

Adicción a internet, Internet Addiction Internet Addiction, adicción a internet

Olatz Lopez-Fernandez

Monash Addiction Research Centre, Turning Point, Eastern Health Clinical School, Monash University, Australia
Fundación Jiménez Díaz University Hospital Health Research Institute, Avda. Reyes Católicos, 2
28040 Madrid, Spain

Resumen

La integración de las tecnologías de la información y la comunicación en la vida diaria ha facilitado gran parte de la actividad humana, pero a su vez también ha producido nuevos problemas derivados de un uso maladaptativo o adictivo. En el caso de las poblaciones jóvenes se ha podido observar que en algunos pocos casos empieza a desarrollarse un problema de abuso o adicción al internet, independientemente del dispositivo (por ejemplo, uso adictivo del móvil). Por ello, en 1996 se acuñó el constructo de adicción a internet en el campo de la psiquiatría que, aunque todavía no ha sido reconocido formalmente sí ha evolucionado hacia términos más específicos en función de la tecnología y de las aplicaciones que pueden generar conductas adictivas. En este monográfico español se incluyen seis trabajos empíricos que muestran el alcance de dichos problemas adictivos y su diversa naturaleza: uso problemático del móvil (e.g., nomophobia, sexting), uso adictivo de Facebook; así como su relación con mecanismos subyacentes cognitivos y emocionales, sus factores de riesgo y de protección e incluso estrategias de prevención. Después de 25 años de investigación desde el campo de la psicología, la problemática derivada del mal uso de dichas tecnologías sigue siendo debatido, dado que permanece la entidad clínica y la necesidad de desarrollo de conocer mejor en qué consisten estos problemas, cómo detectarlos en las poblaciones más vulnerables y como tratarlos o prevenirlos, con el fin de minimizar el posible daño que puedan causar. En síntesis, el presente monográfico incluye detalles de cómo se presenta la adicción a internet, parece desarrollarse, puede medirse e intervenir en países del sud de Europa y Latinoamérica.

Palabras clave: adicción a internet, uso problemático del teléfono móvil, factores de riesgo y protección, prevención.

Cómo citar este artículo: Lopez-Fernandez, Olatz. (2019). Adicción a internet, internet addiction. *Escritos de Psicología – Psychological Writings*, 12, 36-42.

Abstract

The integration of information and communication technologies in daily life has facilitated human life, but it has also produced new problems derived from maladaptive or addictive use. In the case of young populations, it has been observed a few cases seem to present a problem of abuse or addiction to the internet, regardless of the device (for example, problematic mobile phone use). For this reason, in 1996 the Internet addiction construct was coined in the field of psychiatry which, although it has not yet been formally recognized, it has evolved into more specific terms depending on the use of technologies and applications which can generate addictive behaviours. In this Spanish monograph, six empirical works are described which show the scope of these addictive problems and their nature: problematic mobile phone use (e.g., nomophobia, sexting), Facebook addictive use; as well as the underlying cognitive and emotional mechanisms of these problematic uses, their risk and protective factors, and even prevention strategies. After 25 years of psychological research, the problems arising from the misuse of these technologies is still under debate, as remains a clinical entity and the need to develop better understanding about what these problems are, how to detect them in most vulnerable groups, and how to treat or prevent them in order to minimize the possible harm they may cause. In summary, this monograph includes details of how internet addiction is presented, seems to be developed, can be measured, and intervened in countries of southern Europe and Latin America.

Keywords: internet addiction, problematic mobile phone use, risk and protection factors, prevention.

Correspondencia: Olatz Lopez-Fernandez, Monash Addiction Research Centre, Turning Point, Eastern Health Clinical School, Monash University. Emails: lopez.olatz@gmail.com. Fundación Jiménez Díaz University Hospital Health Research Institute, Avda. Reyes Católicos, 2, 28040 Madrid, Spain. Correspondence: Olatz.Lopez@quironsalud.es and Lopez.Olatz@gmail.com

Introducción

La integración de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en la vida cotidiana de la población ha facilitado gran parte de la actividad humana, como por ejemplo las compras en línea, la gestión bancaria, el *eLearning*, la *eHealth*, o teletrabajo. Sin embargo, a su vez también ha producido nuevos problemas derivados de un uso maladaptativo o dañino, como son el caso del *ciberbullying*, *cibercrimen*, la exclusión digital o la adicción a internet.

