



UNIVERSITAT DE VIC  
UNIVERSITAT CENTRAL  
DE CATALUNYA

# **L'ús de les xarxes socials i els seus efectes sobre els processos atencionals en població universitària.**

Treball de final de Grau de Psicologia

Eduard Boneta i Rubió

Tutor: Ivan Alsina Jurnet

Grau en Psicologia

Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes

Universitat de Vic – Universitat Central de Catalunya (UVic – UCC)

Vic, Maig 2020

# Índex

Resum.....	2
Abstract.....	3
<b>1. Marc teòric.....</b>	<b>4</b>
1.1. Introducció.....	4
1.2. L'atenció.....	6
1.2.1. Tipus d'atenció.....	7
1.2.2. Models d'estudi de l'atenció.....	11
1.3. Ús excessiu de dispositius mòbils i xarxes socials.....	14
1.4. L'ús excessiu de les noves tecnologies i la seva relació amb l'atenció.....	17
<b>2. Part pràctica.....</b>	<b>23</b>
2.1. Metodologia.....	23
2.1.1. Preguntes de recerca.....	23
2.1.2. Objectiu general i específics.....	24
2.1.3. Tipus de disseny.....	24
2.1.4. Mostra.....	25
2.1.5. Aspectes ètics.....	25
2.1.6. Instruments de recollida de dades.....	26
2.1.7. Procediment.....	27
<b>2.2. Resultats.....</b>	<b>29</b>
2.2.1. Xarxes Socials.....	29
2.2.1.1. Caracterització de l'ús de les xarxes socials.....	29
2.2.1.2. Ús i abús de les xarxes socials.....	34
2.2.2. L'atenció i la seva relació amb l'ús de les xarxes socials.....	36
2.3. Discussió.....	40
2.4. Conclusions.....	44
<b>3. Bibliografia.....</b>	<b>47</b>
<b>4. Annexos.....</b>	<b>53</b>
Annex 1.....	54
Annex 2.....	55
Annex 3.....	58
Annex 4.....	61

## Resum

Actualment es viu en un entorn més imprevisible i transparent que mai, amb una necessitat d'informació i connexió gairebé permanent. En aquest context, el creixement de les xarxes socials ha estat exponencial i atreu una generació d'estudiants que ha nascut i s'ha desenvolupat sota la influència de les tecnologies de la informació i la comunicació. El present estudi aborda l'ús que s'està fent de les xarxes socials i els efectes que un ús excessiu pot tenir sobre els processos atencionals de la població universitària; mitjançant l'estudi d'una mostra de 89 estudiants de diferents universitats de Catalunya. La metodologia emprada es fonamenta en l'administració en línia d'una bateria de tres qüestionaris d'auto-informe formada pel *Rating Scale of Behaviour Attentional*, que avalua les capacitats atencionals de la mostra; un qüestionari de caracterització de l'ús de les xarxes socials i el *Social Media Addiction Scale*, que estudia l'ús excessiu de les xarxes socials. Els resultats obtinguts i l'anàlisi que s'ha realitzat evidencien que un 50% dels estudiants universitaris fa un ús excessiu de les xarxes socials; i s'observa que aquest ús influeix, de manera negativa, en els seus processos atencionals. En particular la vigilància, l'atenció selectiva i l'atenció sostinguda. Essent aquest el primer estudi, almenys del qual en té coneixement l'autor, que mostra que un elevat ús de les xarxes socials té efectes negatius en els processos cognitius essencials com l'atenció.

**Paraules clau:** Atenció, tecnologies de la informació i la comunicació, xarxes socials, ciberaddicció i addicció a internet.

## **Abstract**

At present we live in a more unpredictable and transparent environment than ever before, with an almost standing need for information and connection. In this context, social media has grown exponentially and it draws a generation of students who were born and grew up under the influence of information and communication technologies. The present study addresses the use that is being made of social media and the effects that an excessive use may have on the attention processes of the university population, by means of a sample of 89 students from different universities in Catalonia. The methodology used is based on the online management of a set of three self-reported questionnaires consisting of Rating Scale of Behaviour Attentional, which assesses the attention capabilities of the sample; a questionnaire of characterization of social media and the Social Media Addiction Scale, which studies the overuse of social media. The results obtained and the analysis undertaken show that a 50% of the university students make an excessive use of social media; and it is observed that this use has a negative impact on its attention processes, specially the vigilance, the selective attention and the sustained attention. This being the first study, at least the one the author is aware of, which shows that a high use of social media has negative effects on essential cognitive processes such as attention.

**Keywords:** Attention, information and communication technologies, social media, cyber-addiction and internet addiction disorder.

