



**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y SOCIALES**

**Trabajo de Integración Final de Psicología**

**Intolerancia a la Incertidumbre y Nomofobia en adultos  
emergentes**

**Claudio Marcelo Acosta LU:1060544**

**Carrera:** Licenciatura en Psicología

**Tutor:** Dra. Liliana Nieri **Firma Tutor:**

**Fecha de Presentación:** Junio 2018

## Índice

1. Resumen.....	2
2. Introducción.....	3
3. Pregunta de investigación.....	5
4. Objetivos general y específicos.....	5
5. Hipótesis.....	5
6. Marco teórico	7
6.1 Adultos Emergentes.....	7
6.2 Intolerancia a la Incertidumbre.....	8
6.3 Adicciones a la tecnología.....	11
6.4 Nomofobia.....	12
7. Estado del Arte	15
7.1 Intolerancia a la Incertidumbre.....	15
7.2 Nomofobia.....	21
8. Metodología	26
8.1 Diseño.....	26
8.2 Participantes.....	26
8.3 Instrumentos.....	26
8.4 Procedimientos para el análisis de datos .....	28
8.5 procedimientos para la recolección.....	28
9. Resultados	30
9.1 Relación entre EII y Nomofobia.....	30
9.2 Estadísticos descriptivos.....	32
9.3 Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según variables sociodemográficas	33
9.4 Diferencias en Nomofobia según variables sociodemográficas.....	36
10. Discusión.....	41
11. Conclusión.....	45
12. Agradecimientos.....	47
13. Referencias Bibliográficas.....	48
14. Anexos.....	56
15. Tablas.....	63

## 1. Resumen

El objetivo del presente estudio fue analizar la relación entre los niveles de Intolerancia a la Incertidumbre y los niveles de Nomofobia en adultos emergentes. Se recolectó una muestra no probabilística incidental de 336 adultos emergentes de entre 18 y 30 años ( $M=22.79$ ;  $SD=3.692$ ) residentes en CABA y GBA (sur). Se les administró un cuestionario sociodemográfico; la escala de Intolerancia a la Incertidumbre y el cuestionario de Nomofobia. Los resultados arrojaron que existe una relación positiva estadísticamente significativa entre la intolerancia a la incertidumbre y la nomofobia ( $r=.430$ ,  $p < .01$ ). Esta investigación es un acercamiento inicial al conocimiento de la manera en que los adultos emergentes de CABA y GBA (sur) son afectados por la nomofobia, así como el impacto que produce en la misma, la intolerancia a la incertidumbre. El estudio sugiere la necesidad de seguir realizando investigaciones empíricas que permitan contribuir con datos acerca del impacto que genera el uso abusivo del teléfono móvil, y la intolerancia a la incertidumbre como factor predisponente

*Palabras clave:* intolerancia Incertidumbre, teléfonos móviles, nomofobia, adultos emergentes.

### Abstract

The aim of the present study was to analyze the relationship between the levels of intolerance to uncertainty and the levels of nomophobia in emerging adults. It was collected a non-probabilistic incidental sample of 336 emerging adults from 18 to 30 years old ( $M=22.79$ ;  $SD=3.692$ ) living in CABA and GBA (south). They were administrated a sociodemographic questionnaire; an intolerance to uncertainty scale and a nomophobia questionnaire. Results showed that there is a statistically significant positive relationship between intolerance to uncertainty and nomophobia ( $r = .430$ ,  $p < .01$ ). This research is an initial approach to the knowledge of the way in which emerging adults of CABA and GBA (South) are affected by nomophobia, as well as the impact produced in it, the intolerance to uncertainty. The study suggests the need to address further empirical research that can contribute with data about the impact generated by the abusive use of mobile phones, and intolerance to uncertainty as a predisposing factor

Keywords: intolerance, uncertainty, mobile phones, nomophobia, emerging adults.

## 2. Introducción:

El presente trabajo de investigación de investigación se propuso indagar en una población de adultos emergentes, acerca de la relación entre la “intolerancia a la incertidumbre” (Dugas & Robichaud 2007) y la “Nomofobia”; (Osio Flores et al. 2014), así como comparar y determinar diferencias en los niveles de ambos constructos por sexo y edad.

Durante el año 2011, la cantidad de teléfonos celulares vendidos a nivel mundial ha superado a la cantidad de computadoras, invirtiendo la tendencia de años anteriores (Organista-Sandoval, McAnally-Salas & Lavigne, 2013). Dentro del segmento de la telefonía, los Smartphones, representan aproximadamente el 75% de todos los teléfonos celulares vendidos. Este dato da cuenta de la dimensión del fenómeno tecnológico relacionado con la telefonía móvil y se calcula que en el mundo, hay más de 6.000 millones de estos dispositivos y que las cifras siguen en aumento pudiendo incluso, llegar a superar el número de habitantes del planeta en 2014 con 7.400 millones de aparatos Este crecimiento exponencial ha generado cambios de hábitos y conductas en los usuarios, quienes en algunos casos han llegado a tener consecuencias con características adictivas (Brazuelo Grund, 2013).

De un tiempo a esta parte se ha empezado a hablar de las llamadas adicciones comportamentales, como la adicción al trabajo, a las compras, o al ejercicio (Caro Mansilla, 2017). Y con la incorporación de las nuevas tecnologías, se habla también de adicción a los video-juegos, a internet, a las redes sociales, y de igual forma a los “Smartphones” o teléfonos inteligentes. Sin embargo, estas conductas aún no están reconocidas como enfermedades o trastornos en las codificaciones oficiales.

Si bien el desarrollo de la ciencia y de la tecnología tiene como fin último producir un bienestar en el ser humano, muchas veces se hace un uso incorrecto de las mismas, lo que puede llevar a las conductas antes mencionadas. Esto puede ser porque su función no es bien entendida o porque las expectativas puestas en dicha tecnología sobredimensionan su capacidad de resolución de problemas (Caro Mansilla, 2017).

Los “Smartphones”, son parte importante de las TIC, (tecnologías de la información y comunicación) las cuales incluyen aplicaciones, sistemas,

herramientas, y técnicas que tienen la particularidad de conectarse en tiempo real, lo que hace que sea muy simple y rápido comunicarse con alguien en otros lugares, trabajar en proyectos virtuales, conocer al instante lo que ocurre en el mundo y así, un sinnúmero de opciones que eran impensables hasta hace no mucho tiempo. (Gomes, Silva & Sendín-Gutiérrez, 2014).

El teléfono móvil es la invención tecnológica más aceptada -incluso más que Internet- debido a la cantidad de usuarios, y fundamentalmente a las horas que se utiliza por día. Hacia fines de 2011 había más de 5700 millones de celulares en el mundo (Luengo de la Torre, 2012),

Internet, como principal muestra de adelanto tecnológico, se ha convertido en un medio de vinculación para muchas personas, contribuyendo a la idea de que todo está al alcance de un clic. Ha acortado distancias y para muchas personas, es impensable no estar conectado a dispositivos como los Smartphones, conectados a la red, situación que en algunos casos ha generado serias consecuencias (Delgado et al, 2015).

Siguiendo a Osio Flores et al. (2014) y Ramos-Soler et al. (2017) se puede definir a la Nomofobia como una adicción que implica el temor a quedarse sin conexión en el teléfono celular y también como el miedo irracional a salir de casa sin el mismo. Por otra parte, más de la mitad de las personas que tienen un teléfono celular, han sentido ansiedad cuando se desconectaron de la red, se quedaron sin batería e inclusive cuando los dispositivos estuvieron apagados (Osio Flores et al, 2014).

Siendo la intolerancia a la incertidumbre uno de los cuatro procesos relacionado con la misma; tal como lo expresan Rovella, González, Peñate, e Ibáñez (2011) y tomando en cuenta que según estudios (Ditrendia, 2016) el 97% de la población mundial utiliza un teléfono celular y que el número de aparatos es mayor al de habitantes de todo el planeta; sería de relevante importancia conocer si la dependencia del teléfono celular es afectada por la intolerancia a la incertidumbre, así como los efectos que esta dependencia produce en los adultos emergentes según la conceptualización de Arnett (2000).

### 3. Pregunta de investigación

¿Cuál es la relación entre los niveles de Intolerancia a la incertidumbre y los niveles de Nomofobia en adultos emergentes de entre 18 y 30 años?

### 4. Objetivos

#### General:

Analizar si existe relación entre la Intolerancia a la Incertidumbre y la Nomofobia en adultos emergentes de CABA y GBA sur.

#### Específicos

1. Describir los niveles de Nomofobia e Intolerancia a la Incertidumbre de los adultos emergentes de CABA y GBA sur
2. Analizar si existe diferencias entre los niveles de Intolerancia a la incertidumbre y las variables sociodemográfica: sexo, edad, situación laboral, estado civil, y nivel de estudio.
3. Analizar si existe diferencias entre los niveles de Nomofobia y las variables sociodemográfica: sexo, edad, situación laboral, estado civil y nivel de estudio.

### 5. Hipótesis de trabajo

**Hipótesis para el objetivo general:** Existe una correlación positiva entre la intolerancia a la incertidumbre y la Nomofobia.

**Hipótesis para el objetivo específico 1:** El mismo a ser un objetivo descriptivo, no posee hipótesis

#### **Hipótesis para el objetivo específico 2:**

- La mujeres tienen mayor el nivel de intolerancia a la incertidumbre que los hombres.
- Los adultos de menor edad presentan menor nivel de intolerancia a la incertidumbre que los adultos de mayor edad.

- Los adultos emergentes que trabajan tienen menor nivel de intolerancia a la incertidumbre que los que no trabajan.
- Los adultos emergentes solteros tienen menor nivel de intolerancia a la incertidumbre que los que están en pareja.
- Los adultos emergentes que tienen estudios superiores puntúan más alto en la intolerancia a la incertidumbre que los adultos que tienen secundario completo.

**Hipótesis para el objetivo específico 3:**

- Las mujeres presentan mayores niveles de Nomofobia que los Hombres.
- Los adultos de menor edad presentan mayores niveles de nomofobia que los adultos de mayor edad.
- Los adultos emergentes que no trabajan tienen mayores niveles de nomofobia que los adultos que trabajan.
- Los adultos emergentes casados/en pareja presentan mayores niveles de nomofobia que los adultos solteros.
- Los adultos emergentes con estudios secundarios completos tienen mayor nivel de nomofobia que los adultos con estudios superiores.

## **6. Marco teórico**

### **6.1 Adulthood emergente**

La Adulthood Emergente es una conceptualización que define al tiempo que transcurre desde la mayoría de edad legal, hasta la adopción plena de roles adultos por parte de los sujetos (Arnett, 2000). Es un fenómeno cultural que se ha producido en las sociedades industrializadas a partir de los cambios sociodemográficos de las últimas décadas, tales como el aumento del acceso a la formación universitaria, los cambios producidos en el mundo laboral, y la postergación de decisiones respecto al matrimonio y la paternidad (Arnett, 2000).

Este periodo único y diverso, presenta características específicas que pueden variar dependiendo de la cultura en la cual se desarrolle el individuo (Arnett, Kloep, Hendry, & Tanner, 2011).

Por ser un constructo cultural, no reviste carácter universal y por lo tanto; de acuerdo a la forma en que se desarrolle en cada sociedad y de cuál sea el grupo de jóvenes objeto de estudio, podrá tener características culturales específicas. El proceso de transición a la edad adulta varía según el país, en función del estado de avance político, económico y social del mismo. Estos datos le permitieron a Arnett establecer la etapa de adulthood emergente de 18 a 29 años como propia de países industrializados; sin embargo en países en vía de desarrollo de América Latina y África, los investigadores encontraron altos niveles de homogeneidad respecto al tiempo de la transición a la edad adulta partiendo de la adolescencia, hasta llegar a los 30 años. (Marzana, Pérez-Acosta, Marta & González, 2010).



## **6.2 Intolerancia a la incertidumbre**

La intolerancia a la incertidumbre es la excesiva predisposición de una persona a no aceptar la ocurrencia de un evento negativo, aun cuando la probabilidad de que ocurra dicho evento, sea mínima. Es una predisposición a reaccionar negativamente en los aspectos emocionales, cognoscitivos y conductuales a situaciones o acontecimientos inciertos y de baja probabilidad de ocurrencia (Dugas, Buhr & Ladouceur, 2004).

Es una resultante de un conjunto de creencias negativas acerca de la incertidumbre y sus consecuencias junto a la tendencia a evaluar argumentos ambiguos también de manera negativa (Koerner & Dugas, 2008).

La intolerancia a la incertidumbre es resultado de un bajo umbral en la percepción de la ambigüedad, donde habitualmente hay una anticipación de posibles consecuencias futuras amenazantes, lo cual refuerza la preocupación, potenciando la ansiedad (Dugas et al. 1998).

Estas situaciones ambiguas se perciben como agotadoras y perturbadoras, junto a la creencia de que los acontecimientos inesperados son perjudiciales y que deben evitarse, ya que sería injusto entregarse a un futuro incierto. Las personas con baja tolerancia a la incertidumbre perciben a estas situaciones como estresantes y molestas, y creen que deben ser evitadas. La incertidumbre es un alto componente de la preocupación (Bogiaizian, 2014).

Según González Rodríguez, Cubas León, Rovella y Darías Herrera (2006) la intolerancia hacia la incertidumbre es entendida como una manifestación de un esquema cognitivo que guía y filtra el procesamiento de la información procedente del medio, donde las preocupaciones son vistas como un producto cognitivo a potenciales eventos negativos.

La intolerancia hacia la incertidumbre forma parte de un constructo más amplio denominado intolerancia hacia la ambigüedad (González, Cubas, Rovella, & Darías, 2006).