La adicción a internet (*Internet addiction*) hace referencia a un constructo acuñado por la Dra. Kimberly Young en 1996, en una convención de la Asociación de Psiquiatría Americana, que lo definía como un conjunto de síntomas adictivos al utilizar el internet. Dichos síntomas se asemejaban a los que hacían referencia al juego patológico de la época. De modo que se asemejaban clínicamente ambos trastornos, aunque todavía faltaba evidencia científica, aunque no clínica dado que existían casos descritos. En una década de desarrollo científico, escalas de medida propuestas por la propia Dra. Young y otros investigadores (Király, Nagygyörgy, Koronczai, Griffiths, & Demetrovics, 2015; Young, 1998) demostraron que el constructo era multidimensional y que tenía peculiaridades que lo distinguían de la ludopatía (Shaw, & Black, 2008). En concreto, se empezó a asociar el uso de internet con conductas impulsivas que hacía referencia a cualquier actividad online (p. ej., adicción al sexo a través de redes de contacto en línea o cibersexo (Meerkerk, Eijnden, & Garretsen, 2006)).

Así fue como surgieron los primeros modelos explicativos de la adicción al internet (i.e., modelo cognitivo conductual del uso patológico de internet; Davis, 2001), que ya apuntaban a que las poblaciones diana eran los jóvenes. Lo que parece algo natural desde la perspectiva de la psicología evolutiva, dado que son los que adquieren más rápido las tecnologías y suelen presentar mayor conducta de riesgo. Dichos modelos apuntaron interesantes distinciones acerca de la adicción a internet, como el uso generalizado versus el uso específico (p. ej., presentar una conducta adictiva a todo elemento online indiscriminadamente, o a un solo tipo de actividad online, como el cibersexo; Davis, 2001, Lopez-Fernandez, 2018; Meerkerk et al., 2006). Otros modelos fueron más allá tratando de explicar cómo se desarrolla la adicción a internet (i.e., interacción de persona-afecto-cognición-ejecución [I-PACE]; Brand, Young, Laier, Wölfling, & Potenza, 2016). Sin embargo, los modelos no abundan en este campo en comparación con las escalas de medida para detectar este tipo de problemas, tampoco hay todavía claridad en cuanto a la conceptualización de dichos problemas (Lopez-Fernandez, 2018), pero a su favor suelen tener la robustez psicométrica y en contra la falta de validez clínica como instrumento diagnóstico (Lopez-Fernandez et al., 2016). De modo que, a nivel clínico no hay consenso en relación con el tratamiento (Kuss, & Lopez-Fernandez, 2016) y menos en la prevención, especialmente en Europa (Lopez-Fernandez, & Kuss, 2020).

Después de 25 años de trabajo de investigación clínica, científica y académica, parece bastante evidente que la problemática relacionada con el uso adictivo de algunas tecnologías y aplicaciones en línea existe, aunque los motivos por los cuales se produce, los patrones de desarrollo y los tratamientos todavía carecen de hallazgos consolidados, dado que la mayor parte de trabajos son de carácter descriptivo y relacional. Por otro lado, la mayor parte de estudios existentes en este campo pertenecen a las culturas del este, pues en países como Corea de Sur o China estos problemas adictivos han alcanzado el estatus de problemas de salud pública, lo que no ha ocurrido en países de occidente hasta el momento. En el caso de los países de habla hispana existe literatura científica desde 2010, especialmente en los problemas derivados del uso de internet por parte de los jóvenes y del teléfono móvil (*smartphone*) (Carbonell, Chamarro, Griffiths, Oberst, Cladellas, & Talarn, 2012; Lopez-Fernandez, Honrubia, & Freixa, 2018).

