anónimo de la participación, un cuestionario sociodemográfico y las escalas correspondientes a las variables en estudio. Asimismo, la difusión se realizó por redes sociales donde se invitó a los colaboradores a participar en el estudio.

### **Procedimiento de análisis de datos**

Una vez recolectados, los datos fueron volcados al software *SPSS Statistics 26* donde se confeccionó una matriz con ellos y posteriormente se realizaron los análisis correspondientes. En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos para dar respuesta al primer objetivo específico, en segundo lugar se realizaron pruebas *t* de *Student* para muestras independientes para responder al segundo y tercer objetivo específico y, finalmente, se obtuvo el coeficiente de correlación de Pearson para el cuarto y último objetivo específico.

## Resultados

### Estadísticos descriptivos

En la tabla 1 se presentan los resultados de los análisis descriptivos llevados cabo para dar respuesta al primer objetivo específico. Estos indicaron que, dentro de las cuatro dimensiones de nomofobia, el promedio más alto se encuentra en la dimensión inhabilidad para comunicarse ( $M = 25.28$ ;  $DE = 9.676$ ), con un mínimo de 6 y un máximo de 42 puntos; seguida de la dimensión incapacidad para acceder a la información ( $M = 18.17$ ;  $DE = 5.392$ ) con una puntuación mínima de 4 y una puntuación máxima de 28; la dimensión pérdida de conectividad ( $M = 15.13$ ;  $DE = 7.594$ ) con un mínimo de 5 y un máximo de 35; y, en último lugar, la dimensión renuncia a la comodidad ( $M = 14.11$ ;  $DE = 5.400$ ) con un mínimo de 4 y un máximo de 28 puntos.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de nomofobia

	Media (DE)	Mínimo	Máximo
<i>Inhabilidad para comunicarse</i>	25.28 (9.676)	6	42
<i>Pérdida de conectividad</i>	15.13 (7.594)	5	35
<i>Incapacidad para acceder a la información</i>	18.17 (5.392)	4	28
<i>Renuncia a la comodidad</i>	14.11 (5.400)	4	28

En la tabla 2 se presentan los resultados correspondientes a los análisis descriptivos también llevados a cabo para responder al primer objetivo específico. Estos indicaron una media de soledad emocional de 69.96 ( $DE = 21.161$ ), con un mínimo de 34 y un máximo de 137 puntos. En cuanto a sus dimensiones, la media más elevada se observó en soledad familiar ( $M = 27.32$ ;  $DE = 8.293$ ), con una puntuación mínima de 14 y una puntuación máxima de 54, seguida de la dimensión crisis de adaptación ( $M = 22.11$ ;  $DE = 7.796$ ) con un mínimo de 9 y un máximo de 43 puntos, soledad social ( $M = 13.65$ ;  $DE = 5.437$ ) con un mínimo de 7 y un máximo de 34 puntos y, en último lugar, la dimensión soledad conyugal ( $M = 8.35$ ;  $DE = 3.159$ ) con un mínimo de 7 y un máximo de 34 puntos.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de soledad emocional

	Media (DE)	Mínimo	Máximo
<i>Soledad emocional</i>	69.96 (21.161)	34	137
<i>Soledad familiar</i>	27.32 (8.293)	14	54
<i>Soledad conyugal</i>	8.35 (3.159)	5	21
<i>Soledad social</i>	13.65 (5.437)	7	34
<i>Crisis de adaptación</i>	22.11 (7.796)	9	42

### Diferencias de grupo

En la tabla 3 se presentan los resultados de la prueba *t* de *Student* para muestras independientes llevada a cabo para responder al segundo objetivo específico. Estos indicaron que no existen diferencias en las dimensiones de nomofobia según el género de los participantes, a excepción de la dimensión incapacidad para acceder a la información en la cual se observaron diferencias estadísticamente significativas ( $t_{(350)} = -2.287$ ;  $p < 0.5$ ) entre hombres ( $M = 17.42$ ;  $DE = 5.814$ ) y mujeres ( $M = 18.76$ ;  $DE = 4.971$ ).

Tabla 3. Diferencias en nomofobia según género

	Género		$t_{(350)}$
	Masculino Media (DE) $n = 154$	Femenino Media (DE) $n = 196$	
<i>Inhabilidad para comunicarse</i>	25.02 (9.560)	25.48 (9.560)	-0.446
<i>Pérdida de conectividad</i>	14.82 (7.302)	15.36 (7.827)	-0.657
<i>Incapacidad para acceder a la información</i>	17.42 (5.814)	18.76 (4.971)	-2.287*
<i>Renuncia a la comodidad</i>	13.84 (5.251)	14.31 (5.519)	-0.803

\*  $p < 0.5$

En la tabla 4 se presentan los resultados de la prueba *t* de *Student* para muestras independientes también llevada a cabo para responder al segundo objetivo específico. Estos permitieron observar que existen diferencias estadísticamente significativas en soledad emocional ( $t_{(350)} = 2.040$ ;  $p < 0.5$ ) entre hombres ( $M = 72.44$ ;  $DE = 20.963$ ) y mujeres ( $M = 67.92$ ;  $DE = 21.147$ ). No obstante, no se hallaron diferencias en las dimensiones de ésta, a excepción de la dimensión soledad social ( $t_{(350)} = 2.191$ ;  $p < 0.5$ ) donde los hombres ( $M = 22.97$ ;  $DE = 7.697$ ) obtuvieron una puntuación más elevada que las mujeres ( $M = 21.44$ ;  $DE = 7.287$ ).