Koerner y Dugas (2008), afirman que una alta valoración en la intolerancia a la incertidumbre es un importante predictor de la preocupación a nivel de rasgo y de la tendencia a evaluar escenarios futuros de manera negativa. Esto podría conferir

riesgo de padecer trastorno de ansiedad generalizada. La intolerancia a la incertidumbre, concluyen los autores, influye en la forma en que los individuos procesan la información cuando se encuentran frente a situaciones ambiguas, negativas y positivas interpretando a todas ellas como más desconcertantes.

Para Páez Rovira y Campos (2005) la intolerancia de la incertidumbre se define como el grado en que la gente se siente amenazada por las situaciones ambiguas, a las cuales intentan evitar por medio de códigos y creencias estrictas. Está relacionada con mayor ansiedad y con menor bienestar o experiencias emocionales displacenteras (Arrindell et al. 1997; Hofstede, 1991).

El concepto de intolerancia a la incertidumbre fue propuesto inicialmente como una característica personal de vulnerabilidad hacia el trastorno de ansiedad generalizada (Ladouceur et al. 1999), pero hay evidencias que sugieren que más que una variable específica del trastorno de ansiedad generalizada, es la intolerancia a la incertidumbre es un factor de vulnerabilidad cognitiva de la mayor parte de los trastornos de ansiedad y de los trastornos depresivos (Carleton et al. 2012).

La intolerancia a la incertidumbre está orientada hacia el futuro (en contraste con la intolerancia a la ambigüedad, que está orientada hacia el presente) y está constituida por dos dimensiones: una intolerancia prospectiva o focalizada cognitivamente (“Los sucesos imprevistos me molestan mucho”) y una intolerancia inhibitoria o focalizada conductualmente (“La más pequeña duda puede hacer que pare lo que estaba haciendo”) (Carleton et al. 2012, p. 469).

Para Bonifacio, Chorot y Valiente (2012) la intolerancia a la incertidumbre implica una reacción negativa a la incertidumbre, así como también creencias de incapacidad para afrontar la ambigüedad y el cambio. Esto hace que la incertidumbre sea considerada en sí misma, como una amenaza que puede promover, mantener o agravar la ansiedad.

La incertidumbre (Durrheim & Foster, 1997) es un fenómeno crítico de la atención de la salud debido a sus efectos psicológicos potenciales. La incertidumbre provoca miedo, preocupación y ansiedad, percepciones de vulnerabilidad y evitación de toma de decisiones.

Algunas personas reducen la incertidumbre al buscar información mientras que otras minimizan o ignoran la incertidumbre enfocando su atención en otro lugar.

Greco (2000), ha definido a la incertidumbre como un período de anticipación previa a la confrontación con algún evento potencialmente aversivo para la persona y bajo la cual tenderá a variar el estilo de afrontamiento y la evaluación cognitiva que realice el sujeto ante la circunstancia.

González (2006), sugiere que la intolerancia a la incertidumbre es un concepto unidimensional, de carácter predominantemente cognitivo, que se subdivide en: incertidumbre generadora de inhibición e incertidumbre como desconcierto e imprevisión. La Incertidumbre generadora de Inhibición está relacionada con el trastorno de ansiedad generalizada, con la preocupación como rasgo, con la ansiedad y el pánico, y genera en el sujeto alteraciones en su capacidad de respuesta ante las situaciones adversas, por lo que al enfrentarse a situaciones de estrés, preocupación o peligro el individuo inhibe su respuesta cognitiva, emocional y conductual.

En la Incertidumbre como desconcierto e imprevisión (González, 2006), el individuo percibe como elementos estresantes, y que provocan frustración o preocupación a aquellas situaciones en la que le es imposible conocer qué es lo que va a suceder.

La intolerancia a la incertidumbre es definida como la "tendencia de una persona a considerar la posibilidad de que un evento sea negativo inaceptable y amenazante independientemente de la probabilidad de que ocurra" (Carleton, et al. 200, p. 105) y es considerada como un factor transdiagnóstico potencialmente importante que contribuye al mantenimiento de los síntomas de la ansiedad, los trastornos obsesivo-compulsivos y depresivos (Boelen & Reijntjes, 2009; McEvoy & Mahoney, 2011). Esto tendría implicaciones importantes para el desarrollo de un tratamiento transdiagnóstico innovador.

Freeston, Rheume, Letarte, Dugas y Ladouceur (1994) definieron a la intolerancia como una reacción "cognitiva, emocional y conductual" a situaciones de incertidumbre de la vida cotidiana.

La intolerancia a la incertidumbre ha surgido como una construcción clave relacionada a la preocupación, y como un elemento central para comprender y tratar la ansiedad generalizada, pero se sabe relativamente poco sobre su naturaleza exacta y a pesar de las investigaciones realizadas, la comprensión actual acerca de la misma, es muy amplio e inespecífico (Birrell, Meares, Wilkinson & Freeston, 2011).

La intolerancia a la incertidumbre es el síntoma con más peso en la preocupación y es muy importante en el mantenimiento de la misma, inclusive mucho más que otros síntomas de la ansiedad y depresión. Esto se debe al hecho de que al ser una construcción cognitiva tiene mayor influencia en el mantenimiento de los trastornos que por ejemplo, los síntomas físicos (McEvoy & Mahoney, 2012).

### **6.3 Adicciones a la tecnología**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) una adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es un malestar progresivo caracterizado por episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad.

Las adicciones a las TIC (tecnologías de la información y la comunicación) se clasifican dentro las llamadas adicciones sin drogas (Echeburúa, 1999). Se caracterizan por la utilización desmedida de distintos dispositivos como computadoras, tabletas, teléfonos móviles, consolas de videojuegos, plataformas de redes sociales y tal como afirman Muñoz-Rivas, Fernández y Gámez-Guadix, (2010) están asociadas al tiempo de conexión.

Si bien afectan a personas de todas las edades, suelen darse especialmente en adolescentes y jóvenes. Las personas adictas a las nuevas tecnologías suelen tener una conducta disfuncional en sus diferentes entornos, ya que se resisten a dejar sus dispositivos. Esta situación les provoca una desregulación fisiológica en la alimentación o el sueño, debido a que dejan de dormir lo necesario por estar hipnotizados con su actividad. El sujeto adicto a las TIC, sufre una euforia excesiva

así como dificultades para mantener relaciones interpersonales con su familia y sus amistades (Arias, Gallego, Rodríguez & Del Pozo, 2012)

La Organización Mundial de la Salud reconoce que una de cada cuatro personas sufre algún tipo de padecimiento vinculado con adicciones sin sustancias; entre ellas el uso abusivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación. (Pérez, Quiroga, Olivares Alzugaray & Pérez, 2017)

Nuevas fobias han surgido relacionadas con la sociedad moderna, como por ejemplo, las llamadas “tecnofobias”. Algunos ejemplos de ellas son la cyberfobia, (fobia a las computadoras) y la Nomofobia, relacionada a los teléfonos móviles (Brosnan, 1998).

Recientemente, el teléfono móvil ha tenido una extraordinaria expansión mundial, representando en la actualidad una parte importante de la tecno cultura (Katz, 2002).

Por otra parte, la creciente utilización de los nuevos dispositivos tecnológicos y de comunicación virtual que incluyen computadoras personales, tabletas y “Smartphones”, están produciendo cambios en los hábitos y comportamientos diarios de los individuos, así como también en la identidad y en las formas comunes de percibir la realidad (Handy, 1992).

#### **6.4 Nomofobia**

Quiroz, et al. (2015) describen a la adicción al uso del teléfono móvil, como la imposibilidad que un sujeto tiene para controlar o interrumpir su utilización. Su uso se realiza de forma indiscriminada, provocando una situación que termina afectando al propio usuario y a su entorno.

Sin embargo, estas conductas aún no están reconocidas como enfermedades o trastornos en las codificaciones oficiales. Para ello Bragazzi y Del Puente (2014) luego de una revisión profunda de la literatura existente, han presentado recomendaciones al grupo de Trabajo de Ansiedad del DSM-V para modificar los criterios de diagnósticos de las fobias específicas, proponiendo la inclusión de la nomofobia.

Siguiendo con la investigación de Bragazzi y Del Puente (2014), el interés en el tema aumentará en un futuro cercano dado que, el vínculo entre las nuevas tecnologías y su impacto psicopatológico aún no está claro y por lo tanto se necesita más investigación en el campo. En este sentido, la inclusión de la nomofobia en el DSM-V podría ser una posibilidad de proporcionar a los profesionales de la salud una herramienta que fomente avances en el tema.

El trastorno denominado nomofobia es la resultante del desarrollo de las llamadas nuevas tecnologías. Es considerada como un trastorno de la sociedad digital y esencialmente se refiere a la incomodidad, la ansiedad, el nerviosismo o la angustia causados por estar fuera de contacto con un teléfono móvil. En términos generales, es un miedo patológico a permanecer desconectado de la tecnología (Bragazzi, & Del Puente, 2014).

Entre sus síntomas, se distingue el sentirse ansioso y nervioso ante la idea de perder el teléfono; o cuando el teléfono móvil no está disponible o cerca, está fuera del área de cobertura de red y no se puede usar, la batería se ha agotado y/o falta de crédito para el uso de datos móviles. El sujeto que sufre nomofobia, trata de evitar lugares y situaciones en las que esté prohibido el uso del dispositivo (como un avión, restaurantes, teatros y cines) (Bragazzi & Del Puente, 2014).

Ramos-Soler, et al. (2017) afirman que la Nomofobia no es un fenómeno reciente, y se la puede definir como una adicción que implica el temor a quedarse sin conexión en el teléfono celular. Es una adicción que no está contemplada en el DSM-5 y por lo tanto los instrumentos para medirla son escasos.

Para Osio Flores, et al. (2014) La nomofobia es el miedo irracional a salir de casa sin el teléfono móvil. Este constructo, fue definido durante una investigación efectuada por la Oficina de Correos del Reino Unido para medir la ansiedad de usuarios de teléfonos celulares. Según los autores, esta fobia presenta sintomatologías como ansiedad, depresión, pánico, taquicardia, sudoración y hasta problemas de insomnio.

Siguiendo con el estudio de Osio Flores, et al. (2014); uno de los principales síntomas que aparecen en los nomofóbicos son las “vibraciones fantasma”. Estas serían consecuencia de que las personas ponen sus teléfonos en modo vibrador

para minimizar la incomodidad, pero genera a su vez una falsa percepción de que el teléfono vibra sin que esto sea efectivamente así. En Estados Unidos en 2011, el 80 % de los usuarios de teléfonos celulares han sentido estas vibraciones, al menos una vez por semana y el 13% las sienten a diario, atribuyendo la causa a la ansiedad por consultar su celular y el temor a estar desconectados (Osio Flores, et al. 2014).

La palabra "nomofobia" se originó en Inglaterra y se deriva de la expresión fobia a estar sin un teléfono móvil. Es un término que refiere a un repertorio de comportamientos o síntomas relacionados con el uso abusivo del teléfono móvil (King & Nardi, 2014).

King et al. (2013) consideran a la Nomofobia como un desorden del mundo moderno, y la describen como la incomodidad o ansiedad causada por la falta de disponibilidad de un teléfono celular, una computadora o cualquier otro dispositivo de comunicación virtual en personas que los usan habitualmente.

Por otra parte, un estudio de la Universidad de Barcelona (Peñaloza, 2016) describe una serie de patologías producidas por el uso abusivo del celular, entre las cuales enumera la ansiedad. Esta provoca que el sujeto debe tener siempre su smartphone cerca, porque de lo contrario, su preocupación se incrementa considerablemente. Cuando estos usuarios, olvidan su teléfono o no lo tienen consigo, se sienten incomunicados, e inclusive "desnudos" y propenden a una dependencia emocional por no saber si alguien les llama o envía mensajes".

Otra de las disfunciones a la que hace mención el estudio de Peñaloza (2016), es la situación de aislamiento derivada de la imposibilidad de disponer de una conexión de Wi-Fi para acceder a Internet y en donde el individuo sólo piensa en cómo, o desde dónde obtener acceso a la Red. Una tercera consecuencia derivada del obsesivo uso del celular, es la adicción a las redes sociales; los individuos visitan sus perfiles de redes sociales más de 3 veces al día para ver sus notificaciones.

La nomofobia también está relacionada con el miedo a hacer o recibir una llamada telefónica (literalmente, "miedo telefónico"). Esta dificultad se observa en pacientes con fobia social (King, Valença & Nardi, 2014).

## **7. Estado del arte**

La nomofobia es un constructo relativamente nuevo y por lo tanto, los estudios empíricos de la relación entre ésta y la intolerancia a la incertidumbre son escasos. En cuanto a investigaciones relacionadas a la intolerancia a la incertidumbre. Al ser la misma, un elemento principal de la preocupación y por lo tanto, de la ansiedad; se citan a efectos de este trabajo, distintos textos científicos que incluyen adicciones a la telefonía móvil y su relación con la ansiedad, así como también de intolerancia a la incertidumbre y su relación con el perfeccionismo, el TOC y la evaluación de amenazas en situaciones cotidianas, entre otras.

### **7.1 Intolerancia a la Incertidumbre**

Dugas, et. al, (2014) analizaron la intolerancia a la incertidumbre y su relación entre el trastorno de ansiedad generalizada (TAG) y la ira, así como también la creencia de que la incertidumbre tiene implicaciones negativas en el comportamiento. De la investigación participaron 233 estudiantes de la Universidad de Ryerson de entre de 17 y 30 años. El estudio deja en evidencia que la intolerancia a la incertidumbre puede ayudar a explicar la conexión positiva entre los síntomas de TAG y la ira basado en la idea que los individuos con mayor intolerancia a la incertidumbre, (como personas con TAG) pueden llegar a concluir frecuentemente que sus situaciones son injustas debido a la incertidumbre; que los objetivos previstos pueden fracasar por la incertidumbre y que también las expectativas propias pueden ser frustradas por la incertidumbre produciéndoles ira.