La revista *Escritos de Psicología (Psychological writings)*, dado el auge de trabajos en estos países lanzó una invitación en 2019 para recoger trabajos científicos de calidad que investigaran la adicción a internet actual en países hispanohablantes y/o del sud de Europa o Latinoamérica para poder conocer el estado del arte, los fenómenos relacionados con este campo psicológico y los avances en lengua española e inglesa.

Método

Este número monográfico, muestra una serie de seis trabajos empíricos que se revisaron por pares antes de la pandemia de la enfermedad del coronavirus (COVID-19) y que muestran el alcance de dichos problemas adictivos en países del sud de Europa y Latinoamérica en la actualidad: España, Portugal y Argentina (véase Tabla 1).

Tabla 1

Tabla de artículos incluidos en el monográfico de Adicción a Internet: número de artículo, autores, afiliación, país, título en español y título en inglés

Artículo nº	Autores/as	Afiliación	País	Título en español	Título en inglés
1	Ramón Ferri-García, María Angustias Olivencia-Carrión, María del Mar Rueda, Manuel Gabriel Jiménez-Torres, Francisca López-Torrecillas	University of Granada, Spain.	España (Spain)	Fiabilidad y validez del cuestionario para evaluar de nomofobia (QANP)	Reliability and construct validity testing of a questionnaire to assess nomophobia (QANP)
2	Juan Díaz Salabert y María Isabel Gómez Torres	Asociación para la prevención de adicciones en adolescentes y jóvenes, ADIADOS. Málaga, España	España (Spain)	Cribado e Intervención Breve Digital en el Uso Problemático de Internet: Programa piensaTIC	Electronic screening and brief intervention in the problematic Internet use: PiensaTIC Program
3	Cristina Clavero Blanco, Fernando Gordillo León y Miguel Ángel Pérez Nieto	Universidad Camilo José Cela, Campus Villafranca, Madrid, España	España (Spain)	Relación entre frecuencia y percepción de uso tecnológico, personalidad, afecto y variables neuropsicológicas en población adulta joven	Relationship between frequency and perception of technological use, personality, affect and neuropsychological variables in young adult population
4	Luciana Sotero, Gustavo Ferreira da Veiga, Daniela Carreira, Alda Portugal & Ana P. Relvas	University of Coimbra, Portugal	Portugal	Adicción a Facebook y adultos emergentes: La influencia de variables sociodemográficas, comunicación familiar y diferenciación del self	Facebook Addiction and Emerging Adults: The influence of sociodemographic variables, family communication and differentiation of self
5	Santiago Resett	Universidad Católica, Argentina	Argentina	Sexting en adolescentes: su predicción a partir de los problemas emocionales y la personalidad oscura	Sexting in adolescents: its prediction from emotional problems and dark personality
6	José Luis Vicente-Escudero, Pedro Saura-Garre, Concepción López-Soler, Antonia Martínez y Mavi Alcántara	Universidad de Murcia, España	España (Spain)	Adicción al móvil e internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras	Mobile and internet addiction in adolescents and its relationship with psychopathological problems and protective variables

Resultados

El primer estudio de Ramón Ferri-García y colegas (2020) es de carácter psicométrico, es decir, que desarrollan y validan una nueva escala española para medir la nomofobia (*nomophobia*). Dicho constructo se refiere a los comportamientos relacionados con el miedo de no poder usar el teléfono móvil, y que parecen asociados a población juvenil. Los autores revisan la literatura existente en relación con problemas adictivos de móvil y con este tipo de miedo para elaborar una serie de ítems (p. ej., abuso de móvil, alta frecuencia y tiempo de uso, razón de uso -para aplacar emociones negativas o para sentirse mejor, extremo nerviosismo o agresividad al no poder usarlo y deterioro de otras obligaciones). Lo pilotan y lo revisan con expertos para crear una nueva escala de nomofobia (i.e., *Questionnaire to Assess Nomophobia* [QANP]) que prueban con estudiantes de la Universidad de Granada mediante pruebas clásicas de fiabilidad (i.e., alfa de Cronbach) y validez (i.e., análisis de factores exploratorio y confirmatorio). Los resultados validan una escala multidimensional que aporta una nueva medida española para abordar este problema específico del uso del *smartphone*, siendo la primera existente en nuestra lengua que puede empezar a dar soporte al diagnóstico de problemática adictiva relacionada con el móvil.