## **1. Marc teòric**

### **1.1. Introducció**

La presència de les noves tecnologies, en la nostra societat i en totes les altres formes d'agrupacions socials amb accés a internet, és un fet innegable que queda a la vista de tothom si ens aturem i mirem el món que ens rodeja. Tant en contextos aparentment aliens a una societat digitalitzada com pot ser un parc, com en les formes més íntimes de relació social, podem observar la interferència de la presència d'objectes com el telèfon mòbil, que ens recorden que estem sempre connectats amb un món virtual. Existeix una línia de pensament, la qual cada cop s'aproxima més a la realitat, que planteja que en un futur estarem permanentment connectats al món virtual. Plantejen la possibilitat que les de contacte de realitat augmentat, les quals ja es comencen a desenvolupar (Schubarth, 2020), substituïxin en uns 5 o 10 anys als telèfons intel·ligents. Es fa imprescindible, per tant, començar a conèixer quins efectes pot tenir l'ús permanent de dispositius mòbils sobre processos cognitius bàsics com la memòria o l'atenció.

Però, no fa falta esperar als nous avenços tecnològics per observar com la influència de les Tecnologies de la Informació i Comunicació (TICs) ha aconseguit modificar la forma en la qual les persones ens relacionem, ens comuniquem i vivim. S'observa que la dicotomia d'allò que era útil o no, ara es defineix pel terme obsolet, referint-se a la no adaptació a un món en constant canvi definit per la tecnologia.

Alhora, les TIC han generat un nou vocabulari dins el qual trobem termes com el de "nadiu digital" el qual fa referència a les persones que han nascut rodejades i modelades per aquesta revolució tecnològica. L'autor d'aquest treball es podria considerar un "immigrant digital" perquè recorda vagament els contextos en els quals no hi havia la presència de les TIC, essent un d'ells l'aula (Prensky, 2010).

Els primers records que té en els centres educatius, en el que ara anomenariem com una "aula tradicional", es fonamentava en llibres i làmines que servien d'eines per a l'educació. Però va poder viure de primera mà com amb l'aparició de les pissarres digitals, el rol de professor canviava i s'havia d'adaptar a aquesta nova eina, forçant-lo a esdevenir un expert en les noves tecnologies i, sobretot, en les noves metodologies d'ensenyament i aprenentatge associades al seu ús.

En l'actualitat, és comú que els alumnes disposin d'un ampli ventall d'aplicacions i recursos tecnològics, els quals en diverses ocasions se'n fa un ús d'aquestes eines per a facilitar l'aprenentatge. No obstant això, sorprèn la presència de formes de pensaments que es podrien associar a l'aula tradicional que encara mantenen la seva influència en l'educació. Així doncs, frases com *"no vull veure cap mòbil a l'aula"* o *"si veig un mòbil, me'l quedo"*, les quals molts dels estudiants han sentit alguna vegada, sorprenen perquè són advertències que neguen que es puguin utilitzar aquests dispositius com a eines per fins educatius. De fet, les TIC permeten adoptar noves metodologies d'ensenyament i aprenentatge de caràcter constructivista, centrades en els alumnes i que permeten desenvolupar activitats més autèntiques, significatives i contextualitzades. Un exemple d'això és el "m-learning" o "mobile learning", el qual fa referència a la realització dels processos d'ensenyament i aprenentatge mitjançant els dispositius mòbils. L'ús del telèfon en l'àmbit educatiu, atorga llibertat als processos educatius. Permetent que aquests no hagin d'estar associats a un context espacial definit i establint un sistema de comunicació més àgil, gràcies als serveis de missatgeria instantània o a les xarxes socials (Pisanty et al., 2010).

En aquesta línia destaca una entrevista, *"Hay que educar la atención de nuestros hijos"*, al docent i escriptor Gregorio Luri (2018) en la qual feia referència a "l'atenció com el nou coeficient intel·lectual"; al·legant que en un món on la informació està a l'abast de tothom, gràcies a les TIC, l'atenció i la capacitat de seleccionar aquella informació desitjada, tindrà cada cop un pes més important. Així doncs, s'observa com es comença a implementar conceptes com el "m-learning" (Pisanty et al., 2010) sense haver analitzat l'impacte que tenen les TIC en funcions cognitives tan essencials per l'aprenentatge com és l'atenció.

Exposant a aquelles persones que interaccionen en el procés d'ensenyament i aprenentatge als efectes desconeguts de l'ús de les TIC; els quals pretén abordar el present treball mitjançant l'estudi de l'ús i abús de les xarxes socials, en relació amb les capacitats atencional.

Per tal de dur a terme aquest estudi, s'ha estructurat el treball elaborant un marc teòric fonamentat en l'estudi de l'atenció, l'ús excessiu dels dispositius mòbils i de les xarxes socials. Posteriorment, convergeixen aquestes variables en una revisió bibliogràfica que posa de manifest l'ús excessiu de les noves tecnologies i la seva relació amb l'atenció.