Otra investigación llevada a cabo por González, Ibáñez, Rovella, López y Padilla, (2013) analizó las relaciones entre el perfeccionismo y la intolerancia a la incertidumbre con variables psicopatológicas. Del estudio participó una muestra de 427 personas, en la que el 64,1% era mujer y el 35,9% varón, con un rango de edad entre 18 y 71 años. Se utilizaron las escalas de Intolerancia a la incertidumbre (González, Cubas, Rovella, & Darias, 2006) y La “Escala multidimensional de perfeccionismo” (Frost et al. 1990) entre otros. Los resultados arrojaron que la Incertidumbre generadora de inhibición es predictora de depresión así como también predictora de la Ansiedad subjetiva y pánico. El poder explicativo de la



incertidumbre generadora de inhibición también es similar para pensamientos intrusivos y obsesivos.

Barroso Calero, Ruiz Coronado y Montelongo (2017) realizaron el estudio de la validez de constructo y propiedades psicométricas de la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre para adolescentes. La muestra estuvo conformada por 303 adolescentes y 107 padres y fue recogida en diferentes centros escolares privados y públicos. Uno de los resultados obtenidos fue que la intolerancia a la incertidumbre de los padres se relaciona con la presencia de ansiedad, estrés y depresión en ellos mismos y de psicopatología en sus hijos.

Pepperdine, Lomax y Freeston, (2018) afirman que la mayoría de las investigaciones publicadas hasta la fecha, han indagado a la intolerancia a la incertidumbre en situaciones que son explícita o implícitamente amenazantes. Los autores realizaron un estudio para analizar si la construcción de la intolerancia a la incertidumbre en situaciones cotidianas se debe más a la incertidumbre en sí, o a la evaluación de amenaza que un sujeto realiza; es decir establecer si es la incertidumbre como perspectiva de un resultado negativo (o amenaza) lo que las personas encuentran aversivo. Para ello realizaron una investigación con una muestra de 224 personas (67% femenina y 33% masculina) en un rango de 26 a 35 años de edad. Entre otros instrumentos utilizaron el Cuestionario de situaciones inciertas positivas y negativas -PANUSQ- (Pepperdine, Lomax, & Freeston, 2018) que mide las respuestas de los participantes a situaciones inciertas y el IUS-12 (Carleton et al. 2007) escala corta derivada de la escala original de Intolerancia de Incertidumbre de 27 ítems (Freeston et al.1994). Los participantes calificaron 12 afirmaciones sobre la incertidumbre en una escala tipo Likert de cinco puntos para evaluar reacciones emocionales, cognitivas y conductuales a situaciones inciertas. Entre los resultados se halló que la intolerancia a la incertidumbre opera aun en situaciones no amenazantes. La investigación sugiere que la intolerancia a la incertidumbre no es solo el resultado de una mentalidad pesimista o de una tendencia a percibir una amenaza y que existe una propensión a preocuparse por elementos inciertos, incluso en situaciones casi despojadas de amenaza. Los hallazgos de la investigación proponen que una mejor definición de intolerancia a la

incertidumbre podría ser "una tendencia a molestarse o preocuparse por los elementos desconocidos de un situación, aun sin saber si los resultados serán negativos o no" (Pepperdine, Lomax, & Freeston, 2018 p. 18)

Carleton, Fetzner, Hackl y McEvoy (2013) llevaron a cabo un estudio para evaluar la relación entre las dimensiones inhibición y desconcierto de la intolerancia a la incertidumbre y el miedo y síntomas de evitación asociados con el trastorno de pánico. De la investigación participaron un total de 115 personas (83% mujeres) que hubieran experimentado al menos un ataque de pánico. Los participantes fueron convocados a participar a través de publicidad en las redes sociales y se les pidió que de forma voluntaria y anónima, completaran una encuesta on-line como parte de una investigación en curso. Entre los instrumentos utilizados se encuentran el Anxiety Sensitivity Index-3 (Taylor et al. 2007), la escala de gravedad del trastorno de pánico (PDSS), Shear et al. (1997) y el (IUS-12) de Carleton et al. (2007), cuestionario de 12 ítems derivado de la escala original de intolerancia a la incertidumbre de Freeston et al. (1994). Los resultados obtenidos sugieren una correlación estadísticamente significativa entre la dimensión inhibitoria de la intolerancia a la incertidumbre y los ítems del trastorno de pánico.

Oglesby, et al. (2016) investigaron si elevados niveles previos de intolerancia a la incertidumbre son predictores de síntomas de estrés postraumático en individuos que hayan sufrido la exposición a un trauma. El estudio se realizó a 77 estudiantes de pregrado que estuvieron presentes durante un tiroteo en un campus. Para realizar el estudio se utilizaron la escala de intolerancia a la incertidumbre (Freeston, Rhéaume, Letarte, Dugas, & Ladouceur, 1994); la escala de sensibilidad a la ansiedad (Reiss, Peterson, Gursky, & McNally, 1986) el cuestionario de exposición física PEQ (Littleton, Grills-Taquechel, & Axsom, 2009) y la Lista de verificación del trastorno de estrés postraumático PCL-C (Weathers, Litz, Herman, Huska, & Keane, 1994). Los resultados revelaron que la intolerancia a la incertidumbre pre traumática tiene una relación significativa con los síntomas de estrés postraumático y por lo tanto es un importante predictor del mismo.

Bomyea et, al. (2015) llevaron a cabo un estudio para establecer si las reducciones en los niveles de intolerancia a la incertidumbre intervienen -o no- en

la reducción de la preocupación. Este estudio examinó el proceso de cambio en la intolerancia a la incertidumbre y la preocupación, en una muestra de 28 individuos de entre 18 y 55 años con trastorno de ansiedad generalizada que realizaban terapia cognitiva conductual. En el estudio se administraron el cuestionario MINI (Sheehan et al. 1998), la escala de intolerancia a la incertidumbre (Freeston, Rhéaume, Letarte, Dugas, & Ladouceur, 1994) y el cuestionario abreviado Penn State Worry Questionnaire (PSWQ-A) (Hopko et. al, 2003) de 8 ítems que miden la tendencia a la preocupación. Los resultados revelaron que un cambio en el nivel de la intolerancia a la incertidumbre interviene significativamente en la reducción del nivel de preocupación, pero que un cambio en la preocupación no mediaba en la reducción de nivel de la intolerancia a la incertidumbre. Los hallazgos respaldan la idea de que intolerancia a la incertidumbre es una construcción subyacente del trastorno de ansiedad generalizada.

En otro estudio realizado por Boelen, Reijntjes y Smid (2016) se examinaron posibles correlaciones entre las dimensiones de la intolerancia a la incertidumbre (prospectiva e inhibitoria) con niveles de síntomas de trastorno de duelo prolongado; trastorno de estrés postraumático y depresión en una muestra de personas que atravesaban una situación de duelo. De la investigación participaron 256 personas adultas, mayores de 18 años. Se utilizaron entre otros el prolonged Grief Disorder Scale (PGD Scale) (Prigerson et al. 2009) el Hospital Anxiety and Depression Scale-Depression Scale (HADS-D) (Zigmond & Snaith, 1983) y la escala de intolerancia a la incertidumbre versión (IUS-12) (Carleton et. al, 2007). Los resultados mostraron que la intolerancia a la incertidumbre inhibitoria (no así la prospectiva) correlacionó positivamente con los niveles de síntomas de estrés postraumático y depresión. Los hallazgos respaldan la noción de que la intolerancia a la incertidumbre es un factor de vulnerabilidad para diferentes problemas emocionales, incluidos los que se desarrollan en situaciones de duelo.

Rodríguez de Behrends y Brenlla (2015) realizaron la adaptación lingüística y el análisis de las propiedades psicométricas de la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre en población de Buenos Aires. Se utilizó una muestra de 320 participantes adultos de población general, residentes en la Ciudad Autónoma de

Buenos Aires y el Gran Buenos Aires y sus resultados mostraron una consistencia interna de la escala igual a .93. No se registraron diferencias significativas en las puntuaciones de la escala según la edad y el sexo.

Toro et. al (2018) hicieron una investigación cuyo objetivo fue establecer si había relación entre las variables perfeccionismo, rumiación, afecto negativo, e intolerancia a la incertidumbre, con estrés, ansiedad y depresión. Del estudio participaron 333 adultos entre 18 y los 70 años. Utilizaron la Escala Multidimensional de Perfeccionismo (EMP); el Cuestionario de Estilo Emocional (CEE), las Escalas de Afecto Positivo y Negativo (PANAS); la Escala de Intolerancia hacia la Incertidumbre (EII), el Anxiety Sensitivity Index (ASI-3) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). En los resultados se encontraron correlaciones significativas entre ansiedad y depresión, con la intolerancia a la incertidumbre y perfeccionismo.

Jensen y Heimberg, (2015) realizaron un trabajo de investigación en individuos obsesivo-compulsivos ansiosos y preocupados por la contaminación. El estudio tuvo por objetivo determinar si la Intolerancia a la Incertidumbre es un buen predictor de ansiedad. Del estudio participaron 102 estudiantes de pregrado. Los instrumentos utilizados fueron el SIAS (Social Interaction Anxiety Scale) (Mattick & Clarke, 1998); el OCI-R (Foa et al. 2002) -Obsessive-compulsive inventory—revised- y la escala de intolerancia a la incertidumbre, 12-item versión. (Carleton et al. 2007). Los resultados obtenidos evidenciaron que la intolerancia a la incertidumbre predice ansiedad social y OCC (trastorno obsesivo –compulsivo con miedo a la contaminación)

Gao et. al (2016) en un estudio donde se buscaba comprender la forma en que usaban sus Smartphones las personas con altos niveles de ansiedad social, instalaron en los teléfonos de una muestra de 127 jóvenes una aplicación para registrar los comportamientos de uso y cargar los datos en una encuesta en línea, que incluía la Escala de Ansiedad de Interacción (IAS) y la Escala de Soledad de Los Ángeles de la Universidad de California (UCLA-LS). El estudio encontró una relación entre los trastornos de ansiedad y la dependencia al teléfono móvil.

Thomé et al (2011) en un estudio que comprendió 1455 hombres y 2701 mujeres, adultas de entre 20 y 24 años seleccionados al azar, mostró un 29% de

prevalencia de síntomas de ansiedad en quienes tenían una alta dependencia al teléfono móvil

Por otro lado; Jacoby et. al (2013) llevaron a cabo una investigación en 205 pacientes con TOC que buscaba confirmar a estructura factorial de la Escala de intolerancia a la incertidumbre de Freeston, Rhéaume, Letarde, Dugas y Ladouceur, (1994) en pacientes con trastorno obsesivo-compulsivo. Entre sus resultados mostró que no hubo diferencias significativas en el nivel de intolerancia a la incertidumbre en relación al sexo ni la edad.

En otra investigación efectuada por Carleton et. al (2014) que examinó las relaciones entre la intolerancia a la incertidumbre, la sensibilidad a la ansiedad y los síntomas de trastorno de pánico en una muestra clínica de 132 participantes y en donde se utilizaron entre otros instrumentos, el Anxiety Sensitivity Index-3 (Taylor et al. 2007), la escala de gravedad del trastorno de pánico (PDSS), Shear et al. (1997) y el (IUS-12) de Carleton et al. (2007) no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de intolerancia a la incertidumbre entre los géneros masculinos y femenino.

Gago Velasco y López Montesinos (2013) investigaron el nivel de ansiedad en estudiantes universitarios de enfermería en una muestra de 40 casos, utilizando el STAI y la Escala de intolerancia a la incertidumbre. Las conclusiones indican que la intolerancia a incertidumbre respecto al futuro profesional de los estudiantes, actúa como precursor de ansiedad, inclusive con riesgo para la salud.

## 7.2 Nomofobia

Osio Flores, et. al (2014) a través de una revisión bibliográfica afirman que el uso excesivo de la tecnología y sobre todo de los teléfonos inteligentes ha cambiado la manera de vincularse y que, por citar un ejemplo, solo en Gran Bretaña; 13 millones de personas sufren de nomofobia.

Quiroz y Monserrat (2015) en un estudio cuantitativo descriptivo transversal, buscaron identificar los problemas de salud en estudiantes de enfermería relacionados con el uso excesivo del teléfono móvil. Se seleccionó una muestra de 64 casos, a la que se le realizó una encuesta de 36 preguntas, adaptada por Ollatz y Guillén del MPPUSA en español "Uso indiscriminado del teléfono móvil" y que dio como resultado que el 67% de los encuestados registró episodios de ansiedad y un 65%, episodios de nomofobia; por lo que los investigadores concluyen que el uso excesivo del teléfono móvil constituye una problemática que va acompañada de vulnerabilidades psicológicas, trastornos relacionados y consecuencias negativas, como la ansiedad.

Peñuela Epalza, et al, (2014) realizaron un estudio observacional descriptivo transversal de 400 casos sobre la relación entre el uso de los Smartphones y las relaciones interpersonales en estudiantes universitarios. Para ello se aplicó un cuestionario diseñado por los investigadores que fue previamente revisado por psicólogos y expertos para validar su contenido y luego probado en una muestra pequeña mediante el método test-retest. El cuestionario, estaba constituido por 35 preguntas, principalmente cerradas, e indagaba datos sociodemográficos como tipo de Smartphone, servicios del móvil más utilizados, sitios dónde lo llevaban, utilización durante reuniones con pareja, amigos y padres, y si esta situación les generaba algún malestar en sus relaciones con ellos. Los resultados arrojaron que el 25% de los encuestados, al describir sus reacciones al dejar de usar el *Smartphone*; sintieron "ansiedad" o "desesperación". También se estableció que el 53 % de la muestra revisaba su Smartphone aproximadamente cada 15 minutos; el 66 % lo llevaba a todas partes y el 52 % lo usaba en exceso. Las mujeres usaban más el celular y tenían más conflictos en sus relaciones que los hombres debido al uso excesivo.