El segundo estudio de Juan Díaz Salabert y María Isabel Gómez Torres (2020) es de carácter de prevención comunitaria, dado que presentan un nuevo programa llamado 'PiensaTIC', que pretende educar en el uso de internet a los adolescentes para que evitar que desarrollen conductas adictivas hacia el internet. Este programa se basa en una metodología preventiva desarrollada en el campo del consumo de drogas y se la conoce como el cribado, la intervención breve y la derivación al tratamiento (*Screening, Brief Intervention, and Referral to Treatment* [SBIRT]). Adaptan el SBIRT a la adicción internet mediante un piloto desarrollado en Málaga que aporta como novedad la implementación en línea en institutos de educación secundaria. Se basa en transmitir conocimiento acerca de internet y el uso problemático como primer paso hacia la prevención (i.e., www.piensaticplus.org) mediante encuestas en línea que medían autoevaluación de conductas de riesgo. Hacen un informe preventivo, retroalimentación de la autopercepción del uso de internet, efectos y riesgos y, en caso de necesidad, oferta de asesoría en línea. Los resultados preliminares mostraron un uso generalizado de internet con diferencias de género (p. ej., videojuegos), con una prevalencia estimada de un cuarto de los jóvenes con posible adicción a internet en ambos géneros, en que sólo la mitad presentan actitudes de cambio. Dichos hallazgos muestran que podría ser interesante el uso de esta estrategia para detectar y ofrecer intervención a aquellos adolescentes que lo necesiten.

El tercer estudio de Cristina Clavero Blanco, Fernando Gordillo León y Miguel Ángel Pérez Nieto (2020) analiza tanto los efectos positivos como los negativos de las tecnologías (i.e., videojuegos, móvil y televisión) sobre los procesos cognitivos y afectivos. En concreto, estudian la relación entre la frecuencia de uso y el control inhibitorio y la capacidad de atención en estudiantes universitarios de un máster en Madrid, así como el rol de la personalidad y el estado afectivo. Los resultados muestran que a mayor uso percibido de internet y de la televisión menor capacidad de inhibición y atención selectiva y sostenida (variables neuropsicológicas); en cambio, a mayor uso percibido de internet y de móvil mayor presencia de personalidad neurótica (i.e., tendencia a la inestabilidad emocional) y afecto negativo (i.e., sentimientos de angustia, preocupación, irritabilidad y ansiedad). Dichas relaciones parecen apuntar a que el uso excesivo de las TIC puede ser negativo para los jóvenes adultos con determinados tipos de personalidad o afectos predominantes.

En el cuarto estudio, Luciana Sotero, Gustavo Ferreira da Veiga, Daniela Carreira, Alda Portugal y Ana P. Relvas (2020) analizan el uso de las redes sociales como adicción a internet. En concreto, evalúan cómo los factores sociodemográficos (i.e., género, edad), individuales (i.e., diferenciación del *self*), familiares (i.e., comunicación familiar) y psicopatológicos (e.g., depresión, ansiedad y sensibilidad interpersonal) afectan al uso adictivo de Facebook en jóvenes emergentes de Coímbra (Portugal). Este estudio de carácter relacional encuentra dos hallazgos: que las jóvenes portuguesas de entre 24 y 30 años, con menor diferenciación del *self*, que se distancian física o emocionalmente de otras personas importantes y quienes usan un patrón negativo de comunicación con sus padres muestran un mayor uso de Facebook, con mayor riesgo de adicción. También que los indicadores psicopatológicos se relacionan con dicha adicción a esta red social, aunque no se sabe a qué puede ser debido, pues como en otras tecnologías puede que el uso sea para hacer frente a problemas de salud mental en vez de ser una genuina adicción.