Quant a la part pràctica del present treball, s'exposa en detall la metodologia emprada, així com els resultats obtinguts, els quals són avaluats en la discussió en relació amb el marc teòric i les preguntes de recerca. Finalment, s'exposen les limitacions i recomanacions del present estudi en la conclusió, on es defineixen unes línies d'actuació per als lectors i lectores que vulguin desenvolupar un estudi similar, o bé, vulguin reproduir la metodologia emprada per avaluar els efectes de les xarxes socials en l'atenció.

## **1.2. L'atenció**

En el present apartat es realitzarà una aproximació teòrica del concepte de l'atenció, la qual dóna pas a una anàlisi de les classificacions dels tipus d'atenció que defineixen Sohlberg i Mateer (1989). Finalment, es realitza una revisió dels principals models d'estudi de l'atenció en ordre cronològic. Això permet contextualitzar al lector des d'una perspectiva teòrica, envers una de les variables que articulen el present treball, facilitant la comprensió de la revisió bibliogràfica i els resultats de l'estudi que és dur a terme en relació amb l'ús de les xarxes socials.

S'esperaria que establir una definició per a l'atenció fos una tasca senzilla, a causa de l'ús reiterat que se n'ha fet d'aquest concepte. Raó per la qual molts autors fan referència al llibre fundacional *Principles of Psychology* de William James (1890), on afirmava que tothom sabia què era l'atenció.

No obstant això, s'observa que donada la diversitat de funcions en les quals intervé l'atenció, aquesta pot deixar de tenir un significat clar (Johnston i Dark, 1982; Taylor, 1991). Alhora, l'existència de diverses definicions i la manca de consens en relació amb l'atenció, provoca l'aparició de dificultats en l'estudi de la mateixa (Sevilla i Melero, 1997).

Però, l'atenció no s'analitza com un concepte únic, sinó que es caracteritza per les seves implicacions multidimensionals (Gimeno, 1999; Norman i Shallice, 1986; Posner i Boies, 1971; Ruiz Vargas i Botella, 1981; Styles, 1997) En aquesta línia, Gómez, Ostrosky i Próspero (2003) afirmaven que l'atenció està composta per una complexa xarxa neuronal que controla l'activitat mental. Així doncs, l'atenció engloba diversos fenòmens psicològics i aspectes cognitius que l'ésser humà pot controlar, els quals es veuen afectats per la limitació de recursos (Shiffrin i Czerwinski, 1988).

Així doncs, pels propòsits del present treball es concebrà l'atenció com un procés de discriminació associat al processament cognitiu, el qual permet assignar recursos i filtrar la informació sensorial externa (Reategui, 1999) i interna. Es realitza aquesta distinció perquè la persona rep constantment estímuls tant del nostre cos (propioceptius), com de l'entorn amb el qual interactuem (exteroceptius).

### **1.2.1. Tipus d'atenció**

En un intent de concretar què és l'atenció, sorgeixen classificacions d'autors com Sohlberg i Mateer (1989), els quals concebien que l'atenció es divideix en diferents tipus d'atenció, en funció de l'activitat que es duia a terme i de la complexitat executiva d'aquesta.

#### ***Arousal:***

Existeix certa discrepància en la classificació que realitzen Sohlberg i Mateer (1989) al considerar l'arousal com a un tipus d'atenció. Això és a causa del fet que l'atenció arousal és associada amb l'estat d'alerta i manté una relació molt estreta amb l'activació (Eastbrook, 1959), que dificulta establir si és un tipus d'atenció.



Posner i Petersen (1990), afirmaven que l'arousal és un estat de la xarxa atencional que intervé en la detecció ràpida d'estímuls. En aquesta línia, es troba la llei de Yerkes-Dodson on es planteja que l'estat òptim d'atenció per a un millor rendiment es troba en un nivell intermedi en l'excitació de l'estat arousal. Aquest nivell mitjà d'atenció motiva a la persona i facilita que dirigeixi més recursos atencionals a la resolució d'una determinada tasca. En canvi, un nivell molt elevat o molt baix d'activació condueixen a un pobre rendiment (Yerkes i Dodson, 1908).

No obstant això, per l'interès del present treball, es considerarà l'atenció arousal com a un tipus d'atenció passiva que intervé aportant l'activació necessària perquè es duguin a terme activitats que utilitzen altres tipus d'atenció.

### ***Atenció focalitzada:***

L'atenció focalitzada intervé en la capacitat d'orientar el focus atencional i centrar-lo en un objecte determinat. No s'ha de confondre amb el reflex d'orientació, el qual sorgeix de manera natural quan es percep que un estímul apareix o canvia en el nostre entorn (Fernández Trespalacios, 1997). L'atenció focalitzada es caracteritza per modelar una acció voluntària, en la qual la persona persisteix tot i les interferències de distracció dels altres estímuls que podria percebre. Alhora, en estar realitzant una funció executiva també ha de resistir la fatiga que se'n deriva del manteniment de l'acció (Sohlberg i Mateer, 1989).