Un estudio realizado por Gil, Del Valle, Oberst y Chamarro (2015) que se llevó a cabo con una muestra de 289 ciudadanos españoles, utilizando el cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM, Beranuy, Chamarro, Graner & Carbonell, 2009) para la evaluación del grado de adicción al móvil; arrojó como resultado que alrededor de 73 casos presentaron síntomas de ansiedad clínica y se vieron obligados a revisar continuamente sus teléfonos para mantenerse actualizados de los planes y actividades de sus amigos; por otra parte, el uso intensivo del móvil es condicionado por el miedo a perderse de algo; lo cual les provoca ansiedad.

Estévez, Rubiola, Iruarrizaga, Onaindia y Jáuregui, (2017) estudiaron las nuevas tecnologías y sus posibles consecuencias junto al desarrollo de conductas adictivas. La investigación constó de una muestra de 535 jóvenes universitarios de entre 18 y 31 años que contestaron una serie de cuestionarios de forma computarizada. Los instrumentos utilizados fueron el Emotional Dependency in Dating Relationships in Adolescents and Young People (Urbiola, Estévez, & Iraurgi, 2014) de 12 ítems y 4 sub-escalas; el MULTICAGE CAD-4 (Pedrero-Pérez, et al. 2007) una escala para medir comportamientos adictivos y el anteriormente mencionado CERM. Estos instrumentos se tomaron para analizar la dependencia emocional y las consecuencias psicológicas en relación al uso de Internet y el teléfono móvil y considerar también las diferencias de género. Como resultado el estudio halló una correlación positiva entre ansiedad y depresión y el uso abusivo del teléfono móvil. También halló características similares en cuanto a perfiles, entre los adictos a la telefonía y quienes consumen sustancias. Por último encontró una mayor tendencia en las mujeres, al uso abusivo del teléfono móvil.

King, et. al (2013) realizaron una investigación para comprobar si la nomofobia podría servir como indicador de un posible trastorno de ansiedad. Se realizó un estudio de caso con un hombre soltero de 30 años, abogado que vivía con sus padres y dos hermanos. Se le aplicaron diversos instrumentos tales como el MINI (eje I DSM-IV-1994), Hamilton scale for depression (1980), la escala Liebowitz (1987) para trastorno de la fobia social (SPD), la escala de ansiedad de Zung (1971), la escala para el pánico y la agorafobia (Bandelow, 1995), la escala de severidad

del trastorno de pánico, y el cuestionario WHOQOL-brief (1998) para evaluar la calidad de vida y también un cuestionario validado y confiable con 20 ítems la prueba de Adicción a Internet (IAT-2011). El resultado del estudio de caso comprobó que el comportamiento nomofóbico produce cambios en los hábitos diarios y puede revelar la presencia de trastornos mentales comórbidos.

Puga Solbas, Benavente Velázquez y Sedeño Riado, (2014) efectuaron una investigación para conocer el término nomofobia y sus consecuencias para la salud. Llevaron a cabo una revisión de la literatura y de los trabajos presentados entre los años 2010 y 2014 que incluyeran los términos “mobilephone addiction” y “nomophobia”. El estudio concluyó que todas las investigaciones revisadas tienen como resultado compartido, el impacto negativo que el uso excesivo de los teléfonos móviles provoca en la salud física y mental.

Shao, Fu-Yuan, & Su-Lin (2013) hicieron en Taiwán, un estudio para analizar si había correlación entre la adicción a Internet y la adicción a los teléfonos móviles, así como observar si había diferencias de género en los resultados. El estudio incluyó una muestra de 448 estudiantes universitarios, de los cuales el 61.2% fueron hombres y 38.8% mujeres. Se utilizó escala de adicción al teléfono móvil (MPAS) (Hong, Chiu & Huang en prensa) como instrumento de medición. La escala tiene una escala de Likert de 6 puntos y evalúa tres aspectos: la gestión del tiempo; el rendimiento escolar y la satisfacción sustitutiva. El resultado del estudio arrojó que la adicción a los teléfonos móviles y la adicción a Internet están positivamente relacionadas y por otra parte también se comprobó que las mujeres universitarias tuvieron una puntuación más alta que los hombres en la adicción al teléfono móvil.

El uso de teléfonos celulares se ha asociado cada vez más con comportamientos dañinos o perturbadores. Birrell, Meares, Wilkinson y Freeston, (2011) han realizado un estudio para evaluar el uso problemático del teléfono móvil y realizar una comparación por género. Participaron de la investigación 430 participantes voluntarios (216 mujeres y 214 hombres) de entre 20 y 35 años de edad. El resultado obtenido en cuanto al uso problemático del teléfono móvil, fue que los hombres usan su teléfonos móviles con mayor frecuencia en situaciones



peligrosas y que las mujeres son más dependientes que los hombres de sus teléfonos móviles.

Babadi-Akashe, Zamani, Abedini, Akbari y Hedayati (2013) realizaron un estudio para investigar el comportamiento de los estudiantes universitarios de Shahrekord, (Irán) en relación al uso adictivo de los teléfonos móviles y si había correlación con la salud mental. Del estudio participaron 296 estudiantes, los cuales fueron seleccionados al azar y se utilizaron dos cuestionarios: el (SCL-90-R) y el cuestionario Hooper y Zhou (2007), escala de 32 puntos de comportamiento asociado con uso del teléfono móvil. Los resultados mostraron que existe una relación inversa significativa entre la salud mental y el uso abusivo del teléfono móvil. Es decir que con una mayor y mejor salud mental, la tasa de adicción a la telefonía celular se reduce.

Matoza-Báez y Carballo-Ramírez (2015) buscaron determinar el nivel de nomofobia en estudiantes de Medicina del Paraguay, teniendo en cuenta el sexo, el grupo etario y el rendimiento académico. La muestra estuvo compuesta por 234 estudiantes de licenciatura y entre los resultados mostró que los jóvenes de entre 18 y 24 años son más propensos a padecer un alto nivel de nomofobia.

Flores, Gamero, Arias, Melgar, Sota y Ceballos (2015) llevaron a cabo un estudio para comparar los puntajes de adicción al celular en una muestra de 1400 estudiantes universitarios. Las edades de los estudiantes fueron entre 16 y 33 años. El 50.14% de la muestra estuvo conformada por varones y el 49.86% por mujeres. Los resultados indicaron que las mujeres puntuaron más alto que los varones y estas diferencias fueron estadísticamente significativas.

Van Deursen et. al (2015) investigaron el uso de teléfonos inteligentes orientados a la inteligencia emocional, el estrés social, la autorregulación, el género y la edad en una muestra de 386 personas. Entre los resultados la investigación halló que las mujeres tienen mayores posibilidades de desarrollar un comportamiento adictivo mientras que las personas mayores son menos propensas a desarrollar este comportamiento.

Prasad et. Al (2017) realizaron un estudio en la Facultad de Ciencias e Investigación Dental D. J., en la India. Aplicaron un cuestionario auto administrado

a 554 estudiantes para recopilar datos sobre el uso y la ansiedad asociada con el teléfono móvil. Este cuestionario fue diseñado en base al Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) de Yildirim y Correia (2015). Los estudiantes fueron categorizados según el uso de sus teléfonos móviles en nomofóbicos y en riesgo de nomofobia. Se encontró una diferencia significativa en el uso de teléfonos móviles entre mujeres y hombres. Los resultados mostraron que un 75 % de los estudiantes eran nomofóbicos o corrían el riesgo de serlo. En relación a la categoría sexo; se observó que la mayor puntuación en niveles de nomofobia, correspondió a las mujeres, mientras que el riesgo de nomofobia fue mayor en los hombres.

## 8. Metodología

### 8.1 Diseño:

El presente trabajo de investigación en psicología, será realizado dentro del campo de las “Adicciones a la tecnología”. Será descriptivo, correlacional, de diferencia de grupo.

### 8.2 Participantes

Se recolectó una muestra de tipo incidental, no probabilística de sujetos voluntarios, de la que participaron 336 adultos emergentes que tenían en promedio 22,79 años (SD=3.692).

En relación al sexo, el 72% de los participantes ( $n=242$ ) fueron mujeres y el 28% restante ( $n=94$ ) Hombres.

Con respecto a la situación laboral, el 58% de la muestra ( $n=195$ ) actualmente trabajan y el 42% ( $n=141$ ) no.

En relación al lugar de residencia el 61.3% ( $n=206$ ) vive en el GBA (sur), mientras que 38.7 lo hace en CABA ( $n=130$ ).

En relación al nivel educativo; el 31% de los participantes ( $n=104$ ) refieren tener estudios secundarios y el 69% restante ( $n=232$ ) estudios superiores (terciarios/universitarios).

En relación al estado civil; el 65,5% ( $n=220$ ) afirma estar soltero, mientras que 34,5% refiere estar casado o en pareja ( $n=116$ )

### 8.3 Instrumentos

**Cuestionario socio-demográficos:** se les solicitó a los participantes una serie de datos para obtener información relacionada al sexo, edad, nivel de estudios, lugar de residencia, trabajo y estado civil. (Ver anexo)

**Escala de Intolerancia a la Incertidumbre** de Freeston, Rhéaume, Letarde, Dugas y Ladouceur, (1994) en su adaptación por Rodríguez de Behrends y Brenlla (2015) denominada “Adaptación para Buenos Aires de la escala de la Intolerancia a la incertidumbre”.

Para realizar la adaptación de este instrumento a la población argentina se realizaron 3 traducciones, del francés al inglés y al español unificándose en una sola versión, la cual fue sometida al juicio de tres expertos sobre TAG con dominio del inglés. La misma fue testeada de manera preliminar en un estudio piloto con 45 casos y la versión final se aplicó a 320 casos de CABA y GBA en un rango etario de 18-30 años.

La escala tiene 27 ítems y como resultados de los análisis factoriales se la dividió en dos dimensiones: inhibición cognitiva, conductual y afectiva que genera la incertidumbre (12 ítems) y que agrupa ítems tales como: Cuando estoy inseguro no puedo seguir adelante y Cuando llega el momento de actuar, la incertidumbre me paraliza. La segunda dimensión es la incertidumbre como desconcierto e imprevisión (15 ítems) tales como “para evitar sorpresas uno siempre debería anticiparlas y No soporto que las cosas me tomen por sorpresa”

La **EII** se responde con un formato tipo “Likert” de 5 opciones de respuesta donde “1” es nada característico de mí, hasta “5” muy característico de mí.

En la adaptación argentina de la escala, la medida de consistencia interna fue igual a .90. Para esta muestra se encontró un  $\alpha$  de Cronbach de .92 para el total de la escala y para las dimensiones inhibición cognitiva e incertidumbre como desconcierto un  $\alpha$  de Cronbach de .86 y .88 respectivamente.

***Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)*** de Yildirim y Correia (2015) en su adaptación al español por González-Cabrera, León-Mejía, Pérez-Sancho y Calvete (2017).

Es un cuestionario que mide el nivel de Nomofobia y consta de 20 ítems agrupados en 4 dimensiones: No poder comunicarse (6 ítems): sentimientos dedicados a la pérdida de una comunicación inmediata y no poder usar los servicios disponibles para tal fin; 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; 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. Por último renunciar a la comodidad (5 ítems): sentimientos inherentes a la comodidad y tranquilidad psicológica que otorga tener control sobre el smartphone, especialmente en relación a la batería, cobertura y saldo.

El instrumento tiene una puntuación de tipo “Likert” que consta de 7 puntos, donde “1” es totalmente en desacuerdo y “7” es totalmente de acuerdo. El rango de puntuación varía entre 20 y 140 puntos; y a mayor puntuación, corresponde mayor nivel de Nomofobia.

En su adaptación al español se utilizó el método de traducción-re- traducción a través de dos traductores expertos bilingües. La consistencia interna de la herramienta, mediante el alfa de Cronbach, fue de 0,97.

Para esta muestra se encontró un  $\alpha$  de Cronbach de .93 para el total de la escala; para la dimensión “no poder comunicarse”: .91; para la dimensión “pérdida de control”: .87; para la dimensión “no ser capaz de acceder a la información”: .85 y para la dimensión “renunciar a la comodidad”: .79.

#### **8.4 Procedimiento para el análisis de datos**

Se contactó a los participantes mediante entrevistas personales y a través de redes sociales y cuestionarios on-line. Participaron de manera voluntaria, anónima y no se les retribuyó económicamente. Primeramente se les informó acerca del propósito de la investigación para luego proceder a la firma del consentimiento informado que deja constancia de su aceptación a formar parte del estudio. Finalmente se administraron ambos cuestionarios y escalas.

#### **8.5 Procedimiento para la recolección de datos**

La carga de datos y el análisis de los mismos se efectuaron utilizando el programa procesador SPSS.

En primer lugar se realizó un análisis de correlación bivariada de Pearson para investigar la relación entre la Intolerancia a la incertidumbre y la Nomofobia en adultos emergentes de entre 18 y 30 años. (Objetivo general). En segundo lugar se

realizaron análisis descriptivos de las variables para responder al objetivo específico 1 y por último se utilizaron pruebas  $t$  de Student para analizar las diferencias estadísticamente significativas, según las variables sociodemográficas en las variables de estudios (objetivos específicos 2 y 3).

Para llevar a cabo el análisis de datos, se crearon criterios de agrupación para las variables: edad; nivel de estudio y estado civil.

La variable edad se dividió en dos grupos tomando la clasificación de Griffa y Moreno (2005), grupo 1= 18-24 años (juventud/segunda adolescencia); grupo 2=25-30 años (adulthood temprana).

En cuanto al nivel de estudios alcanzados se dividió a la muestra en dos niveles; grupo 1= estudios secundarios, grupo 2=estudios superiores.