El quinto trabajo de Santiago Resett (2020) va más allá a nivel metodológico tratando de predecir qué tipo de problemas emocionales (i.e., depresión y ansiedad) o tipo de personalidad oscura (i.e., el maquiavelismo, la psicopatía o el narcisismo) predice el *sexting* en adolescentes argentinos. Este comportamiento se suele dar través del móvil y se basa en el intercambio de contenidos sexuales a través del móvil (normalmente mensajes de texto, pero también videos, imágenes o fotos), por lo que se considera un constructo multidimensional. El autor estimó una prevalencia de que casi una quinta parte de los adolescentes estudiados que presentaban este comportamiento con diferencias de género (siendo el masculino más prevalente) y de edad (a mayor edad mayor uso). Sin embargo, el hallazgo más relevante es que parece que el *sexting* se predice en un 11% por el maquiavelismo y los problemas emocionales estudiados.

El sexto y último estudio de José Luis Vicente-Escudero, Pedro Saura-Garre, Concepción López-Soler, Antonia Martínez y Mavi Alcántara (2020) relaciona la posible adicción al móvil e internet con factores protectores y de riesgo en adolescentes de Murcia (España). La novedad es que los autores analizan tanto variables psicopatológicas (e.g., ansiedad, depresión, conducta disocial, agresiva) como protectoras de dichos problemas mentales (variables psicosociales) en relación con el abuso de ambas tecnologías. Por un lado, hallan que dicho abuso se asociaba a sintomatología externalizante y déficit de atención. Por otro lado, que el número de clubs adscritos, la relación con los padres, la autonomía y el rendimiento escolar en matemáticas parecen ser factores de protección frente al abuso del móvil e internet. Por último, a los 15 años parece haber un punto de inflexión que hace que aumente el uso de ambas tecnologías con la psicopatología asociada.

Discusión

El presente monográfico ha pretendido recoger trabajos empíricos de calidad que aportaran conocimiento acerca del estado de la cuestión de la adicción a internet en países del sur de Europa y Latinoamérica, contemplando tanto el uso adictivo de carácter general (adicción a internet) como del específico (nomofobia, sexting, videojuegos; Davis, 2001) de dichos fenómenos relacionados con el campo psicológico de la adicción comportamental a través de las TIC. La serie de trabajos empíricos seleccionados antes de la pandemia de la COVID-19 muestran el alcance de dichos problemas adictivos en España, Portugal y Argentina, siendo la mayor parte estudios del sur de España, en lengua castellana y de carácter metodológico relacional.

De ellos se desprende que el estado de la cuestión ha evolucionado de forma parecida al del resto de países occidentales (Lopez-Fernandez, & Kuss, 2020), en que destacan los trabajos relacionados con el uso problemático del internet, televisión y del móvil (dado que el internet se encuentra en casi todos los dispositivos de entretenimiento actuales), así como de las aplicaciones. La novedad es que en España se centran en problemas específicos sobre todo en población joven (adolescente y

jóvenes adultos), con fenómenos como el del miedo de no estar conectado a internet a través del móvil (*nomophobia*; Ferri-García et al., 2020), mientras que en Latinoamérica se ha estudiado el uso del móvil para cuestiones de carácter sexual (*sexting*; Ressel, 2020), aunque ambos fenómenos se dan en ambos países en grupos de edad entre la adolescencia y juventud temprana (Caldera, Hernández, & Cuenca, 2013). Lo interesante es que el uso problemático de móvil en estos casos parece dado por la creencia de una necesidad emocional con este objeto y por el uso maladaptativo de contenidos personales y privados en población joven. Esto supone un adelanto a los trabajos españoles existentes en el uso problemático del teléfono móvil (Lopez-Fernandez et al., 2012), que fueron pioneros en la literatura de las adicciones comportamentales a través de las tecnologías.

Otro tema emergente en esta última década han sido las redes sociales. El trabajo portugués de Sotero y colegas (2020) aporta un interesante hallazgo psicológico, y es que el uso problemático y adictivo de Facebook puede que este compensando un déficit del self, una actitud de distanciamiento social y tendencia a tener dificultades de comunicación interpersonales a nivel familiar, incluida psicopatología clásica. Lo que ha sido corroborado a nivel internacional (Biolcati, Mancini, Pupi, & Mugheddu, 2018; Pontes, Taylor, & Stavropoulos, 2018), que los predictores de este tipo de uso adictivo parecen ser el miedo a no estar conectado ('Fear of Missing out' [FoMo] -que es parecido a la nomofobia del móvil), las cogniciones maladaptativas, el estrés, rasgos de personalidad (i.e., conciencia, extraversión y neuroticismo), social, familiar, soledad, y satisfacción con la vida.