### ***Atenció sostinguda:***

L'atenció sostinguda deriva del manteniment de l'acció que utilitza l'atenció focalitzada, és a dir, es manté el focus atencional en un estímul per un període de temps perllongat. Així doncs, la persona ha de ser capaç de resistir els estímuls distractors i el cansament, que incrementen proporcionalment amb el temps, fet pel qual resulta més difícil desenvolupar la tasca de forma efectiva (Sohlberg i Mateer, 1989).

### ***Atenció selectiva:***

L'atenció selectiva permet escollir aquell estímul que es percep com a més rellevant entre diferents estímuls de l'entorn, alhora que es manté una conducta d'acord amb l'estímul; tot i l'existència de distraccions en l'ambient, que actuen de manera simultània (Sohlberg i Mateer, 1989). Així doncs, s'observa com intervé la capacitat inhibidora de l'individu que exclou els estímuls irrellevants permetent-li desenvolupar l'acció concreta, donat que l'atenció és un sistema de capacitat limitada (Shiffrin i Czerwinski, 1988).

Tot i la complexitat semàntica, aquest tipus d'atenció es pot entendre com un procés de focalització, el qual és diferència de l'atenció focal per la intensitat més gran de la interferència, com es dona en l'efecte Stroop (MacLeod, 1991). Com s'analitza més endavant aquest tipus d'atenció manté una estreta vinculació amb els estudis desenvolupats per Broadbent (1957), esdevenint com a base teòrica pel desenvolupament del *Model de filtre rígid*.

### ***Atenció alternant:***

L'atenció alternant és la capacitat de desplaçar i focalitzar els recursos atencionalmentals en diverses tasques que requereixen accions diferents. Es realitza un salt d'una activitat a una altra inhibint els estímuls vinculats amb l'acció que s'estava realitzant en un inici, permetent posar el focus de l'atenció en la nova tasca. En aquest tipus d'atenció intervé molt la voluntat de la persona, la qual ha de ser capaç de separar-se de l'activitat alhora que manté present la possibilitat de tornar-la a realitzar en un futur (Sohlberg i Mateer, 1989).

### ***Atenció dividida:***

L'atenció dividida, coneguda habitualment com a "*multitasking*", fa referència a l'habilitat per atendre i donar resposta a diverses tasques diferents de manera simultània. A diferència de l'atenció alternant, no es deixa de realitzar una tasca sinó que es reparteixen els recursos atencionalmentals per a poder donar múltiples respostes a la vegada (Sohlberg i Mateer, 1989).

Probablement, aquest tipus d'atenció sigui especialment rellevant en una societat fortament tecnològica com l'actual. Més encara si es té en compte l'aparició de nous dispositius electrònics com les ulleres intel·ligents o Smart Glasses, les quals plantegen la idea d'un món on convergeixen els estímuls del context "real" i tangible amb estímuls digitals i intangibles.

Alguns autors dubten de si realment s'està duent a terme dues tasques o bé si en realitat el que fem és alternar d'una activitat a una altra molt ràpidament. Però estudis com els realitzats per Mordkoff i Yantis (1991), posen de manifest que si es realitzen dues tasques alhora, almenys una d'aquestes ha d'estar automatitzada per tal que es puguin dur a terme de forma efectiva simultàniament.

Un cop s'han analitzat els diferents tipus d'atenció, resulta d'interès fer referència a estudis com el de Ramos Galarza et al. (2016), el qual estudiava en estudiants universitaris d'entre 17 i 29 anys, les relacions que s'establien de l'atenció focalitzada, sostinguda i selectiva amb variables independents com l'edat, el gènere o el nivell acadèmic. Els resultats obtinguts en aquest estudi plantegen que no hi ha diferències significatives en les capacitats atencionals per les variables d'estudi. Establint que les puntuacions d'atenció es mantenen estables des dels disset anys, la qual és l'edat mínima dels participants del present estudi, fins als vint-i-nou anys independentment del gènere o el nivell acadèmic de la persona.

En la mateixa línia, Rosselli, Matute i Ardilla (2010) plantegen que les xarxes neuroanatòmiques que estan relacionades amb els processos atencionals "bàsics" es desenvolupen completament amb 12 anys. Això però, no inclou l'atenció dividida i l'alternant, ja que com afirmaven aquests tipus d'atenció d'alta complexitat executiva, estan associats amb la maduració i mielinització del lòbul frontal.

### **1.2.2. Models d'estudi de l'atenció**

La revisió bibliogràfica dels models d'estudi de l'atenció més rellevants permet analitzar, en el paradigma temporal, com ha evolucionat el concepte de l'atenció. Alhora, els diversos autors i els corresponents models que s'analitzen són de gran rellevància en l'estudi de l'atenció esdevenint els pilars en els quals s'ha fomentat la recerca actual.