Por último, en relación al estado civil, se agrupó a los participantes en dos grupos, grupo 1=solteros, grupo 2= en pareja/casados

## 9. Resultados

### 9.1 Correlaciones entre Intolerancia a la incertidumbre y Nomofobia

Para dar respuesta al objetivo general de este estudio, se analizó si existe relación entre los niveles de Intolerancia a la incertidumbre y de Nomofobia en adultos emergentes de entre 18 y 30 años aplicando correlaciones bivariadas de Pearson. (Ver tabla 1)

Los resultados logrados afirman que existe una relación positiva estadísticamente significativa entre Intolerancia a la incertidumbre y la Nomofobia ( $r = .430$ ;  $p < .01$ ). Es decir los adultos con mayor nivel de intolerancia a la incertidumbre muestran un mayor nivel de nomofobia. Teniendo en cuenta los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ).

Por otra parte se hicieron análisis para determinar si existe asociación entre las dimensiones de ambas escalas: Inhibición cognitiva, conductual y afectiva e Incertidumbre como desconcierto, de la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre y las dimensiones no poder comunicarse, pérdida de conexión; no ser capaz de acceder a la información y renunciar a la comodidad, del Cuestionario de Nomofobia.

Los resultados obtenidos indican que existe una relación positiva significativa entre la dimensión incertidumbre como desconcierto y la dimensión renunciar a la comodidad ( $r = .417$ ;  $p < .01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). Por lo tanto los resultados indican que los adultos que buscan evitar sorpresas, son más proclives a tener el control sobre el teléfono en relación a cobertura, batería y saldo

Otro de los resultados obtenidos, indica que la dimensión incertidumbre como desconcierto y la dimensión pérdida de control, tienen una relación positiva significativa ( $r = .379$ ;  $p < .01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). Esto expresa que en los adultos que no soportan que los tomen por sorpresa, aumentan las emociones relacionadas a la pérdida de ubicuidad cuando pierden la conexión, por ejemplo en las redes sociales.

La dimensión inhibición cognitiva, conductual y afectiva correlaciona positivamente con la dimensión renunciar a la comodidad ( $r=.359$ ;  $p<.01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). Esto indica que aquellos adultos a quienes la incertidumbre los paraliza también son más proclives a sufrir intranquilidad psicológica relacionada con tener cobertura, batería y saldo

Para el caso de la dimensión incertidumbre como desconcierto y la dimensión no ser capaz de acceder a la información el resultado arroja una correlación ( $r=.294$ ;  $p<.01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992), esta correlación presenta un tamaño del efecto que va de bajo ( $r \geq .10$ ) a moderado ( $r \geq .30$ ). Por lo que las personas que no soportan que los eventos que les tomen por sorpresa, se sienten molestos si no pueden obtener la información que desean al instante.

La siguiente correlación es la de las dimensiones no poder comunicarse ( $r=.310$ ;  $p<.01$ ) e incertidumbre como desconcierto. Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). Esto significa que las personas que se inhiben conductualmente con la incertidumbre, se sienten incómodos al no poder usar sus dispositivos para obtener información al instante.

También se da una correlación significativa entre la dimensión inhibición cognitiva y la dimensión no ser capaz de acceder a la información ( $r=.342$ ;  $p<.01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). El resultado indica que las personas que no pueden buscar la información que desean al instante, se paralizan ante la incertidumbre.

Del mismo modo, entre las dimensiones inhibición cognitiva y pérdida de conexión se da también una relación significativamente positiva ( $r=.340$ ;  $p<.01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). Esto significa que las personas a quienes la incertidumbre las paraliza, sienten pérdida de ubicuidad cuando pierden la conexión.



Por último se encontró una correlación positiva entre las dimensiones inhibición cognitiva y dimensión no poder comunicarse ( $r=.328$ ;  $p<.01$ ). Tomando los criterios de Cohen (1992) esta correlación presenta un tamaño del efecto moderado ( $r \geq .30$ ) a amplio ( $r \geq .50$ ). Es decir, a las personas que sienten que no pueden usar los servicios de comunicación de manera inmediata al momento de actuar, los paraliza la incertidumbre.

Tabla 1. *Correlaciones entre Intolerancia a la Incertidumbre, Nomofobia y sus dimensiones*

	No poder comunicarse	Pérdida de conexión	No ser capaz de acceder a la información	Renunciar a la comodidad	Puntaje total Nomofobia
Inhibición cognitiva, conductual y afectiva	<b>,328**</b>	<b>,340**</b>	<b>,342**</b>	<b>,359**</b>	<b>,405**</b>
Incertidumbre como desconcierto	<b>,310**</b>	<b>,379**</b>	<b>,294**</b>	<b>,417**</b>	<b>,414**</b>
Total Intolerancia a la Incertidumbre	<b>,334**</b>	<b>,379**</b>	<b>,332**</b>	<b>,410**</b>	<b>,430**</b>

\*\* $p<.01$

## 9.2 Estadísticos descriptivos

Con el fin de responder al objetivo específico 1, describir los niveles de Nomofobia e Intolerancia a la Incertidumbre de los adultos emergentes de CABA y GBA sur se seleccionó una muestra de adultos emergentes ( $n=336$ ) la cual ha reportado una media 63.24 ( $SD=19,87$ ) en relación a los niveles totales de Intolerancia a la incertidumbre. En la tabla 2 se presentan los resultados de medias, desvíos, valores máximos y mínimos para el puntaje total del cuestionario y para las dimensiones de Inhibición cognitiva, conductual y afectiva e Incertidumbre como desconcierto.

*Tabla 2. Niveles de Intolerancia a la incertidumbre*

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desvío típico
Puntaje total intolerancia	336	27	123	63,24	19,87
Inhibición Cognitiva conductual y afectiva	336	12	56	29,62	9,55
Incertidumbre como desconcierto	336	15	67	33,62	11,31

En relación al objetivo específico 2, analizar si existen diferencias entre los niveles de Nomofobia y las variables sociodemográfica: sexo, edad, situación laboral, estado civil y nivel de estudio, la muestra (n=336) obtuvo una media de 68,36 ( $SD=26$ ) en el puntaje total de la escala, informando un promedio 24,56 para la dimensión “No poder comunicarse” ( $SD=9,71$ ), un promedio de 13,41 para la dimensión “perdida de conexión” ( $SD=7,53$ ), un promedio de 14,18 para la dimensión “no ser capaz de acceder a la información” ( $SD=6,42$ ) y finalmente un promedio de 16,21 ( $SD=7,2$ ) para la dimensión “renunciar a la comodidad”

*Tabla 3. Niveles de Nomofobia*

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desvío típico
Puntaje Total Nomofobia	336	20	140	68,36	26,00
No poder comunicarse	336	6	42	24,56	9,71
Perdida de conexión	336	5	35	13,41	7,53
No ser capaz de acceder a la información	336	4	28	14,18	6,42
Renunciar a la comodidad	336	5	35	16,21	7,2

### 9.3 Diferencias en la Intolerancia a la incertidumbre según variables sociodemográficas

Con el objetivo de analizar el objetivo específico 2 con respecto a si existen diferencias significativas en la Intolerancia a la Incertidumbre según las variables sociodemográficas, se llevaron a cabo pruebas *t* de Student para muestras independientes, entre los puntajes totales de los instrumentos obtenidos por los participantes, así como entre todas las dimensiones entre sí.

En la tabla 4 se puede observar que se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en ambas dimensiones y en el total de intolerancia

a la incertidumbre (Inhibición Cognitiva, Conductual y Afectiva:  $t_{(333)} = -2,884$ ;  $p = 0,004$ ; Incertidumbre como Desconcierto:  $t_{(333)} = -3,313$ ;  $p = 0,001$ ; Puntaje Total:  $t_{(333)} = -3,278$ ;  $p = 0,001$ ). Esto indica que las mujeres puntúan más alto en contenidos relacionados a la intolerancia a la incertidumbre como inhibición y parálisis conductual y no soportar que las cosas los tomen por sorpresa.

*Tabla 4. Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según sexo*

	Hombre <i>n</i> =93	Mujer <i>N</i> =242	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> =333)
INHIBICION COGNITIVA CONDUCTUAL Y AFECTIVA	27,23 (8,52)	30,56 (9,78)	-2,884**
INCERTIDUMBRE COMO DESCONCIERTO	30,38 (9,66)	34,89 (11,67)	-3,313**
TOTAL_INT0	57,62 (17,30)	65,46 (20,40)	-3,278**

\*\* $p < .01$

En relación a la intolerancia a la incertidumbre según las categorías de edades; los resultados obtenidos a través de la aplicación de la prueba *t* de Student no arrojaron diferencias significativas (ver tabla 5)

*Tabla 5. Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según categoría de edad*

	Juventud <i>n</i> =228	Aduldez temprana <i>n</i> =108	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> = 334)
INHIBICION COGNITIVA CONDUCTUAL Y AFECTIVA	29,52 (9,40)	29,84 (9,90)	0,765 n/s
INCERTIDUMBRE COMO DESCONCIERTO	33,43 (10,85)	34,01 (12,28)	-0,435 n/s
TOTAL_INT0	62,94 (19,18)	63,85 (21,30)	-0,391 n/s

\*\* $p < .01$

n/s=No significativa

Con respecto a las diferencias según situación laboral (trabaja/no trabaja) y la intolerancia la incertidumbre, realizada la prueba *t* de Student; se encontraron diferencias significativas en ambas dimensiones y en el puntaje total por parte de las personas que

trabajan, respecto de las que no. (Inhibición Cognitiva, Conductual y Afectiva:  $t_{(334)}= 2,317$ ;  $p= 0,021$ ; Incertidumbre como Desconcierto:  $t_{(334)}= 2,254$ ;  $p= 0,025$ ; Puntaje Total:  $t_{(334)}= 2,400$ ;  $p=0,017$ ) Este resultado da cuenta de que los adultos emergentes que trabajan, puntúan más alto en contenidos relacionados a la intolerancia a la incertidumbre como inhibición y parálisis conductual y no soportar que las cosas los tomen por sorpresa (Tabla 6).

Tabla 6. Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según trabaja

	Trabaja <i>n</i> =195	No trabaja <i>n</i> =141	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> = 334)
INHIBICION COGNITIVA CONDUCTUAL Y AFECTIVA	30,64 (9,89)	28,21 (8,89)	2,317**
INCERTIDUMBRE COMO DESCONCIERTO	34,79 (11,98)	31,99 (10,15)	2,254**
TOTAL_INT0	65,43 (20,92)	60,20 (17,94)	2,400**

\*\* $p < .01$

En el análisis efectuado respecto de si existían diferencias en los niveles de la intolerancia a la incertidumbre y/o sus dimensiones respecto del estado civil de los participantes, (Tabla 7) los resultados de la investigación obtenidos a través de la prueba *t* de Student, no muestran diferencias estadísticamente significativas entre los grupos. (Inhibición Cognitiva, Conductual y Afectiva:  $t_{(333)}= 0,150$ ;  $p= 0,880$ ; Incertidumbre como Desconcierto:  $t_{(333)}= 0,272$ ;  $p= 0,786$ ; Puntaje Total  $t_{(333)}= -0,227$ ;  $p=0,820$ ).

Tabla 7. Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según estado civil

	Soltero <i>n</i> =219	Casado/pareja <i>n</i> =106	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> =333)
INHIBICION COGNITIVA CONDUCTUAL Y AFECTIVA	29,63 (9,52)	29,47 (12,44)	0,150 n/s
INCERTIDUMBRE COMO DESCONCIERTO	33,68 (10,63)	33,32 (12,44)	0,272 n/s
TOTAL_INT0	63,32 (19,12)	62,80 (21,15)	0,227 n/s

n/s= no significativa

Finalmente entre la última variable (nivel de estudios) y los niveles de intolerancia a la incertidumbre; la prueba *t* de Student mostró que los adultos emergentes que tienen estudios superiores, tienen una puntuación más alta que aquellos que tienen estudios secundarios. (Inhibición Cognitiva, Conductual y Afectiva:  $t_{(334)} = -3,874$ ;  $p = 0,000$ ; Incertidumbre como Desconcierto:  $t_{(334)} = -2,186$ ;  $p = 0,030$ ; Puntaje Total:  $t_{(334)} = -3,101$ ;  $p = 0,002$ ) Esta diferencia es estadísticamente significativa, tanto para las dimensiones de la escala, como para su puntaje total, e indica que quienes tienen estudios superiores, tienen un mayor nivel de intolerancia a la incertidumbre como inhibición cognitiva (paralizarse ante la incertidumbre y también de incertidumbre como desconcierto (tratar de anticiparse para que las cosas no lo tomen por sorpresa) (Tabla 8).

*Tabla 8. Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según nivel de estudios*

	Estudios secundarios <i>n</i> =104	Estudios superiores <i>n</i> =232	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> =334)
INHIBICION COGNITIVA CONDUCTUAL Y AFECTIVA	26,66 (8,81)	30,94 (9,56)	-3,874**
INCERTIDUMBRE COMO DESCONCIERTO	31,62 (10,93)	34,52 (11,39)	-2,186**
TOTAL_INT0	58,28 (18,96)	65,46 (19,90)	-3,101**

\*\* $p < .01$

#### **9.4 Diferencias en la Nomofobia según variables sociodemográficas**

Con el objetivo de analizar el objetivo específico 3 con respecto a si existen diferencias significativas en el nivel de Nomofobia según las variables sociodemográficas, se llevaron a cabo pruebas *t* de Student para muestras independientes entre los puntajes totales obtenidos por los participantes, y todas las dimensiones entre sí.

En la tabla 9 se muestran los resultados de la prueba *t* efectuada a nivel de Nomofobia de la muestra, dividida por sexo. Los mismos arrojaron que en la escala

total, si bien las mujeres puntúan más altos que los hombres, dicha diferencia no es estadísticamente significativa.