Tabla 4. Diferencias en soledad emocional según género

	Género		<i>t</i> (350)
	Masculino Media (DE) <i>n</i> = 154	Femenino Media (DE) <i>n</i> = 196	
<i>Soledad emocional</i>	72.55 (20.963)	67.92 (21.147)	2.040*
<i>Soledad familiar</i>	28.06 (8.164)	28.74 (8.369)	1.473
<i>Soledad conyugal</i>	8.64 (3.071)	8.11 (3.215)	1.563
<i>Soledad social</i>	14.37 (5.454)	13.09 (5.370)	2.191*
<i>Crisis de adaptación</i>	22.97 (7.697)	21.44 (7.827)	1.851

\*  $p < 0.5$

En la tabla 5 se presentan los resultados de la prueba *t* de *Student* para muestras independientes también llevada a cabo para responder al segundo objetivo específico. Como puede observarse, no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de nomofobia, a excepción de la dimensión incapacidad para acceder a la información ( $t_{(350)} = 2.260$ ;  $p < 0.5$ ) donde el grupo de 18 a 21 años ( $M = 18.72$ ;  $DE = 5.106$ ) presentó un promedio más elevado que el grupo de 22 a 29 años ( $M = 17.41$ ;  $DE = 5.689$ ).

Tabla 5. Diferencias en nomofobia según edad

	Edad		$t_{(350)}$
	18 a 21 años	22 a 29 años	
	Media (DE)	Media (DE)	
	$n = 202$	$n = 148$	
<i>Inhabilidad para comunicarse</i>	26.02 (9.130)	24.26 (10.319)	1.687
<i>Pérdida de conectividad</i>	15.42 (7.444)	14.72 (7.802)	0.849
<i>Incapacidad para acceder a la información</i>	18.72 (5.106)	17.41 (5.689)	2.260*
<i>Renuncia a la comodidad</i>	14.30 (5.326)	13.84 (5.507)	0.794

\*  $p < 0.5$

En la tabla 6 se presentan los resultados de la prueba  $t$  de *Student* para muestras independientes también llevada a cabo para responder al segundo objetivo específico. Los resultados indicaron no existen diferencias estadísticamente significativas ni en la soledad emocional global ni en sus dimensiones en función de la edad, a excepción de la dimensión soledad conyugal donde se observó existen diferencias estadísticamente significativas ( $t_{(350)} = -3.251$ ;  $p < 0.1$ ) entre el grupo de 18 a 21 años ( $M = 7.87$ ;  $DE = 2.900$ ) y el grupo de 22 a 29 años ( $M = 8.99$ ;  $DE = 3.386$ ).

Tabla 6. Diferencias en soledad emocional según edad

	Edad		$t_{(350)}$
	18 a 21 años	22 a 29 años	
	Media (DE)	Media (DE)	
	$n = 202$	$n = 148$	
<i>Soledad emocional</i>	69.87 (20.245)	70.07 (22.421)	-0.089
<i>Soledad familiar</i>	27.46 (8.096)	27.14 (8.580)	0.349
<i>Soledad conyugal</i>	7.87 (2.900)	8.99 (3.386)	-3.251**
<i>Soledad social</i>	13.56 (5.394)	13.78 (5.510)	-0.381
<i>Crisis de adaptación</i>	22.42 (7.424)	21.70 (8.284)	0.845

\*\*  $p < 0.1$

En la tabla 7 se presentan los resultados de la prueba *t* de *Student* para muestras independientes llevada a cabo para responder al tercer objetivo específico. Los resultados indicaron que existen diferencias estadísticamente significativas en soledad emocional ( $t(350) = 5.331; p < 0.1$ ) entre los participantes que se encuentran solteros ( $M = 74.80; DE = 20.545$ ) y los participantes que se encuentran en pareja ( $M = 63.03; DE = 20.143$ ). Asimismo, se observó también existen diferencias estadísticamente significativas en la dimensión soledad familiar ( $t(350) = 9.103; p < 0.5$ ) entre quienes se encuentran solteros ( $M = 30.35; DE = 7.503$ ) y quienes se encuentran en pareja ( $M = 22.99; DE = 7.416$ ) y en la dimensión crisis de adaptación ( $t(350) = 3.968; p < 0.5$ ) entre quienes se encuentran solteros ( $M = 23.47; DE = 7.672$ ) y quienes se encuentran en pareja ( $M = 20.18; DE = 7.587$ ). Sin embargo, en lo que respecta a las dimensiones soledad conyugal y soledad social no se observaron diferencias.