También resulta interesante observar que a pesar de la distancia y de las diferencias culturales, los fenómenos psicológicos del uso y abuso de las tecnologías en la adolescencia y juventud son prácticamente los mismos, al menos en España, Portugal y Argentina. En la actualidad, casi todas las TIC contienen internet, inclusive la televisión; así que no es de extrañar que se haya extendido el estudio de la adicción a internet a dichas tecnologías. En lo que se refiere al aspecto psicológico, se ha ahondado en los mecanismos subyacentes a este uso adictivo, tanto desde lo cognitivo como lo emocional (Clavero Blanco et al., 2020), en que el uso excesivo parece afectar a la atención y a personalidades altamente emocionales y con carácter negativo. Lo cual también ha afirmado el modelo I-PACE recientemente actualizado (Brand et al., 2019) que también han determinado la disminución del control inhibitorio y producen una señal de reactividad y ansia a lo que algunas personas son más sensibles.

Por último, el tema central que ahora también se empieza a abordar en países occidentales es el de la prevención de la adicción a internet (Lopez-Fernandez, & Kuss, 2020), en que el Parlamento Europeo ha solicitado a la presente autora el analizar y proponer una serie de opciones de políticas de prevención de diversos tipos para los ciudadanos europeos (Lopez-Fernandez, & Kuss, 2019). En este monográfico hay dos trabajos que ya apuntan a la prevención primaria, la propuesta comunitaria de prevención primaria en línea de Salabert y Gómez Torres (2020), y Vicente-Escudero y colegas (2020) que enumeran factores protectores para la adicción a internet y móvil, que curiosamente tienen que ver con todo aquello no relacionado con la tecnología (el tiempo y las buenas relaciones con amigos, con los padres y con los estudios), que es lo que se propuso al Parlamento Europeo.

En resumen, esperamos disfruten de este monográfico, que, aunque breve en número, los trabajos son originales, interesantes, innovadores y que encajan con lo que se está trabajando en el campo de la adicción a internet en nuestro contexto y con nuestros jóvenes. Ha sido un reto el poder concluirlo en tiempos de la crisis de la COVID-19 y por ellos agradezco al editor de Escritos de Psicología, Dr. Julián Almaraz Carretero, catedrático de la Universidad de Málaga, su invitación y apoyo para poder elaborar el presente monográfico en España.

Referencias

1. Biolcati, R., Mancini, G., Pupi, V., & Mugheddu, V. (2018). Facebook Addiction: Onset Predictors. *Journal of Clinical Medicine*, 7, 118. <https://doi.org/10.3390/jcm7060118>
2. Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>
3. Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 252-266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>