Si se toman en cuenta las dimensiones del cuestionario de Nomofobia en forma separada, en cuanto a las diferencias según sexo, solamente la dimensión no poder comunicarse indica una diferencia estadísticamente significativa. (No Poder Comunicarse:  $t_{(333)} = -2,150$ ;  $p = 0,032$ ; Pérdida de Conexión:  $t_{(333)} = 0,086$ ;  $p = 0,932$ ; no ser capaz de acceder a la información:  $t_{(333)} = -0,056$ ;  $p = 0,956$ ; Renunciar a la Comodidad:  $t_{(333)} = -1,565$ ;  $p = 0,118$ ; Puntaje Total:  $t_{(333)} = -1,220$ ;  $p = 0,223$ ) En este caso, las mujeres tienen un mayor nivel de nomofobia en términos de sentimientos dedicados a la pérdida de comunicación inmediata y no poder usar los servicios para comunicarse.

*Tabla 9. Diferencias en nomofobia según sexo*

	Hombre <i>n</i> =93	Mujer <i>N</i> =242	Prueba <i>t</i> ( <i>g</i> !=333)
NO PODER COMUNICARSE	22,70 (9,56)	25,23 (9,69)	-2,150**
PERDIDA DE CONEXION	13,43 (7,21)	13,35 (7,65)	0,086 n/s
NO SER CAPAZ DE ACCEDER A LA INFORMACION	14,15 (6,26)	14,19 (6,51)	-0,056 n/s
RENUNCIAR A LA COMODIDAD	15,19 (6,52)	16,56 (7,40)	-1,565 n/s
TOTAL_NOMO	65,47 (24,56)	69,34 (26,48)	-1,220 n/s

\*\* $p < .01$

n/s= no significativa

Con respecto a las diferencias en el nivel de Nomofobia respecto de las categorías de edad y realizada la prueba *t* de Student, los resultados indican que no hay diferencias significativas entre juventud y adultez temprana en las dimensiones no poder comunicarse y renunciar a la comodidad.

En el caso de la puntuación total, el segmento de participantes agrupados bajo "juventud" muestra un mayor nivel de nomofobia, siendo esta diferencia estadísticamente significativa.

Para las dimensiones: pérdida de conexión y no ser capaz de acceder a la información, la mayor puntuación también corresponde a los jóvenes, siendo esta estadísticamente significativa. (No Poder comunicarse:  $t_{(334)} = 1,088$ ;  $p = 0,277$ ; Pérdida de Conexión:  $t_{(334)} = 2,342$ ;  $p = 0,020$ ; No Ser Capaz de Acceder a la Información:  $t_{(334)} = 2,374$ ;  $p = 0,018$ ; Renunciar a la Comodidad:  $t_{(334)} = 1,408$ ;  $p = 0,160$ ; Puntaje Total:  $t_{(334)} = 2,061$ ;  $p = 0,040$ ) Esto significa que los jóvenes tienen un mayor nivel de emociones relacionadas con la pérdida de ubicuidad y la desconexión en línea, así como sentirse molestos por no obtener la información que desean al instante que los participantes agrupados bajo la adultez temprana (Ver tabla 10).

Tabla 10. Diferencias en nomofobia según categoría de edad

	Juventud <i>n</i> =228	Adultez temprana <i>n</i> =108	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> =334)
NO PODER COMUNICARSE	24,96 (9,49)	23,72 (10,16)	1,088 n/s
PERDIDA DE CONEXION	14,07 (7,69)	12,02 (7,03)	2,342**
NO SER CAPAZ DE ACCEDER A LA INFORMACION	14,75 (6,42)	12,98 (6,29)	2,374**
RENUNCIAR A LA COMODIDAD	16,59 (7,14)	15,41 (7,25)	1,408 n/s
TOTAL_NOMO	70,36 (25,88)	64,13 (25,86)	2,061**

\*\* $p < .01$   
 n/s= no significativa

En relación al nivel de nomofobia y las posibles diferencias según la situación laboral, los resultados obtenidos por las prueba *t* de Student, no arrojan diferencias estadísticamente significativas (ver tabla 11) (No Poder Comunicarse:  $t_{(334)} = -0,263$ ;  $p = 0,793$ ; Pérdida de Conexión:  $t_{(334)} = 0,080$ ;  $p = 0,936$ ; No Ser Capaz de Acceder a la Información:  $t_{(334)} = 0,371$ ;  $p = 0,711$ ; Renunciar a la Comodidad:  $t_{(334)} = 0,282$ ;  $p = 0,778$ ; Puntaje Total:  $t_{(334)} = 0,095$ ;  $p = 0,924$ ).

*Tabla 11. Diferencias en nomofobia según trabaja*

	Trabaja n=195	No trabaja n=141	Prueba t (gl=334)
NO PODER COMUNICARSE	24,44 (10,39)	24,72 (8,80)	-0,263 n/s
PERDIDA DE CONEXION	13,44 (7,80)	13,37 (7,18)	0,080 n/s
NO SER CAPAZ DE ACCEDER A LA INFORMACION	14,29 (6,60)	14,03 (6,20)	0,371 n/s
RENUNCIAR A LA COMODIDAD	16,30 (7,56)	16,08 (6,68)	0,282 n/s
TOTAL_NOMO	68,47 (27,59)	68,20 (23,72)	0,095 n/s

\*\*p<.01  
 n/s= no significativa

Para examinar si existen diferencias en el nivel de nomofobia según el estado civil de los participantes, solamente la dimensión perdida de conexión obtuvo una diferencia estadísticamente significativa (No Poder Comunicarse:  $t_{(333)}= 1,432$ ;  $p= 0,153$ ; Pérdida de Conexión:  $t_{(333)}= 2,092$ ;  $p= 0,037$ ; No Ser Capaz de Acceder a la Información:  $t_{(334)}= 0,662$ ;  $p= 0,509$ ; Renunciar a la Comodidad:  $t_{(333)}= 0,483$ ;  $p= 0,630$ ; Puntaje Total:  $t_{(333)}= 1,436$ ;  $p=0,152$ ). En este caso para los solteros quienes según muestran los resultados, tienen un mayor nivel de emociones vinculadas a la pérdida de ubicuidad y la desconexión de su identidad en línea (Ver tabla 12).

*Tabla 12. Diferencias en Nomofobia según estado civil*

	Soltero n=219	Casado/pareja n=116	Prueba t (gl=333)
NO PODER COMUNICARSE	25,11 (9,49)	23,51 (10,12)	1,432 n/s
PERDIDA DE CONEXION	14,03 (7,65)	12,22 (7,22)	2,092**
NO SER CAPAZ DE ACCEDER A LA INFORMACION	14,34 (6,41)	13,85 (6,48)	0,662 n/s
RENUNCIAR A LA COMODIDAD	16,36 (7,03)	15,96 (7,53)	0,483 n/s
TOTAL_NOMO	69,83 (25,47)	65, 54 (26,97)	1,436 n/s

\*\*p<.01  
 n/s= no significativa



Finalmente se analizó mediante prueba t de Student, si existen diferencias en el nivel de nomofobia, según el nivel de estudio de los participantes. (No Poder Comunicarse:  $t_{(334)} = -0,014$ ;  $p = 0,988$ ; Pérdida de Conexión:  $t_{(334)} = 1,091$ ;  $p = 0,276$ ; No Ser Capaz de Acceder a la Información:  $t_{(334)} = -0,273$ ;  $p = 0,785$ ; Renunciar a la Comodidad:  $t_{(334)} = -0,044$ ;  $p = 0,965$ ; Puntaje Total:  $t_{(334)} = 0,231$ ;  $p = 0,818$ ). Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas (Ver tabla 13).

*Tabla 13. Diferencias en Nomofobia según nivel de estudios*

	Estudios secundarios <i>n</i> =104	Estudios superiores <i>n</i> =232	Prueba <i>t</i> ( <i>gl</i> =334)
NO PODER COMUNICARSE	24,55 (9,47)	24,56 (9,84)	-0,014 n/s
PERDIDA DE CONEXION	14,08 (7,77)	13,11 (7,42)	1,091 n/s
NO SER CAPAZ DE ACCEDER A LA INFORMACION	14,04 (6,56)	14,25 (6,37)	-0,273 n/s
RENUNCIAR A LA COMODIDAD	16,18 (7,03)	16,22 (7,27)	-0,044 n/s
TOTAL_NOMO	68,85 (25,00)	68,14 (26,48)	0,231 n/s

\*\* $p < .01$   
 n/s= no significativa

## 10. Discusión

Este estudio se planteó como objetivo general analizar si existe una relación entre los constructos Intolerancia a la Incertidumbre y Nomofobia en adultos emergentes de CABA y GBA sur.

En relación al objetivo general los resultados de esta investigación indicaron que existe una relación positiva significativa entre la Intolerancia a la Incertidumbre y la Nomofobia tomándolas como concepto totales. Los adultos con mayor nivel de intolerancia a la incertidumbre muestran un mayor nivel de nomofobia

Si bien la literatura existente ofrece escasas investigaciones de estudios similares, al ser la intolerancia a la incertidumbre un componente de la preocupación y por lo tanto, de la ansiedad; los resultados obtenidos en este estudio son correspondientes con los expresados por Estévez, et al. (2017) quienes hallaron una correlación positiva entre ansiedad y depresión y el uso abusivo del teléfono móvil.

También se puede observar correspondencia con los estudios de Quiroz y Monserrat (2015) donde el 67% de los encuestados registró episodios de ansiedad y un 65%, episodios de nomofobia concluyendo que el uso excesivo del teléfono móvil va acompañado de consecuencias negativas como la ansiedad.

Los datos obtenidos por esta investigación, están en línea con los estudios de Gil, Del Valle, Oberst y Chamarro (2015) donde en sus resultados se observó que la conducta de revisar continuamente el smartphone para mantenerse actualizado, así como el miedo a perderse de algo, provoca en las personas un uso abusivo del teléfono móvil y síntomas de ansiedad.

Del mismo modo se observa similitud entre los resultados de esta investigación y la de Gao et. al (2016) quien encontró una relación entre los trastornos de ansiedad y la dependencia al teléfono móvil.

Finalmente en cuanto al objetivo general, los resultados de esta investigación se corresponden con los estudios de Shao, Fu-Yuan, y Su-Lin (2013) que arrojaron que la adicción a los teléfonos móviles y la adicción a Internet están positivamente relacionadas.

Con respecto a las distintas dimensiones que componen ambas variables (Incertidumbre como inhibición cognitiva y como desconcierto y nomofobia como no poder comunicarse; pérdida de conexión; no ser capaz de acceder a la información y renunciar a la comodidad) se encontraron entre todas ellas correlaciones positivas significativas.

En relación al objetivo específico sobre las diferencias en la intolerancia a la incertidumbre respecto de la variable sociodemográfica sexo, esta investigación mostró que las mujeres puntúan más alto en contenidos relacionados a la intolerancia a la incertidumbre como inhibición y parálisis conductual y no soportar que las cosas los tomen por sorpresa y se contraponen a los resultados obtenidos por Jacoby et al. (2016) quienes no hallaron diferencias significativas por sexo asociadas a la intolerancia a la incertidumbre, y también está en oposición con Carleton et al. (2007) quienes tampoco encontraron diferencias significativas en los niveles de intolerancia a la incertidumbre entre los géneros masculino y femenino.

Por otra parte, al comparar este trabajo con los resultados obtenidos por Rodríguez de Behrends y Brenlla (2015) en su adaptación de la escala de EII a Buenos Aires, los mismos se contraponen, ya que para estos investigadores, no se registraron diferencias significativas en las puntuaciones de la escala según sexo.

En cuanto a posibles diferencias en los niveles de intolerancia a la incertidumbre por edad, los resultados obtenidos por esta investigación no arrojaron diferencias significativas y se corresponden a los obtenidos por Jacoby et al. (2016) quienes no encontraron divergencias significativas entre los distintos grupos etáreos y también se corresponden con los de Rodríguez de Behrends y Brenlla (2015) para quienes no se registraron diferencias en las puntuaciones de la escala según la edad.

Con respecto al objetivo específico sobre las diferencias en la intolerancia a la incertidumbre respecto de la variable sociodemográfica nivel de estudio; los resultados de esta investigación indicaron que los adultos emergentes con estudios superiores, tienen una puntuación más alta que aquellos que tienen estudios secundarios y van en línea con los obtenidos por Gago Velasco y López Montesinos

(2013) quienes encontraron en estudiantes de licenciatura, un alto nivel de intolerancia a la incertidumbre.

En relación al objetivo específico sobre diferencias en los niveles de nomofobia, respecto de la variable sociodemográfica sexo, si bien las mujeres puntúan más altos que los hombres, dicha diferencia no es estadísticamente significativa. Este resultado va en oposición con los estudios de Estévez, et al. (2017) quienes encontraron una mayor tendencia nomofóbica en las mujeres y los de Peñuela Epalza, et al. (2014) cuyos resultados mostraron que las mujeres utilizan más el celular y tienen más conflictos en sus relaciones que los hombres, debido a su uso excesivo.

Los resultados obtenidos por esta investigación no son coincidentes con los obtenidos por Prasad et al. (2017) quienes observaron que la mayor puntuación en niveles de nomofobia, correspondió a las mujeres.

Tampoco son coincidentes con los de Shao, Fu-Yuan, & Su-Lin (2013) para quienes las mujeres tuvieron una puntuación más alta que los hombres en la adicción al teléfono móvil ni con los de la investigación de Flores, Gamero, Arias, Melgar, Sota y Ceballos (2015) donde los resultados indicaron que las mujeres puntúan significativamente más alto que los varones.

En cuanto a la dimensión “no poder comunicarse” de la variable Nomofobia, los estudios arrojaron que las mujeres tienen un mayor nivel de nomofobia en términos de sentimientos dedicados a la pérdida de comunicación inmediata. Este resultado está en correspondencia con los estudios de Birrell, et al. (2011) acerca de que las mujeres son más dependientes que los hombres de sus teléfonos móviles y también son similares a los estudios de Sánchez Martínez y Otero (2009) donde el uso intensivo del teléfono celular se asoció con el sexo femenino y en la misma línea que las investigaciones de Van Deursen et al. (2015). Estos estudios mostraron que las mujeres tienen mayores posibilidades de desarrollar un comportamiento adictivo relacionados a la necesidad social de comunicarse.