Tabla 7. Diferencias en soledad emocional según estado civil

	Estado civil		$t_{(350)}$
	Soltero Media (DE) $n = 206$	En pareja Media (DE) $n = 144$	
<i>Soledad emocional</i>	74.80 (20.545)	63.03 (20.143)	5.331**
<i>Soledad familiar</i>	30.35 (7.503)	22.99 (7.416)	9.103**
<i>Soledad conyugal</i>	8.39 (3.143)	8.28 (3.192)	0.336
<i>Soledad social</i>	13.97 (4.414)	13.20 (5.455)	1.304
<i>Crisis de adaptación</i>	23.47 (7.672)	20.18 (7.587)	3.968**

\*\*  $p < 0.1$

### Correlaciones

En la tabla 8 se presentan los resultados de la prueba *r* de Pearson llevada a cabo para responder al cuarto y último objetivo específico. En primer lugar, estos permitieron observar que no existe correlación entre soledad emocional y las dimensiones de nomofobia.

En lo que respecta a las dimensiones de soledad emocional, se observó que la dimensión soledad emocional correlaciona de manera negativa con la dimensión inhabilidad para comunicarse ( $r = -.133; p < 0.5$ ), no así con el resto de las dimensiones de nomofobia. La dimensión soledad conyugal solo correlaciona de manera negativa con la dimensión inhabilidad para comunicarse ( $r = -.156; p < 0.5$ ), pero tampoco con el resto de las dimensiones.

Asimismo, la dimensión soledad social no correlaciona con las dimensiones de nomofobia y en último lugar, la dimensión crisis de adaptación correlaciona de manera positiva con la dimensión pérdida de la conectividad ( $r = .114, p < 0.5$ ) y de manera positiva también con la dimensión renuncia a la comodidad ( $r = .120; p < 0.5$ ), no así con el resto de las dimensiones.

Tabla 8. Correlaciones entre nomofobia y soledad emocional

	Soledad emocional	Soledad familiar	Soledad conyugal	Soledad social	Crisis de adaptación
<i>Inhabilidad para comunicarse</i>	-.119*	-.133*	-.156*	-.078	-.067
<i>Pérdida de conectividad</i>	.041	.002	-.017	.005	.114*
<i>Incapacidad para acceder a la información</i>	.074	.050	.042	.048	.103
<i>Renuncia a la comodidad</i>	.094	.055	.052	.096	.120*

\*  $p < 0.5$

## Discusión

El primero de los objetivos específicos consistió en describir los niveles de nomofobia y soledad emocional en los jóvenes adultos. En lo que respecta a nomofobia, las puntuaciones más elevadas se observaron en la dimensión inhabilidad para comunicarse, resultados congruentes con estudios anteriores en los cuales la muestra se caracterizaba por los altos niveles en esta dimensión (Yildriz-Durak, 2018). Esto tiene sentido si se considera el hecho de que, al tener un teléfono móvil, los individuos disponen de un medio de comunicación en todo momento y lugar y que, cuando esta disposición se ve interrumpida o amenazada, se eleva el nivel de ansiedad (Walsh, White & Young, 2008; Bragazzi & Del Puente, 2014).

En lo que respecta a soledad emocional, se observaron niveles moderados de ésta en la muestra estudiada, a la vez que la dimensión con mayor puntuación fue soledad familiar. En este sentido, puede afirmarse que la muestra se caracteriza por la prevalencia de la soledad familiar, la cual da cuenta de la carencia de vínculo con la familia en la actualidad, o bien, de la baja calidad del vínculo con ésta (Cardona Jiménez et al., 2010).

El segundo de los objetivos específicos consistió en el análisis de la nomofobia y la soledad emocional en función del sexo y de la edad. En lo que respecta a la nomofobia, no se observaron diferencias en función del género, a excepción de la dimensión incapacidad para acceder a la información, en la cual las mujeres presentaron niveles más elevados que los hombres. Esto último discrepa de los antecedentes relevados en los cuales se reportaron diferencias significativas donde los hombres presentaban puntuaciones más elevadas que las mujeres (Matoza Báez & Carballo Ramírez, 2017), pero coincide con la literatura en la medida que se anticipa que la nomofobia suele ser más frecuente en las mujeres por su estructura cerebral que habilita una mayor comunicación y necesidad afectiva que los hombres (De Dios, 2016, citado en Matoza Baez & Carballo Ramírez, 2017), como así también coincide con las conclusiones de la investigación realizada por la Universidad Iberoamericana, la cual arroja que las mujeres tienen mayor tendencia de dependencia al teléfono móvil (Giovana Mauger, Universidad Iberoamericana, Paraguay, 2019) y también con el estudio instrumental de la versión española del cuestionario NMP-Q donde todas las puntuaciones presentaron niveles más elevados de nomofobia en mujeres que en hombres. No obstante esta tendencia no se comporta de igual manera en otros estudios (Lin et al, 2018) por lo que aún se requiere de un mayor número de trabajos exploratorios que permitan clarificar si las diferencias responden a creencias culturales que posiblemente trascienden la variable sexo y puedan explicar las conclusiones que van emergiendo de los trabajos mencionados en la presente investigación.

De manera similar y, en lo que respecta a las diferencias en nomofobia según edad, no existen diferencias significativas a excepción de la dimensión incapacidad para comunicarse, donde los participantes de menor edad presentan niveles más elevados que los de mayor edad. Estos resultados son congruentes por los reportados por Matoza Báez y Carballo Ramírez (2017), quienes observaron que los estudiantes de menor edad presentan con mayor frecuencia nomofobia que los de mayor edad. En este sentido, estas diferencias en función de la edad pueden considerarse esperables si se tiene en consideración que los individuos están migrando a estos dispositivos como medio de socialización (Bian & Leung, 2014).