#### ***Model de filtre rígid de Broadbent:***

El model que proposa Broadbent, es fonamenta en la comprensió de l'atenció com un sistema de filtratge de la informació únic i en sèrie. Per mitjà d'aquest canal la informació sensorial, és filtrada per un criteri de "tot o res" i on només un ítem (l'estímul rellevant) passa al sistema perceptiu.

Cal tenir en compte que en el model de filtre rígid es posava de manifest el fet que era un sistema amb capacitat limitada, el qual impedia l'entrada a tot aquell estímul no essencial per evitar les sobrecàrregues d'informació. Per tant, s'identificaven aquells estímuls que passaven el filtre com a conscients, mentre que la resta desapareixien abans de ser utilitzats. Un cop superat aquest filtre, la informació sensorial pot ser utilitzada en relació amb una altra funció cognitiva, es pot perdre, pot anar a la memòria de llarg termini o bé pot tornar a passar pel filtre (Broadbent, 1957).

#### ***Model de filtre atenuat de Treisman:***

Arran de la inflexibilitat del model de Broadbent a l'hora d'analitzar la informació prèviament al seu pas pel filtre atencional, Treisman elabora un nou model basat en un sistema de filtratge per intensitat. Abandona la idea del "tot o res" i estipula que l'estímul rellevant travessa aquest filtre amb major intensitat que la resta. Així doncs, la resta d'estímuls no s'abandonen, sinó que s'analitzen en menor mesura per tal d'evitar la sobrecàrrega d'informació que preocupava a Broadbent en un sistema de capacitat limitada.

Des d'un sentit estructural, es manté un canal en sèrie similar al del Model de filtre rígid. No obstant això, el processament de la informació no es limita a una anàlisi post-filtratge o post-atencional, sinó que prèviament es realitza una anàlisi de l'estímul on s'identifiquen les característiques més bàsiques d'aquest; com és el color, la forma, l'orientació.

Des d'una aproximació neuropsicològica s'observa que aquesta anàlisi prèvia de la informació es dona de forma automàtica i paral·lela, és a dir, cada àrea primària dels lòbuls que conformen el cervell identifica uns trets característics davant el mateix estímul. Posteriorment, aquests trets passarien pel filtre amb major o menor intensitat, dotant de sentit a la informació sensorial i permetent que es realitzi un treball a nivell cognitiu (Treisman, 1969).

### ***Model de Deutsch i Deutsch:***

Històricament el model de Deutsch i Deutsch és conegut com el primer model de filtre post-categorial o de selecció tardana. Aquests tipus de models es diferencien pel fet que es concep un processament de la informació pre-filtratge i que alhora l'atenció no realitza una selecció de la importància de l'estímul.

La informació sensorial s'emmagatzema a la memòria sensorial i els estímuls són analitzats simultàniament. Durant aquesta fase de processos perceptius s'analitzen les característiques amb major importància i són traslladades al filtre. En el filtre es recull aquesta informació ja processada i s'avaluen les seves característiques en relació amb el grau d'importància dotat; la qual cosa deriva en el fet que només aquell estímul més rellevant passi a un estat de consciència pel subjecte i pugui ser utilitzat per la memòria de treball o bé enviat a la memòria de llarg termini, entre altres opcions.

En aquest model el filtre no és l'actor principal, si més no, és un mecanisme de distribució que dona sortida a la informació més rellevant. Esdevenint així, el processament de la informació per part del sistema analitzador l'eix principal d'aquest circuit (Deutsch i Deutsch, 1963).

### ***Model de recursos limitats de Kahneman***

El model postulat per Kahneman (1973) deixa de focalitzar-se en l'estudi de l'atenció selectiva com els models de filtre, centrant-se en l'atenció dividida i estudiant les limitacions de l'atenció. Fet pel qual, concep que hi ha una entrada de diversos estímuls que són analitzats de manera simultània.

No obstant això, considera que l'atenció és un sistema de recursos limitats que es serveix de la distribució dels recursos atencional en funció de la complexitat de les tasques. Pren de gran rellevància en aquest model l'arousal o activació, el qual Kahneman (1973) atribuïa que establia una relació directament proporcional amb el rendiment. Essent així, que a major activació s'observaria un rendiment major en el desenvolupament efectiu de la tasca, establint una relació que com s'ha estudiat posteriorment no és del tot correcte (Yerkes i Dodson, 1908).

Tot i les revisions i modificacions dels models d'estudi de l'atenció, es manté estable la concepció de l'atenció com un sistema de capacitats limitades; independentment de la concepció dels diferents models d'estudi de l'atenció, presentats amb anterioritat en aquest treball, envers la quantitat d'estímuls que una persona pot analitzar simultàniament. Així doncs, una sobrecàrrega d'informació sensorial, com les que poden produir les TIC i en particular les xarxes socials, obliguen a redistribuir els recursos atencional encarregats d'analitzar altres paràmetres dirigint-lo a l'objecte, fenomen o dispositiu efector de l'excés d'estímuls (Kahneman, 1973).