En relación a las diferencias por edades, los resultados de esta investigación revelan que el segmento de participantes agrupados bajo “juventud” muestra un mayor nivel de nomofobia que el segmento categorizado como adultez temprana.

Estos estudios son consistentes con los de Matoza-Báez y Carballo-Ramírez (2015) cuyos resultados mostraron que los jóvenes de entre 18 y 24 años son más propensos a padecer nomofobia y a los estudios de Van Deursen et, al (2015) para quienes las personas mayores son menos propensas a desarrollar este comportamiento.

Con respecto al objetivo específico sobre diferencias en los niveles de nomofobia, respecto de la variable sociodemográfica estudio alcanzados, los resultados no arrojaron diferencias significativas. Esto va en oposición a los estudios de Prasad et. al (2017) cuyos resultados marcaron un alto nivel de nomofobia entre los estudiantes universitarios que componían su muestra y con los estudios de Matoza-Báez y Carballo-Ramírez (2015) quienes encontraron una alta prevalencia de nomofobia en estudiantes de Medicina de Paraguay.

Finalmente, tomando en cuenta el objetivo específico sobre diferencias en los niveles de nomofobia, respecto de la variable sociodemográfica situación laboral, no se han encontrado estudios específicos, aunque si se han comprobado las implicancias que el uso abusivo del teléfono celular provoca en los lugares de trabajo (Yun, Kettinger & Lee, 2012).

## 11. Conclusiones

El objetivo principal de esta investigación consistió en analizar la relación entre la intolerancia a la incertidumbre y la nomofobia en una muestra de adultos emergentes de CABA y GBA (sur) así como también comprobar posibles diferencias según distintas variables sociodemográficas.

Se hace foco en que este reciente estudio es una primera aproximación a la temática, con la intención entender la manera en que opera la intolerancia a la incertidumbre y la nomofobia en los adultos emergentes de CABA Y GBA sur.

Los resultados obtenidos muestran que tanto el objetivo general como los específicos se han analizado a la luz de la literatura existente y que las hipótesis se han cumplido en forma total algunas, y parcial en otras.

Queda mostrado que las personas con altos niveles de intolerancia a la incertidumbre también presentan elevados niveles de nomofobia, por lo que en este caso la hipótesis principal queda demostrada.

En cuanto a la hipótesis del objetivo específico 2; sobre un mayor nivel de intolerancia a la incertidumbre en las mujeres, la hipótesis ha sido confirmada.

Acerca de que los adultos emergentes más jóvenes son menos intolerantes a la intolerancia a la incertidumbre, los resultados obtenidos no arrojaron diferencias significativas y por lo tanto no se ha comprobado la hipótesis.

Con respecto a la hipótesis sobre que los adultos emergentes que trabajan tienen menor nivel de intolerancia a la incertidumbre, los resultados han mostrado lo contrario; es decir los adultos emergentes que trabajan tienen mayor nivel de intolerancia a la incertidumbre.

Finalmente, en relación a la hipótesis sobre que los adultos emergentes que tienen estudios superiores puntúan más alto en la intolerancia a la incertidumbre, la hipótesis ha sido corroborada.

En el caso de las hipótesis del objetivo específico 3; sobre que es mayor el nivel de nomofobia en las mujeres que en los hombres, la hipótesis no pudo ser demostrada ya que no existen diferencias significativas en cuanto a sexo.

Para el caso de la hipótesis acerca de que los adultos de menor edad presentan mayores niveles de nomofobia que los adultos de mayor edad, la

hipótesis se ha cumplido parcialmente pues solo se encontraron diferencias significativas a favor de la hipótesis en la dimensión perdida de conexión y la dimensión no ser capaz de acceder a la información.

Respecto de la hipótesis sobre que los adultos emergentes que no trabajan y los que cursaron estudios superiores tienen mayores niveles de nomofobia, la hipótesis no pudo ser demostrada en ninguno de los dos casos.

Sin embargo es prudente señalar algunas limitaciones sobre el presente estudio. En este sentido, no se han hallado investigaciones científicas que estudien de manera conjunta a la intolerancia a la incertidumbre y a la nomofobia. En segundo lugar, es importante subrayar la dificultad que implica recurrir a una muestra no probabilística, lo que puede sesgar la recolección de datos.

Otra limitación puede inferirse por el hecho de que la mayor parte de la muestra de los 335 casos es mujer, lo que podría generar un desbalance muestral.

Por otra parte, los resultados obtenidos por este trabajo en comparación a las investigaciones realizadas en distintos lugares del mundo respecto de diferencias de grupos, indican la necesidad de incorporar a los sesgos culturales de cada lugar, como una variable moderadora a tener en cuenta.

También puede considerarse como limitante el hecho de que el cuestionario de nomofobia, si bien está traducido del idioma inglés original al idioma español, no está adaptado a la población argentina y para que los resultados puedan interpretarse con mayor precisión, sería muy pertinente validarlo en el país.

En razón de lo expuesto, los futuros estudios deberían centrarse en analizar con mayor exhaustividad las relaciones entre las variables nomofobia e intolerancia a la incertidumbre, y la cultura; así como también realizar estudios longitudinales que permitan analizar cómo se comportan estas variables en los adultos emergentes a lo largo del tiempo.

Finalmente se sugiere la necesidad seguir realizando investigaciones empíricas que permitan contribuir con datos, acerca del impacto que genera el uso abusivo del teléfono móvil, y la intolerancia a la incertidumbre como factor predisponente.

## **12. Agradecimientos**

A la Dra. Liliana Nieri en su rol de tutora, no solo por su permanente disponibilidad para el asesoramiento, la información pertinente y el soporte metodológico necesario para poder realizar este TIF, sino también por promover la motivación necesaria para llevar adelante este trabajo.

A mi familia por apoyarme en este proyecto de segunda carrera, lo que significó un reacomodamiento de la dinámica familiar durante más de 4 años.

A la Fundación UADE, a su Depto. de Psicología y a sus Docentes, por permitirme acceder a una mirada holística sobre la psicología en términos conceptuales, así como un acercamiento práctico, de incalculable valor para el ejercicio de la profesión.



### 13. Referencias Bibliográficas

- Arias, O., Gallego, M., Rodríguez, J., & Del Pozo M. (2012). Adicción a las nuevas tecnologías. *Psicología de las Adicciones*. (1), 2-6
- Arnett, J. (2000). *Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties*. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arnett, J. J., Kloep, M., Hendry, L., & Tanner, J. (2011). *Debating Emerging Adulthood, StageJor Process?* New York: Oxford University Press.
- Babadi-Akashe, Z., Zamani, B. E., Abedini, Y., Akbari, H., & Hedayati, N. (2014). The Relationship between Mental Health and Addiction to Mobile Phones among University Students of Shahrekord, Iran. *Addiction & Health*, 6, 93–99
- Billieux, J., Van Der Linden, M. & Rochat, L. (2008). The Role of Impulsivity in Actual and Problematic Use of the Mobile Phone. *Applied Cognitive Psychology*, 2, 1195-1210
- Birrell, J., Meares, K., Wilkinson, A, & Freeston, M (2011). Toward a definition of intolerance of uncertainty: A review of factor analytical. *Clinical Psychology Review* 31, 1198–1208
- Boelen, P., & Reijntjes, A. (2009). Intolerance of uncertainty and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 29, 130–135.
- Boelen, P., Reijntjes, A. & Smid, G., (2016). Concurrent and Prospective Associations of Intolerance of Uncertainty with Symptoms of Prolonged Grief, Posttraumatic Stress, and Depression after Bereavement. *Journal of Anxiety Disorders* <http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis>.
- Bogiaizian, D (2014). *Preocuparse de más*. Buenos Aires. Lumen.
- Bragazzi, N. & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155–160.
- Brazuelo Grund, F. (2013) *El teléfono móvil. Actitudes, usos y posibilidades educativas*. Universidad Nacional de Educación a Distancia, España.
- Brosnan M. (1998) *Technophobia: The Psychological Impact of Information Technology*. London: Routledge;

- Carleton, R., Norton, P., & Asmundson, G. (2007). Fearing the unknown: a short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 105–117.
- Carleton, R., Mulvogue, M., Thibodeau, M., McCabe, R., Antony, M., & Asmundson, G. (2012). Increasingly certain about uncertainty: Intolerance of uncertainty across anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 468-479.
- Carleton, R., Fetzner, M., Hackl, J.I & McEvoy, P. (2013) Intolerance of Uncertainty as a Contributor to Fear and Avoidance Symptoms of Panic Attacks. *Cognitive Behaviour Therapy*. 42, (4) 328–341,
- Carleton, R., Duranceau, S., Freeston, M., Boelen, P., McCabe, R. & Antony, M. (2014) “But it might be a heart attack”: Intolerance of uncertainty and panic disorder symptoms. *Journal of Anxiety Disorders* 28. 463–470
- Caro Mantilla, M. (2017) Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *MediSur*, vol. 15, 251-260
- Davey, G., Hamptom, J., Farrell, J. y Davidson, S. (1992). Some characteristics of worrying: Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13, 133-147
- Digital Marketing Trends (Ditrendia, 2016). *Informe Mobile en España y en el Mundo*. Recuperado de: [http://www.amic.media/media/files/file\\_352\\_1050.pdf](http://www.amic.media/media/files/file_352_1050.pdf)
- Dugas M., Freeston M. & Ladoucer R. (1998). Worry themes in primary GAD, secondary GAD and other anxiety disorders. *Journal of Anxiety*. 12. 56–71.
- Dugas, M. & Robichaud, M. (2007). *Practical clinical guidebooks. Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: From science to practice*. New York. Routledge/Taylor & Francis Group.
- Dugas, M., Hedayati, M., Karavidas, A., Buhr, K., Francis, K. & Phillips, N. (2005). Intolerance of uncertainty and information processing: Evidence of biased recall and interpretations. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1), 57-70.
- Durrheim, K., Foster, D., 1997. Tolerance of ambiguity as a content specific construct. *Personal. Individ. Differ*. 22, 741–750

- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones*. Bilbao. Desclée de Brouwer.
- Estévez, A., Urbiola, I, Iruarrizaga, I, Onaindia, J., & Jauregui, P. (2017) Dependencia emocional y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes. *Anales de Psicología*, 33(2), 260
- Fernández-Villa, T; Alguacil Ojeda, J; Almaraz Gómez, A; Cancela Carral, J; Delgado-Rodríguez, M; García-Martín, M; Jiménez-Mejías; Llorca, J; Molina, A; Ortiz Moncada, R; Valero-Juan, L., & Martín, V. (2015). Uso problemático de internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género. *Adicciones*, 27 (4), 265-275.
- Flores, C.; Gamero, K.; Arias, W. L.; Melgar, C.; Sota, A. & Ceballos, K. (2015). Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo. *Revista de Psicología de la Universidad Católica San Pablo*, 5(2), 13-25
- Fracalanza, K., Koerner, N., Deschenes, S. & Dugas, M. (2014). Intolerance of Uncertainty Mediates the Relation Between Generalized Anxiety Disorder Symptoms and Anger. *Cognitive Behaviour Therapy*. 43, (2), 122–132
- Freeston, M. H., Rheume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791–802.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Gago Velasco, M. & López Montesinos, M. (2013). Evaluación del nivel de ansiedad de los estudiantes de 4º grado de enfermería ante la incertidumbre de su futuro profesional. *Revista de Enfermagem e atencao a saude*. 2, (2)
- García Martínez, V., & Fabila Echaury, A. (2014). Nomofilia vs. Nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. Un tema pendiente para los estudios en comunicación. *Razón y Palabra*, 18 (87)
- Gao Y, Li A, Zhu T, Liu X, Liu X. (2016) How smartphone usage correlates with social anxiety and loneliness. *PeerJ* 4:e2197

- Gil, F., Del Valle, G., Oberst, U. & Chamarro, A. (2015). Nuevas tecnologías - ¿Nuevas patologías? El smartphone y el fear of missing out. *Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*. 33 (2), 77-83
- González, M; Ibáñez, I., Rovella, A., López, M., & Padilla, L. (2013). Perfeccionismo e intolerancia a la incertidumbre: relaciones con variables psicopatológicas. *Psicología Conductual, Vol. 21*, 81-101. ISSN: 1132-9483
- González, R, M., Cubas, L. R., Rovella, A. T. & Darías, H. M. (2006). Adaptación española de la Escala de intolerancia a la incertidumbre: procesos cognitivos, ansiedad y depresión. *Psicología y Salud*, 16, 219-233.
- Gomes, F; Silva, f., & Sendín-Gutiérrez, j. (2014). Internet como refugio y escudo social: Usos problemáticos de la Red por jóvenes españoles. *Comunicar, XXI (43)*, 45-53.
- Greco, Veronica y Roger Derek. (2002). Uncertainty, stress, and health. *Personality and Individual differences* 34, 1057-1068.
- Handy C.: *Waiting for the mountain to move: and other reflections on life*. London: Arrow; 1992.
- Hooper, V. y Zhou, Y. (junio 2007). *Addictive, dependent, compulsive? A study of mobile phone usage*. Trabajo presentado en 20th Bled eConference Merging and Emerging Technologies, Processes, and Institutions. Slovenia.
- Hopko, D., Stanley, M., Reas D, Wetherell J, Beck J, Novy D & Averill P. (2003) Assessing worry in older adults: Confirmatory factor analysis of the Penn State Worry Questionnaire and Psychometric. Properties of an Abbreviated Model. *Psychological Assessment*. 15,173–183.
- Jacoby R., Fabricant, L., Leonard, R., Riemann, B, & Abramowitz, J. (2013) Just to be certain: Confirming the factor structure of the intolerance of uncertainty scale in patients with obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorder*, 27 (5), 535-42
- Jensen, D., & Heimberg, R. (2015). Domain-specific intolerance of uncertainty in socially anxious and contamination-focused obsessive-compulsive individuals. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44, 54-62.