En lo que respecta a soledad emocional en función del género, los resultados indicaron mayores niveles de ésta en hombres en comparación con las mujeres y, asimismo, se presentaron diferencias en soledad social con mayores niveles en hombres que en mujeres. Estos resultados son congruentes con la tendencia de la literatura que ubica a los hombres con una mayor vulnerabilidad hacia la soledad emocional y social, dado que los círculos sociales de los hombres son más cerrados (Cardona Jiménez et al., 2010).

En lo que hace a la soledad emocional en función de la edad, se observó que no existen diferencias significativas en ésta, a excepción de la dimensión soledad conyugal, donde el grupo de menor edad presentó puntuaciones más elevadas que el de mayor edad, lo que podría dar cuenta que en la muestra del presente estudio los participantes más jóvenes perciben menor afecto y compañía de sus parejas que los de mayor edad (Cardona Jiménez et al., 2010).

El tercero de los objetivos específicos consistió en el análisis de la soledad emocional en función del estado civil, donde los resultados evidenciaron puntuaciones mayores en soledad emocional, familiar y crisis de adaptación en los participantes solteros sobre los que se encuentran en pareja. Sobre este punto, Cardona Jiménez et al. (2010) advierten que el soltero experimenta mayor soledad probablemente por los ideales que forja, a la vez que las personas separadas lo hacen por los referentes culturales y porque su condición lo lleva a distanciarse del resto. En cuanto a crisis de adaptación en los solteros, los autores advierten que los niveles de soledad se alinean con el índice global y con la soledad familiar, indicando que este grupo de la población es el más vulnerable ante la soledad emocional (Cardona Jiménez et al., 2010).

El último de los objetivos específicos consistió en el análisis de la correlación entre nomofobia y soledad emocional, donde se observó que la soledad emocional solo correlaciona de manera negativa con inhabilidad para comunicarse. En lo que respecta a las dimensiones de ésta, la soledad familiar solo correlacionó de manera negativa con la dimensión inhabilidad para comunicarse y, de manera similar, la dimensión soledad conyugal solo correlacionó de manera negativa con la misma dimensión. En lo que respecta a la dimensión social, no se

observaron correlaciones con las dimensiones de nomofobia y, en último lugar, la dimensión crisis de adaptación solo correlacionó de manera positiva con las dimensiones pérdida de conectividad y renuncia a la comodidad.

En parte, las correlaciones observadas pueden considerarse congruentes con los antecedentes relevados en los cuales se observó que cuanto mayor es la soledad, mayor es la nomofobia (Ghashe Tuti, Khosravi & Bijari, 2019; Mertka Gezkin, Burcin Humutoglu, Sezen-Gultekin & Ayas, 2019; Yildriz-Durak, 2018).

### **Limitaciones y futuras líneas de investigación**

En primer lugar, puede considerarse como limitación del presente estudio el tamaño de la muestra, dado que, en caso de ser más numerosa, permitiría no solo un análisis mucho más profundo de las variables, sino también mayores análisis en función de características sociodemográficas tales como estado civil, grupo de convivencia, ocupación, etc.

En segundo lugar, otra de las limitaciones que presenta el estudio es la divergencia de marcos teóricos desde los cuales son conceptualizadas las variables y también la divergencia de los instrumentos de medición utilizados en la literatura, lo cual no permite una comparación íntegra de los resultados.

En tercer y último lugar, puede considerarse como limitación el rango heteráneo de las muestras estudiadas en los antecedentes, donde puede identificarse una tendencia a analizar la nomofobia en muestras de participantes adolescentes y jóvenes adultos, y la soledad emocional en muestras de adultos mayores; de manera tal que los estudios realizados sobre ambas variables en población general son escasos, lo cual dificulta la comparación de los resultados.

En lo que respecta a las futuras líneas de investigación, se recomienda seguir con la línea del presente estudio, considerando para ello las limitaciones mencionadas como el tamaño de la muestra (esto es, realizar el trabajo con una muestra mucho más numerosa) e incluir características sociodemográficas como el grupo de convivencia, la ocupación y el máximo nivel de estudios alcanzados, así también como el lugar de residencia (urbano o rural).

## Conclusión

En cuanto al objetivo general del presente estudio, se puede concluir que los resultados obtenidos, en general, se alinean con las tendencias identificadas en la literatura y, en parte, condicen conclusiones generales sobre la relación entre nomofobia y soledad emocional.

Se observó que no existen diferencias en nomofobia según género, a excepción de la dimensión incapacidad para acceder a la información donde las mujeres presentaron niveles más elevados que los hombres, hecho que parcialmente permite aceptar la primera hipótesis propuesta en la cual las mujeres presentan mayor nomofobia que los hombres.

De manera similar, los resultados evidenciaron que no existen diferencias en nomofobia en función de la edad a excepción de la dimensión incapacidad para comunicarse, lo cual permite aceptar parcialmente la segunda hipótesis de trabajo donde el grupo de menor edad presenta mayores niveles de nomofobia que el grupo de mayor edad.