Això és el que es va poder observar en l'estudi de Chen i Pai (2018), en el qual s'analitzava la relació entre la "ceguesa inatencional" i l'ús excessiu de telèfons mòbils intel·ligents. Cal clarificar que concebien la "ceguesa inatencional" com a la incapacitat per atendre al món real a causa dels estímuls digitals. En aquest estudi s'observava un pas de vianants de Taiwan, per veure si les persones que feien un ús del mòbil se n'adonaven d'una persona disfressada de pallaso. Posteriorment, realitzaven una entrevista com a mètode de recollida de dades. Els resultats obtinguts mostraven que l'ús d'aplicacions com PokemonGo donaven lloc a la "ceguesa inatencional" i no veien l'estímul distractor (el pallaso). Aquests resultats varen permetre establir una relació significativa entre

l'ús de jocs, l'abús de les noves tecnologies i un dèficit de consciència en l'espai. Així doncs, s'observa com l'ús d'aplicacions mòbils que presenten molts estímuls digitals, com és el cas de PokemonGo, utilitzen aquests recursos atencional ja de per si limitats (Broadbent, 1957; Deutsch i Deutsch, 1963; Kahneman, 1973; Treisman, 1969) fent a l'usuari vulnerable a alteracions en el context.

### **1.3. Ús excessiu de dispositius mòbils i xarxes socials**

L'inici de les Tecnologies de la Informació i Comunicació (TICs) es pot situar en els anys seixanta amb l'aparició dels primers ordinadors. No obstant això, no és fins a la dècada dels noranta amb l'aparició de la World Wide Web i la Internet que comencen a desenvolupar-se les bases de la globalització d'aquestes noves tecnologies. Per a molta gent, tot i la presència de xarxes socials com Facebook, no és fins a l'any 2007 amb la presentació de Steve Jobs del primer iPhone que es concep que hi ha un "boom" de les TIC. L'iPhone en aquell moment va permetre el creixement de les apps que va transformar la manera d'interactuar amb la internet i amb les persones. Es va deixar de necessitar un ordinador per accedir a les xarxes socials, van aparèixer serveis de missatgeria instantània com WhatsApp (l'any 2009) i va permetre a l'usuari presentar-se al món digital instantàniament des d'una eina que portava una càmera incorporada. Essent de tal magnitud el "boom" tecnològic que va haver-hi, que estudis com el realitzat per We are Social i Hootsuite (2020), estimen que el 94% de les persones d'entre 16 i 64 anys tenen un telèfon intel·ligent a Espanya. Alhora, s'observa que hi ha un percentatge elevat d'usuaris de xarxes socials en la població espanyola (46,94 milions d'habitants), essent Facebook (62,29%) la més destacada, seguida d'altres xarxes socials com Instagram (36,98%) o LinkedIn (27,93%) (Napoleon Cat, 2020).

Però, tot i la presència de les TICs des de fa dècades i el creixement exponencial que han experimentat, en tant que avenços i varietat de productes de mercat, no s'ha vist correspost per una anàlisi extens de les seves implicacions sobre els processos atencional. Així doncs, diversos autors manifesten la seva preocupació, com és el cas de Gregorio Luri (2018) que posava de manifest la següent afirmació.

“Las nuevas tecnologías llevan un ritmo de desarrollo, que es muchísimo más acelerado que nuestra capacidad de analizar sus consecuencias”.

*Hay que educar la atención de nuestros hijos*, Gregorio Luri, (2018).

S'observa la necessitat de constants actualitzacions, tant en conceptes teòrics com en eines d'estudis, que corren el risc d'esdevenir obsolets, fruit del context en constant canvi en el qual es troben les TICs. En l'actualitat, gran part dels estudis se centren en la ciberaddicció o addicció a la Internet (Blacnio et al., 2019; McNicol i Thorsteinsson, 2017), deixant relegats a un segon terme els estudis que, com indicava Luri (2018), s'haurien de dirigir a la influència que exerceixen les TIC i per consegüent les xarxes socials en processos cognitius essencials com l'atenció; la qual esdevé l'eix central i objectiu d'estudi del present treball.

Però a diferència d'altres addiccions, la ciberaddicció no es focalitza en el consum o ingesta de drogues, sinó en les conductes potencialment addictives detectades per la interacció amb la internet i les diverses formes que n'adopta (Echeburúa, 1999). No obstant això, s'observen conductes similars a altres addiccions com la dependència a internet (Muñoz-Rivas, Navarro i Ortega, 2003) i un increment de la tolerància, la qual va acompanyada amb un increment en el temps que les persones passen connectades (Young, 1996). Aquest increment temporal pot tenir un impacte directe sobre l'estil de vida fora d'internet afectant la capacitat d'organització de les persones (Van Rooij, 2011).