- Katz J, Aakhus M: *Perpetual Contact: Mobile Communication, Private Talk, Public Performance*. Cambridge: Cambridge University Press; 2002.
- 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. & Nardi A. Nomophobia (2014) Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35
- Koerner, N. & Dugas, M. (2008). An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: The role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 32. 619-638.
- Ladouceur, R., Dugas, M. J., Freeston, M. H., Rheume, J., Blais, F., Boisvert, J. M., et al. (1999). Specificity of generalized anxiety disorder symptoms and processes. *Behavior Therapy*, 30, 191-207.
- Luengo de la Torre, M. (2012). Una aproximación al concepto de Sociedad Móvil. El Smartphone: su expansión, funciones, usos, límites y riesgos. *Derecom*, 11. 139
- Marzana, D., Pérez-Acosta, A., Marta, E. & González, M. (2010). La transición a la edad adulta en Colombia: una lectura relacional. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 28 (1), 99-112.
- Matoza-Báez, C. & Carballo-Ramírez, M. (2015) Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay. *Ciencia e investigación médico estudiantil latinoamericana –CIMEL-* ; 21 (1) 28-30
- McEvoy, P., & Mahoney, A. (2011). Achieving certainty about the structure of intolerance of uncertainty in a treatment seeking sample with anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 112–122.
- McEvoy, P., & Mahoney, A. (2012). To Be Sure, To Be Sure: Intolerance of Uncertainty Mediates. *Behavior Therapy* 43, 533–545

- Oglesby, M., Boffa, J., Short, N., Raines, A. & Schmidt, N (2016) Disorders Intolerance of uncertainty as a predictor of post-traumatic stress symptoms following a traumatic event. *Journal of Anxiety Disorders (en prensa) (2016)*
- Organista-Sandoval, J., McAnally-Salas, L., & Lavigne, G. (2013). El teléfono inteligente (Smartphone) como herramienta pedagógica. *Apertura, 5 (1) 6-19.*
- 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.*
- Páez Rovira, D & campos Miryam (coord.) Cultura, evitación de la incertidumbre y confianza interpersonal. *Psicología social, cultura y educación.* (2005) Madrid: Pearson.
- Peñaloza Páez J. (2016). *Nomofobia, Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales*, Recuperado de: <http://www.eumed.net/rev/cccss/2016/03/nomofobia.html>
- Peñuela Epalza, M., Paternina Del Río, J., Moreno Santiago, D., Camacho Pérez, L., Acosta Barrios, L., & De León, L. (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Revista Salud Uninorte, 30 (3), 335-346.*
- Pepperdine, E., Lomax, C. & Freeston, M. (2018) Disentangling Intolerance of Uncertainty and Threat Appraisal in Everyday Situations. *Journal of Anxiety Disorders 57.*
- Pérez, M., Quiroga, A., Olivares Alzugaray, P. & Pérez, J. (2014) Uso abusivo de tecnologías de la información y la comunicación: experiencia de intervención en prevención de adicciones en San Luis. *Virtualidad, Educación y Ciencia, 14.*
- Prasad, M., Patthi, B., Gupta, R., Kumar, J., & Pandita V. (2017) Nomophobia: A Cross-sectional Study to Assess Mobile Phone Usage Among Dental Students. *Journal of clinical and diagnostic research.*

- Puga Solbas, I., Benavente Velázquez, E., Sedeño Riado, I. (2014) La epidemia del siglo xxi: La Nomofobia. Trabajo presentado en el Congreso de Educación y Salud. Universidad de Almería. España
- Quiroz, A. & Cassandra, M. (2015). Enfermo por el Celular. *Revista electrónica de investigación en enfermería Fesi-Unam*. 5 (10)
- Ramos-Soler, I., López-Sánchez, C., & Quiles-Soler, M. (2017). Adaptación y validación de la escala de nomofobia de Yildirim y Correia en estudiantes españoles de la educación secundaria obligatoria. *Salud y drogas*, 17 (2), 201-213.
- Rodríguez de Behrends, M. & Brenlla, M. (2015). Adaptación para Buenos Aires de la Escala de Intolerancia a la Incertidumbre. *Interdisciplinaria*, 32(2), 261-274.
- Rovella, A., González, M., Peñate, W. & Ibáñez, I. (2011). Preocupación rasgo y Trastorno de Ansiedad Generalizada en una Muestra de la Población General: El papel diferencial de la intolerancia a la incertidumbre, la evitación cognitiva, la orientación negativa al problema y las metacreencias. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XX (2), 101-108.
- Sánchez-Martínez, M. & Otero, A. (2009) Factors Associated with Cell Phone Use in Adolescents in the Community of Madrid. *Cyberpsychology & behavior* 12, 2. 130
- Sandín, B., Chorot, P., Valiente & Rosa M. Transdiagnóstico: Nueva frontera en psicología clínica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 17, 185-203.
- Chiu, S., Hong, F., & Chiu, S. (2013). An Analysis on the Correlation and Gender Difference between College Students' Internet Addiction and Mobile Phone Addiction in Taiwan. *ISRN Addiction*.
- Shear, M., Rucci, P., Williams, J., Frank, E., Grochocinski, V., Vander Bilt, J. & Wang, T. (2001). Reliability and validity of the panic disorder severity scale: Replication and extension. *Journal of Psychiatric Research*, 35, 293–296.
- Sheehan, D., Lecrubier, Y., Sheehan, K., Amorim, P., Janavs, J. & Weiller, E. (1998) The mini-international neuropsychiatric interview (M.I.N.I): The development

- and validation of a structured diagnostic psychiatric interview for DSM-IV and ICD-10. *Journal of Clinical Psychiatry*. 59 22–33.
- Simó Sanz, C., Martínez Sabater, A., Ballester Tarín, M. & Domínguez Romero, A. (2017). Instrumentos de evaluación del uso problemático del teléfono móvil/smart phone. *Salud y drogas*, 17 (1), 5-14.
- Taylor, S., Zvolensky, M., Cox, B., Deacon, B., Heimberg, R., Ledley, D. & Cardenas, S. (2007). Robust dimensions of anxiety sensitivity: Development and initial validation of the anxiety sensitivity index-3. *Psychological Assessment*, 19, 176–188.
- Van Deursen, A., Bolle, C., Hegner, S. & Kommers, P. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior. The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*. 45, 411–420
- Yildirim, C. & Correia, A. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*. 49, 130-137. DOI: 10.1016/j.chb.2015.02.059
- Yun, H., Kettinger, W. J., & Lee, C. C. (2012). A new open door: The smartphone's impact on work-to-life conflict, stress, and resistance. *International Journal of Electronic Commerce*, 16 (14), 121-151.



## 14. Anexos

### Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por el alumno **Claudio Marcelo Acosta** de la **Universidad Argentina de la Empresa (UADE)** para realizar su **trabajo de integración final en la Licenciatura de Psicología**. **La meta de este estudio es analizar la relación entre intolerancia a la incertidumbre y la adicción a teléfonos celulares o “nomofobia” en adultos emergentes.**

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista (o completar una encuesta, o lo que corresponda según el caso). Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si algunas de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

-----  
Nombre del Participante

DNI

Firma del Participante

*Relación entre intolerancia a la incertidumbre y la adicción a teléfonos celulares o “nomofobia” en adultos emergentes”*

Muchas gracias por tu participación en esta investigación. La misma es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de este trabajo. Las respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

**CUESTIONARIO SOCIODEMOGRÁFICO** (marcar con una **X**)

**A. SEXO**

1	Masculino	
2	Femenino	

**B. EDAD (en números)**

**C. ¿TRABAJA?**

1	SI	
2	NO	

**D. LUGAR DE RESIDENCIA**

1	GBA Sur	
2	CABA	

**E. ESTADO CIVIL**

1	SOLTERO/A	
2	CASADO/A	
3	EN PAREJA	
4	SEPARADO/A	
5	DIVORCIADO/A	
6	VIUDO/A	

**F. NIVEL DE ESTUDIO**

<b>1</b>	<b>SECUNDARIO INCOMPLETO</b>	
<b>2</b>	<b>SECUNDARIO COMPLETO</b>	
<b>3</b>	<b>TERCIARIO INCOMPLETO</b>	
<b>4</b>	<b>TERCIARIO COMPLETO</b>	
<b>5</b>	<b>UNIVERSITARIO INCOMPLETO</b>	
<b>6</b>	<b>UNIVERSITARIO COMPLETO</b>	
<b>7</b>	<b>POSGRADO INCOMPLETO</b>	
<b>8</b>	<b>POSGRADO COMPLETO</b>	

**Escala de intolerancia a la incertidumbre** Por favor Marcá con una **X** por cada ítem a la respuesta que más te represente. Recordá que es una **X** por cada ítem.

Muchas gracias!

	<b>Ítem</b>	<b><u>Nada</u> <u>característi</u> <u>co de mi</u></b>	<b><u>Algo</u> <u>característico</u> <u>de mi</u></b>	<b><u>Característico</u> <u>de mi</u></b>	<b><u>Bastante</u> <u>característico</u> <u>de mi</u></b>	<b><u>Muy</u> <u>característico</u> <u>de mi</u></b>
1	Cuando estoy inseguro/a no puedo seguir adelante					
2	Ser inseguro/a implica que no tengo confianza en mí mismo					
3	Ser inseguro/a implica que no soy de los mejores					
4	Cuando llega el momento de actuar, la incertidumbre me paraliza					
5	La más mínima duda puede impedirme que actúe					
6	A diferencia de mí, los demás parecen saber que están haciendo con sus vidas					
7	La incertidumbre me vuelve invulnerable, infeliz o triste					
8	Cuando estoy inseguro/a no puedo desempeñarme muy bien.					
9	La incertidumbre me impide dormir bien					
10	Pienso que es injusto que otras personas parezcan estar seguras acerca de su futuro					
11	Ser inseguro implica que soy una persona desorganizada					
12	La incertidumbre me impide tener una opinión firme					

Intolerancia a la Incertidumbre y Nomofobia en Adultos Emergentes  
 Claudio Marcelo Acosta-Licenciatura en Psicología

	<b>Ítem</b>	<b><u>Nada</u> <u>característi</u> <u>co de mi</u></b>	<b><u>Algo</u> <u>característico</u> <u>de mi</u></b>	<b><u>Característico</u> <u>de mi</u></b>	<b><u>Bastante</u> <u>característico</u> <u>de mi</u></b>	<b><u>Muy</u> <u>característico</u> <u>de mi</u></b>
13	No soporto que las cosas me tomen por sorpresa					
14	Para evitar sorpresas uno debería siempre anticiparlas					
15	Los imprevistos me molestan mucho					
16	Me frustra no tener toda la información que necesito					
17	Incluso con la mejor planificación, un pequeño imprevisto podría arruinarlo todo					
18	Siempre quiero saber lo que me depara el futuro					
19	La incertidumbre me impide vivir una vida plena					
20	No puedo estar tranquilo si no sé qué va a pasar mañana					
21	Debería ser capaz de organizar todo con anticipación					
22	La incertidumbre me hace sentir inquieto, ansioso o estresado					
23	Es injusto no tener garantías en la vida					
24	Las ambigüedades de la vida me estresan					
25	La incertidumbre, hace la vida intolerable					
26	No soporto estar indeciso/a acerca de mi futuro					
27	Debo alejarme de toda situación incierta					

**Cuestionario sobre el uso del teléfono móvil. Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)** Por favor  
 Marcá con una **X** por cada ítem a la respuesta que más te represente. Recordá que es una **X** por  
 cada ítem.

Muchas gracias!

	Ítem	Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi <i>smartphone</i> .							
2	Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi <i>smartphone</i> Cuando quisiera.							
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> .							
4	Me molestaría si no pudiera utilizar mi <i>smartphone</i> cuando quisiera							
5	Me daría miedo si mi <i>smartphone</i> se quedase sin batería.							
6	Me daría algo si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de gasto mensual.							
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.							
8	Si no pudiera utilizar mi <i>smartphone</i> , tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.							
9	Si no pudiera consultar mi <i>smartphone</i> durante un rato, sentiría deseos de hacerlo							

Intolerancia a la Incertidumbre y Nomofobia en Adultos Emergentes  
 Claudio Marcelo Acosta-Licenciatura en Psicología

	Ítem	Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
10	Me inquietaría por no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.							
11	Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.							
12	Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.							
13	Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.							
14	Me pondría nervioso/a por no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.							
15	Me inquietaría por haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos.							
16	Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.							
17	Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.							
18	Me sentiría incómodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.							
19	Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.							
20	Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer							

## 15. Tablas

### *Diferencias en Intolerancia a la incertidumbre según lugar de residencia*

	GBA (sur) n=206	CABA n=130	Prueba t (g/=334)
INHIBICION COGNITIVA CONDUCTUAL Y AFECTIVA	29,09 (9,25)	30,45 (9,98)	-1,279 n/s
INCERTIDUMBRE COMO DESCONCIERTO	33 (11,10)	34,60 (11,62)	-1,264 n/s
TOTAL_INT0	62,09 (19,44)	65,05 (20,46)	-1,335 n/s

\*\*p<.01

### *Diferencias en nomofobia según lugar de residencia*

	GBA (sur) n=206	CABA n=130	Prueba t (g/=334)
NO PODER COMUNICARSE	24,69 (9,75)	24,35 (9,68)	0,308 n/s
PERDIDA DE CONEXION	13,09 (7,55)	13,91 (7,51)	0,966 n/s
NO SER CAPAZ DE ACCEDER A LA INFORMACION	13,67 (6,55)	14,99 (6,16)	-1,845 n/s
RENUNCIAR A LA COMODIDAD	16,01 (7,15)	16,52 (7,26)	-0,622 n/s
TOTAL_NOMO	67,47 (26,13)	69,77 (25,83)	-0,790 n/s

\*\*p<.01

n/s= no significativa