En lo que respecta a soledad emocional, se puede concluir que tanto ésta como su dimensión soledad social difieren según el género, no así el resto de sus dimensiones. Específicamente, los hombres presentan mayor soledad emocional que las mujeres, resultados que, en parte, permiten confirmar la primera hipótesis de trabajo en la cual los hombres presentan mayor soledad emocional que las mujeres.

Asimismo, se concluye que la soledad emocional no difiere en función de la edad a excepción de la dimensión soledad conyugal en la cual se presentan niveles más elevados en el grupo de mayor edad. Esto último rechaza la segunda hipótesis propuesta en la cual el grupo de menor edad presenta mayores niveles de soledad emocional que el de mayor edad.

Los resultados también permiten concluir que la soledad emocional, la soledad familiar y la crisis de adaptación difieren en función del estado civil, donde los participantes solteros presentan niveles más altos que los participantes que se encuentran en pareja; confirmando así la tercera hipótesis de trabajo en la cual los jóvenes en pareja presentan menor soledad emocional que los solteros.

En último lugar, se concluye que existe una relación negativa entre ciertas dimensiones de soledad emocional y ciertas dimensiones de nomofobia, resultados que rechazan la cuarta hipótesis de trabajo propuesta, en la cual, a mayor nomofobia, mayor soledad emocional.

## Referencias

- Acosta Quiroz, C.O., García Flores, R.G., Vales García, J.J., Echeverría Castro, S.B. & Rubio Rubio, L. (2017). Confiabilidad y validez de una escala de soledad en adultos mayores mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(3), 364-372.
- Álvarez, S. (1983). *El hombre y su soledad: una introducción a la ética*. España: Editorial Sigueme.
- Benítez Ola, D.F. (Enero de 2018). *Estrés y Nomofobia*. Facultad de Humanidades.
- Bian, M., & Leung, L. (2014). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61-79.
- Bragazzi, N.L. & Del Puente G.A. (2014). Proposal for Including Nomophobia in the new DSM-V. *Psychol Res Behav Manag*. 16(7), 155-160.
- Burstein, M., Georgiades, K, He, J.P, Schmitz, A., Feig, E., Khazanov, G.K., et al. (2012) Specific Phobia Among U.S. Adolescents: Phenomenology and Typology. *Depress Anxiety*, 29(12), 1072-1082.
- Caplan, S.E. (2002). Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being: Development of a Theory-Based Cognitive–Behavioral Measurement Instrument. *Comput Human Behav*, 18(5), 553-575.
- Caplan, S.E. (2010). Theory and Measurement of Generalized Problematic Internet Use: A two-step approach. *Comput Human Behav*, 26(5), 1089-1097.
- Cardona Jiménez, J.L., Villamil Gallego, M.M., Heno Villa, E. & Quintero Echeverri, A. (2010). Validación de la escala ESTE para medir la soledad de la población adulta. *Investigación y Educación en Enfermería*, 28(3), 416-427.
- Cardona Jiménez, L., & Villamil Gallego, M. M. (2010). Validación de la escala ESTE para medir la soledad de la población adulta. *Investigación y Educación en Enfermería*, 28(3), 416-427.
- Choliz, M. (2012). Mobile phone addiction: a point of issue. *Prog Health Sci*, 2(1), 33-44.
- Chóliz, M., Villanueva, V., & Choliz, M. C. (2009). Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (y dependencia?) del telefono movil en la adolescencia. *Revista Española de drogadependencia*, 34(1), 75-88.
- Davey S. & Davey A. (2014). Assessment of Smartphone Addiction in Indian Adolescents: A Mixed Method Study by Systematic-review and Meta-analysis Approach. *Int J Prev Med.*;5(12):1500-1511.

- de Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1), 119–128. doi: 10.1037/0022-3514.53.1.119
- Dergarabedian, C. (13 de Octubre de 2012). La nomofobia, ese miedo irracional que aparece cuando no se tiene a mano el celular. *iProfesional*. Recuperado de <https://www.iprofesional.com/notas/146552-smartphones-nomofobia-La-nomofobia-ese-miedo-irracional-que-aparece-cuando-no-se-tiene-a-mano-el-celular>
- DiTommaso E. & Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A ree-xamination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and Individ Diferences*, 22(3), 417-427. doi: 10.1016/S0191-8869(96)00204-8.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian Journal of Community Medicine*, 35(2), 339.
- Fernández, F. A. (2003). *Las nuevas adicciones*. Madrid: TEA.
- Gamero, K., Flores, C., Arias, W. L., Ceballos, K. D., Román, A., & Marquina, E. (2016). Estandarización del Test de Dependencia al Celular para estudiantes universitarios de Arequipa. *Persona 19*, 179-200.
- García Martínez, V., & Fabila Echaury, A. M. (Abril-Junio de 2014). Nomofobia Vs. Nomofobia, Disturbing Mobile Phone in the dimensions of life of young people. A pending issue for Studies in Communication. *Comunicación y Ciudadanía*, (86), 682-696.
- George, M. J., & Odgers, C. L. (2015). Seven fears and the science of how mobile technologies may be influencing adolescents in the digital age. *Perspectives on Psychological Science*, 10(6), 832-851.
- Gezgin D.M., Hamutoglu, N.B., Sezen-Gultekin, G. & Ayas, T. (2018). The relationship between nomophobia and loneliness among Turkish adolescents. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 4(2), 358-374. doi:10.21890/ijres.409265
- Ghashe Tuti, Z.P, Khosravi, Z. & Bijare, A.F. (2019). Relationship between loneliness and nomophobia in the intermediating role of spiritual well-being among students of Alzahra University. *Quarterly Journal of Psychological Studies*, 14(4), 73-90. doi: 10.22051/psy.2019.19809.1623
- Han, S., Kim, K. J., & Kim, J. H. (2017). Understanding Nomophobia: Structural Equation Modeling and Semantic Network Analysis of Smartphone Separation Anxiety.

- Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(7), 419–427.  
doi:10.1089/cyber.2017.0113
- Heinrich, L. M., & Guillone, E. (2006). The Clinical Significance of loneliness: a literature review. *Clinical Psychology*, 26(6), 695-718. doi: 10.1016/j.cpr.2006.04.002
- Jesse, G. R. (2016). Smartphone and App Usage Among College Students: Using Smartphones Effectively for Social and Educational Needs. *Issues in Information Systems*, 17(4), 8-20.
- Katz, J. & Aakhus, M. (2002). *Perpetual Contact: Mobile Communication, Private Talk, Public Performance*. Cambridge: Cambridge University Press.
- King A., Valença A. & Nardi, A.E. (2010). Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: reducing phobias or worsening of dependence? *Soc Behav Cogn Neurol.*, 23(1), 52-54.
- King, A., Valença, A., Silva T., Baczynski, M., Carvalho A. & Nardi, A. (2013) Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior* 29, 140–144
- King, A., Valença, A., Silva, A.C., Sancassiani, F., Machado, S. & Nardi, A.E. (2013). “Nomophobia”: Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group. *Clin Pract Epidemiol Ment Health*, 21(10), 28-35.
- Lauder, W., Sharkey, S., & Mummery, K. (2004). A community survey of loneliness. *Journal of Advanced Nursing*, 46(1), 88-94. doi: 10.1111/j.1365-2648.2003.02968.x
- León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., Calvete, E. & González-Cabrera, J. (2017). Adaptación al español del Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) en una muestra de adolescentes. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 137-144.
- Lobel, M. (2003). *Mobile phone tribes: Youth and social identity*. Nueva York: Lawrence Erlbaum.
- López Lena, M.M. & Sánchez-Sosa, J.J. (2001). La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud Mental*, 24(1), 19-27.
- López-Fernández, O., Freixa-Blanxart, M. & Honrubia-Serrano, M.L. (2013). The Problematic Internet Entertainment Use Scale for Adolescents: Prevalence of Problem Internet Use in Spanish High School Students. *CyberPsychol, Behav Soc Netw*, 16(2), 108-118.
- Matoza Baez, C. M., & Carballo Ramirez, M. S. (2016). Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay. *CIMEL*, 21(1), 28-30.

- Montero, M., Lopez, L., & Sanchez Sosa, J. J. (2001). La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud Mental*, 24(1), 19-27.
- Moreno, J. E., & Faletty, R. (2015). *Claves para la evaluación y orientación vocacional*. Buenos Aires: Editorial Lugar.
- Osio Flores, A., Yucra Mitma, G., Arroyo Dolz, K., Berduguez, P., Ramírez Rojas, V., Reinaga, H. & López Paravicini, M. (2014). Nomofobia, un problema del siglo xxi? *Archivos Bolivianos de Medicina*, 22, 56.
- Park, B. W., & Lee, K. C. (2011). The effect of user's characteristics and experiential factors on the compulsive usage of the smartphone. *International Conference on Ubiquitous Computing and Multimedia Applications*, 438-446.
- Pavithra, M. B., & Madhukumar, S. (2015). A Study on Nomophobia-Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore. *National Journal of Community Medicine*, 6(3), 340-344.
- Peraman, R., & Parasuraman, S. (2016). Mobile phone mania: Arising global threat in public health. *J Nat Sc Biol Med*, 7(2), 198-200. doi: 4103%2F0976-9668.184712
- Perlman, D. & Peplau, L.A. (1981.) Toward a social psychology of loneliness. En S. Duck & R. Gilmour (Eds.), *Personal relationships in disorder* (pp. 31 – 60). Londres: Academic Press.
- Rodriguez, E. D., Rodriguez, P. B., Santiesteban, G., Benitez, J. S., Jimenez Baltazar, C. A., Aguirre Gutierrez, A. A., & Infanzón Ruiz, R. (2017). Alteraciones psicosociales y agresividad en individuos con dependencia al teléfono móvil. *Revista Mexicana de Medicina Forense y Ciencias de la Salud*, 2(1), 61-66.
- Rubio, R. (2004). *La soledad en personas mayores españolas*. Madrid: Portal Mayores.
- Rubio, R. (2007). La problemática de la soledad en los mayores. *INFAD, Revista de Psicología*, 19(2), 11-28.
- Rubio, R. (2009). *La soledad en los mayores: una alternativa de la medición a través de la escala ESTE*. Recuperado de:  
<http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/rubio-soledad-02.pdf>
- Rubio, R. & Aleixandre, M. (2001). Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre el estar solo y el sentirse solo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 11(1), 23-28.
- Rubio, R., Cerquera, A., Muñoz, R. & Pinzón, E. (2011). Concepciones populares sobre soledad de los adultos mayores de España y Bucaramanga, Colombia. *Diversitas, Perspectivas en Psicología*, 7(2), 307-319.

- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior, 57*, 321–325.
- Sánchez, M. (2009). Determinantes sociales de la soledad en personas mayores españolas: Dar y recibir apoyo en el proceso de envejecer (*tesis doctoral*). España: Universidad de Salamanca de Salamanca.
- Sullivan, H.S. (1953). *The interpersonal theory in Psychiatry*. Nueva York: Norton.
- Walsh, S. P., White, M. K., & Young R. M. (2008). Over-connected? A qualitative exploration of the relationship between Australian youth and their mobile phones. *Journal of Adolescence, 31*(1), 77-92
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. Cambridge: MIT Press.
- West, D.A., Kellner, R. & Moore-West, M. (1986). The effects of loneliness: a review of the literature. *Comprehensive Psychiatry, 27*, 351-363.
- Yáñez-Yaben, S. (2008). Adaptación al castellano de la escala para la evaluación de la soledad social y emocional en adultos SESLA-S. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 8*(1), 103-116.
- Yildirim, C. & Correia, A.P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and Validation of a Self-Reported Questionnaire. *Comput Human Behav., 49*, 130-7.
- Yildiz-Durak, H. (2018). Wha (Giovana Mauger, 2019)t Would You Do Without Your Smartphone? Adolescents' Social Media Usage, Locus of Control, and Loneliness as a Predictor of Nomophobia. *Turkish Journal on Addictions, 5*(2), 1-15. doi: 10.15805/addicta.2018.5.2.0025
- Yilmaz, G., Sar, A. H., and Civan, S. (2015). Investigation of Adolescent Mobile Phone Addiction by Social Anxiety Effect of Some Variable. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying, 2*(2), 20-37.
- Young, J.E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. En L.A. Peplau & D. Perlman D (Eds). *Loneliness. A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (pp. 379-400). Nueva York: Wiley & Sons.
- Zheng, P., & Lionel, N. (2010). *Smart phone and next generation mobile computing*. California: Morgan Kaufmann.
- Giovana Mauger, Clara Mareco, Hugo Moray, Gabriel Candia, Yanina Diaz, Luz Morales, Siris Villalba, Edith Villanueva, Rafael Aquino (2019). *Universidad Iberoamericana, Paraguay*. Grado de nomofobia en funcionarios de empresas privadas a sus celulares.

## Anexos

### Consentimiento informado

#### Forms Digital – Consentimiento Informado Obligatorio

Consentimiento Informado

Descripción (opcional)

⋮

Por medio del presente doy mi consentimiento y dejo constancia de mi participación voluntaria \* con la finalidad de completar la batería de pruebas psicológicas que corresponden a la investigación mencionada anteriormente. Me doy por informado de que los resultados obtenidos en esta investigación resguardarán mis datos personales, presentándolos de manera anónima y confidencial.

Sí

### Cuestionario sociodemográfico

Cuestionario Socio-Demográfico

Descripción (opcional)

Edad (escriba su respuesta en formato numérico) \* \*

Texto de respuesta corta

Sexo \*

Mujer

Hombre

Otro

Por favor, indicanos tu situación sentimental \*

- Soltero/a
- En pareja
- Prefiero no decirlo

Actualmente, convivís con: \*

- Tus padres
- Vivo Solo
- Con mi pareja
- Con amigos
- Prefiero no decirlo
- Otra...

¿Estas trabajando actualmente? \*

- Si
- No

¿En donde se encuentra ubicado el Colegio / Institución / Universidad al que asistís? \*

- Ciudad Autónoma de Buenos Aires
- Provincia de Buenos Aires

Seleccioná la opción que corresponda al establecimiento educativo que asistís: \*

- Colegio Público
- Colegio Privado
- Institución Privada
- Universidad Pública

¿Cuántas horas al día estás utilizando el celular?