Tot i la creença que les TIC són eines que afavoreixen la comunicació, s'ha observat el que autors com Castells (2001) denominen "individualisme en línia". Fent referència a aquelles persones que generen en internet les seves xarxes relacionals. Alhora, amb l'aparició d'aquest nou model social alguns autors destaquen l'aparició d'una co-identitat, la qual prolifera en un món virtual que atorga cert nivell d'anonimat i llibertat per construir una nova personalitat sense les limitacions del món real (Greenfield, 1999; Lerman, 1983).



Essent els joves les persones amb els quals s'associa amb les conductes addictives i les alteracions en la identitat presentades prèviament (Lerman, 1983; Young, 1996). Però a diferència de l'atribució de la doctora Kimberly Young (1996), que considerava que les conductes addictives s'associaven a personalitats més introvertides, apareixen diversos autors que consideren que el criteri adequat no és la timidesa sinó l'edat. Així doncs, es posa la mirada en els "nadius digitals", els quals han nascut a partir de l'any 1999 amb la presència d'internet i envoltats de tecnologia. També es té en compte aquella gent nascuda entre l'any 1995 i 1999, coneguts com a "immigrants digitals", els quals tot i no haver nascut en l'era digital han sigut presents en la revolució tecnològica i s'hi han adaptat (García et al., 2007; Prensky, 2010). Ambdós nadius i immigrants digitals, els quals conformen el gran gruix de la mostra universitària utilitzada en el present estudi, s'han vist molt atrets per les xarxes socials.

Les xarxes socials són formes de Web 2.0 en les quals els usuaris poden crear un perfil, establir connexions amb altres usuaris i visualitzar les connexions que han establert altres usuaris (Boyd i Ellison 2007). Permeten als usuaris estar en contacte amb les seves amistats o recuperar el contacte amb persones que no veuen sovint, conèixer a gent nova, lligar i entretenir-se, entre d'altres. Presentant-se, de formes molt variades, als altres usuaris que comparteixen l'espai virtual.

En el context espanyol, un usuari dedica de mitja una hora i cinquanta-un minuts a les xarxes socials, essent YouTube la plataforma més popular; seguit del servei de missatgeria WhatsApp, Facebook (més de 29 milions d'usuaris) i Instagram (més de 17 milions d'usuaris). Alhora, les apps de xarxes socials (92%) es posicionen en segon lloc quant al percentatge d'usos d'apps per a mòbils en usuaris d'entre 16 i 64 anys, darrere dels serveis de missatgeria (93%). Mentre que només el 78% dels usuaris han accedit a serveis d'entreteniment i un 48% han accedit a jocs mòbils (Napoleon Cat, 2020; We are Social i Hootsuite, 2020).

#### **1.4. L'ús excessiu de les noves tecnologies i la seva relació amb l'atenció**

Els inicis de la recerca sobre la influència de les TIC en els processos atencional, se sol situar al llarg de la dècada dels anys vuitanta. En aquesta dècada es varen realitzar els primers estudis que vinculaven les noves tecnologies i l'atenció, els quals es van focalitzar en l'exposició a la televisió. Se centraven a estudiar l'impacte que tenia l'exposició a la televisió en la infància i es buscaven relacions amb problemes atencional.

Així doncs, destaca l'estudi longitudinal realitzat per Landhuis i els seus col·laboradors (2007), on s'analitzava el temps d'exposició a la televisió d'una mostra nascuda en els anys 1972 i 1973, comparant-los amb els problemes atencional que detectaven els i les docents quan aquests tenien entre 13 i 15 anys. Els resultats obtinguts mostraven una relació significativa entre la mitjana de temps que miraven la televisió i l'existència de símptomes de problemes atencional en l'adolescència. En un estudi similar Swing i els seus col·laboradors (2010), avaluen l'exposició a la televisió i l'ús de videojocs com a factors de risc per a desenvolupar problemes atencional. En analitzar els resultats van trobar que l'exposició a la televisió i l'ús de videojocs, estaven relacionats amb el desenvolupament de problemes atencional en la infància. També van observar que els resultats obtinguts en la infància eren similars amb les dades en l'adolescència i en l'edat adulta.

No obstant això estudis com el realitzat per Ferguson (2011) posen de manifest que aquestes problemàtiques estan més associades amb trets de la personalitat, factors interns i la interacció amb la família o context pròxim. Alhora considera que l'exposició a les pantalles no és un element de predicció significatiu i posa èmfasis en la prevenció dels factors de risc, anteriorment mencionats. Afirmant que el rendiment acadèmic està associat al nivell socioeconòmic familiar i que no hi havia una relació significativa amb l'ús de videojocs o de la televisió.

Altres estudis enfocats en els videojocs, com l'estudi de Drummond i Sauer (2014), on s'analitzava l'impacte d'aquestes formes d'entreteniment en el rendiment acadèmic, també neguen l'existència de diferències significatives entre aquestes variables.