4. Caldera, M. I. F., Hernández, M. G., & Cuenca, A. B. R. (2013). Sexting: Nuevos usos de la tecnología y la sexualidad en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1, 521-533. Available online: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349852058045> accessed on 04 November 2020).
5. Carbonell, X., Chamarro, A., Griffiths, M., Oberst, U., Cladellas, R., & Talarn, A. (2012). Problematic Internet and cell phone use in Spanish teenagers and young students. *Anales de psicología*, 28, 789-796.
6. Clavero Blanco, C., Gordillo León, F., & Pérez Nieto, M.A. (2020). Relación entre frecuencia y percepción de uso tecnológico, personalidad, afecto y variables neuropsicológicas en población adulta joven [Relationship between frequency and perception of technological use, personality, affect and neuropsychological variables in young adult population]. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 12, 68-80. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v12i2.9985>
7. Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195. [http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
8. Díaz Salabert, J., & y Gómez Torres, M. I. (2020). Cribado e Intervención Breve Digital en el Uso Problemático de Internet: Programa piensaTIC [Electronic screening and brief intervention in the problematic Internet use: PiensaTIC Program]. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 12, 57-68. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v12i2.9984>
9. Ferri-García, R., Angustias Olivencia-Carrión, M., Rueda, M. M., Jiménez-Torres, M. G., **López-Torrecillas, F.** (2020). Fiabilidad y validez del cuestionario para evaluar de nomofobia (QANP) [Reliability and construct validity testing of a questionnaire to assess nomophobia (QANP)]. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 12, 43-56. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v12i2.9982>
10. Király, O., Nagygyörgy, K., Koronczai, B., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). *Assessment of problematic Internet use and online video gaming*. In: E. Aboujaoude & V. Starcevic (Eds). *Mental health in the digital age: Grave dangers, great promise*. Mental health in the digital age: Grave dangers, great promise (p. 46-68). New York, NY: Oxford University Press.
11. Kuss, D. J. & Lopez-Fernandez, O. (2016) Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World journal of psychiatry* 6, 143-176. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4804263/>
12. Lopez-Fernandez, O. (2018). Generalised Versus Specific Internet Use-Related Addiction Problems: A Mixed Methods Study on Internet, Gaming, and Social Networking Behaviours. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(12), 2913. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph15122913>
13. Lopez-Fernandez, O., & Kuss, D. Internet addiction - Part I: Internet addiction and problematic internet use (2019. Report Scientific Foresight Unit - Panel for the Future of Science and Technology, Science and Technology Options Assessment (STOA). Directorate for Impact Assessment and European Added Value, Directorate-General for Parliamentary Research Services, European Parliament, Brussels, Belgium, 2019; 1-80. Available online: [https://www.europarl.europa.eu/stoa/en/document/EPRS_STU\(2019\)624249](https://www.europarl.europa.eu/stoa/en/document/EPRS_STU(2019)624249) (accessed on 04 November 2020).
14. Lopez-Fernandez, O., & Kuss, D. J. (2020). Preventing Harmful Internet Use-Related Addiction Problems in Europe: A Literature Review and Policy Options. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3797. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17113797>
15. Lopez-Fernandez, O., González-Bueso, V., Montero, E., Santamaría, J. J., Merino, L. (2016). Validation in clinical population of the Problematic Internet Entertainment Use Scale for Adults (PIEUSAd). *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 117, 61-71. Available at http://www.psiquiatriapsicologia-dexeus.com/IMAGES_12/cuadernos-1171.pdf (Accessed December 20, 2018).
16. Lopez-Fernandez, O., Honribia, M.L., & Freixa, M. (2012). Spanish adaptation of the "Mobile Phone Problem Use Scale" for adolescent population. *Adicciones*, 24,
17. Meerkerk, G. J., Eijnden, R.J., & Garretsen, H. F. (2006). Predicting compulsive Internet use: it's all about sex! *CyberPsychology & Behavior*, 9, 95-103. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.2006.9.95>
18. Pontes, H. M., Taylor, M., & Stavropoulos, V. (2018). Beyond "Facebook addiction": The role of cognitive-related factors and psychiatric distress in social networking site addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21, 240-247. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0609>

19. Resett, S. (2020). Sexting en adolescentes: su predicción a partir de los problemas emocionales y la personalidad oscura [Sexting in adolescents: its prediction from emotional problems and dark personality]. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 12, 93-102. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v12i2.10060>
20. Shaw, M., & Black, D.W. (2008). Internet addiction: Definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22, 353–365. <http://dx.doi.org/10.2165/00023210-200822050-00001>
21. Sotero, L., Ferreira da Veiga, G., Carreira, D., Portugal, A., & Relvas, A. P. (2020). Adicción a Facebook y adultos emergentes: La influencia de variables sociodemográficas, comunicación familiar y diferenciación del self [Facebook Addiction and Emerging Adults: The influence of sociodemographic variables, family communication and differentiation of self]. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 12, 81-92. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v12i2.9986>
22. Vicente-Escudero, J. L., Saura-Garre, P., López-Soler, C., Martínez, A., & Alcántara, M. (2020). Adicción al móvil e internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras [Mobile and internet addiction in adolescents and its relationship with psychopathological problems and protective variables]. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 12, 103-112. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v12i2.10065>
23. Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79, 899-902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>
24. Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 237-244. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>