- 1 a 3
- 3 a 6
- 6 a 9
- 9 a 12
- Más de 12 hs

**Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) (León-Mejía, Pérez-Sancho, & González-Cabrera, 2017).**

Tabla 1		Medias, desviaciones típicas y correlación ítem-total para los 20 ítems del NMP-Q (n=306)		
		ME	DT	IT
1.	Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi <i>smartphone</i> .	3,49	1,67	0,606
2.	Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi <i>smartphone</i> cuando quisiera.	4,02	1,71	0,614
3.	Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p. ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi <i>smartphone</i> .	2,52	1,59	0,546
4.	Me molestaría si no pudiera utilizar mi <i>smartphone</i> y/o sus aplicaciones cuando quisiera.	4,24	1,82	0,679
5.	Me daría miedo si mi <i>smartphone</i> se quedase sin batería.	2,73	1,82	0,672
6.	Me daría algo si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de gasto mensual.	2,34	1,62	0,536
7.	Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wi-Fi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.	4,00	2,01	0,701
8.	Si no pudiera utilizar mi <i>smartphone</i> , tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.	3,55	1,89	0,515
9.	Si no pudiera consultar mi <i>smartphone</i> durante un rato, sentiría deseos de hacerlo.	3,62	1,85	0,689
10.	Me inquietaría por no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.	3,82	1,86	0,791
11.	Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.	4,12	1,77	0,673
12.	Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.	3,58	1,92	0,835
13.	Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.	3,91	1,78	0,787
14.	Me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.	3,82	1,89	0,766
15.	Me inquietaría por haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.	3,31	1,76	0,777
16.	Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.	2,76	1,68	0,790
17.	Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.	3,11	1,79	0,751
18.	Me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.	3,09	1,77	0,788
19.	Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.	2,47	1,68	0,568
20.	Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.	2,81	1,86	0,584

ME: Media aritmética; DT: desviación típica; IT: correlación ítem-total corregido

## Escala ESTE (Cardona Jiménez & Villamil Gallego, 2010)

Tabla 1. Adaptación cultural de la escala ESTE

Escala ESTE original		Escala ESTE adaptada		Observaciones
Orden	Ítem	Orden	Ítem	
1	Ya no tengo a nadie cerca de mí	1	Tengo personas apreciadas cerca de mí	Eliminada
2	Mi familia se preocupa por mí	9	Alguien de mi familia se preocupa por mí	
3	No hay nadie de mi familia que me preste su apoyo, aunque me gustaría que lo hubiera	10	Alguien de mi familia me presta apoyo	
4	Realmente me preocupo por mi familia	11	Me preocupo por mi familia	Eliminada
5	Realmente pertenezco a mi familia	12	Siento que pertenezco a mi familia	
6	Me encuentro a gusto con la gente	17	Me encuentro a gusto con la gente	Igual
7	Tengo amigos a los que recurrir cuando necesito consejo	18	Tengo amigos a los que recurrir cuando necesito consejo	Igual
8	Mis amigos y familiares realmente me entienden	20	Mis amigos y familiares realmente me entienden	Eliminada
9	Mi familia es importante para mí	21	Mi familia es importante para mí	Eliminada
10	Tengo a alguien que quiere compartir su vida conmigo	3	Tengo una pareja que quiere compartir su vida conmigo	
11	Estoy enamorado de alguien que me ama	5	Estoy enamorado de alguien que me ama	Igual
12	Tengo un compañero sentimental que me da el apoyo y aliento que necesito	4	Tengo un compañero sentimental que me da el apoyo que necesito	
13	Tengo a alguien que llena mis necesidades emocionales	6	Tengo a alguien que llena mis necesidades emocionales	Igual
14	Contribuyo a que mi pareja sea feliz	7	Contribuyo a que mi pareja sea feliz	Igual
15	Tengo amigos con los que comparto mis opiniones	25	Tengo amigos con quien compartir	
16	Mis amigos entienden mis intenciones y opiniones	16	Mis amigos entienden mis intenciones y opiniones	Igual
17	Me gusta la gente con la que salgo	22	Me gusta la gente con la que salgo	Igual
18	Podría contar con mis amigos si necesitara recibir ayuda	23	Podría contar con mis amigos si necesitara recibir ayuda	Igual
19	No me siento satisfecho con los amigos que tengo	24	Me siento satisfecho con los amigos que tengo	
20	No tengo amigos que compartan mis opiniones aunque me gustaría tenerlos	15	Tengo amigos con los que comparto mis opiniones	
21	Me siento cercano a mi familia	13	Me siento cercano a mi familia	Igual
22	Me siento solo cuando estoy con mi familia	8	Me siento solo cuando estoy con mi familia	Igual
23	Me siento aislado sin apoyo o comprensión cuando cuento mis problemas	27	Me siento aislado sin apoyo o comprensión cuando cuento mis problemas	Igual
24	No me siento importante para nadie	28	Siento que no le importo a nadie	
25	Lo que es importante para mí no parece ser importante para la gente que conozco	14	Lo que es importante para mí no parece importante para los demás	
26	Estoy preocupado porque no puedo confiar en nadie	26	Estoy preocupado porque no puedo confiar en nadie	Igual
27	Me siento aislado de los demás	19	Me siento aislado	
28	Siento que no soy interesante	29	Siento que no soy interesante	Igual
29	A medida que me voy haciendo mayor, se ponen las cosas peor para mí	30	Siento que a medida que me voy haciendo mayor, se ponen las cosas peor para mí	
30	Me molestan ahora las cosas pequeñas más que antes	31	Me molestan ahora las cosas pequeñas más que antes	Igual
31	Me siento solo	1	Me siento solo	Igual
32	Siento que conforme me voy haciendo mayor soy menos útil	32	Siento que conforme me voy haciendo mayor soy menos útil	Igual
33	A veces siento que la vida no merece la pena de ser vivida	33	Siento que la vida no merece la pena de ser vivida	
34	Tengo miedo de muchas cosas	34	Tengo miedo de muchas cosas	Igual