Així i tot, cal tenir en compte que aquest estudi només analitza el rendiment acadèmic de tres assignatures (matemàtiques, ciències i lectura), el qual pot estar influenciat per altres factors, essent poc representatiu per a l'estudi de l'atenció.

Però quan es parla d'estudiar la relació entre les TIC i l'atenció en l'actualitat, és esperable que es pensi en els telèfons mòbils i les xarxes socials, la qual cosa no és incorrecte. Els telèfons actuals de per si ja tenen mecanismes per atreure l'atenció, un exemple d'això són les notificacions que ens apareixen que poden anar seguits d'un soroll o simplement s'encén la pantalla. Així doncs, com s'ha analitzat amb anterioritat, s'activa el reflex d'orientació i es respon a aquell estímul nou que apareix.

Així doncs, sorgeixen diversos estudis en el context espanyol que es focalitzen en l'anàlisi de la prevalença de les conductes addictives fruit de l'ús de la internet i els mòbils, en població jove i adolescent.

Destaca l'estudi realitzat per Labrador i Villadangos (2010), en el qual s'avaluaven a 1.710 estudiants de la comunitat de Madrid d'entre dotze i disset anys, envers la percepció dels problemes de l'ús de les noves tecnologies i les conductes indicadores de possibles usos abusius d'aquestes. Els resultats obtinguts mostren que hi ha una major percepció de problemes derivats de l'ús de la televisió (10,2% en homes i dones), mentre que en l'anàlisi tenint en compte únicament el gènere femení s'observa una major percepció d'ús problemàtic en relació amb el telèfon mòbil (10,3% de les dones enquestades). En l'anàlisi dels resultats van obtenir una correlació positiva entre el temps que es dedicava a les noves tecnologies i la percepció de problemes d'addicció, la qual també correlacionava amb la variable de gènere. Els investigadors van observar també conductes similars amb altres tipus d'addiccions com l'ansietat generada per no poder utilitzar el mòbil o un sentiment d'alleugeriment en poder tornar a interactuar amb aquests dispositius. A més, indicaven que hi havia una tendència a revisar de forma constant la pantalla del telèfon.

Es van observar resultats similars en l'estudi d'Encinas i Gonzalez (2010), els quals van trobar puntuacions elevades en menors de 12 a 17 anys, que indicaven que consultaven el mòbil freqüentment, mostrant certs indicadors de dependència a aquests dispositius.

En aquests casos s'observen patrons de rutina de dependència, que podrien estar associats a un condicionament generat per les notificacions, les quals explicarien per què es revisa amb tanta freqüència el mòbil quasi de manera automàtica, tot i no haver-hi missatges o trucades noves.

Quant a la variable de gènere, també s'observen similituds entre l'estudi de Labrador i Villadangos (2010) i Carbonell et al. (2012), en el qual s'afirmava que tot i no haver-hi diferències significatives per aquesta variable en l'ús d'internet, s'observava un major ús problemàtic en població femenina en la mostra estudiada, la qual està composta per estudiants de secundària (n=1.557) i estudiants universitaris (n=322).

Això també és confirmat en l'estudi de Sánchez-Martínez i Otero (2009), en el qual s'identifica que un 26,1% de les dones d'entre 13 i 20 anys eren dependents del mòbil en comparació al 13% que se n'identifica del sexe masculí. En aquest estudi s'associa l'abús del telèfon amb l'abús d'altres substàncies addictives com el tabac i un elevat consum d'alcohol. Afegeixen que un 46,1% de la mostra mantenen el telèfon obert a classe i que s'observa que un 41,7% en fan un ús intensiu o abusi d'aquest dispositiu.

Catherine L'Écuyer (2018) planteja la idea que aquests dispositius són altament addictius, fruit del sistema de recompenses amb el qual l'usuari interactua. Alhora, planteja la idea que una exposició perllongada a les pantalles no és fruit d'una atenció sostinguda, sinó que exemplifica la fascinació que les noves tecnologies generen. Alguns autors inclús plantegen que un ús perllongat dels telèfons intel·ligents tenen una afectació en l'atenció (Marty-Dugas et al., 2018; Ito i Kawahara, 2017; Zheng et al., 2014).

En aquesta línia, Luri (2018) observava que les persones amb una estimulació atencional menor, realitzaven un pitjor ús de les TIC; fent referència que l'ús abusiu dels dispositius electrònics podria estar influenciat per les capacitats atencionals. Posant com a exemple la capacitat de retorn a la tasca quan la persona es distreu amb les TIC, en la qual associava una facilitat major en aquelles persones que presentaven més recursos atencionals.

Tot i l'existència d'estudis inicials que avaluen tant el fenomen de la ciberaddicció com també de l'atenció, s'observa una mancança a la literatura especialitzada i d'investigacions sobre els efectes de les noves tecnologies en l'atenció. Alhora, aquesta mancança es veu agreujada si es posa el focus en els estudis d'impacte que poden tenir les xarxes socials. Donada la gran penetració de les xarxes socials en l'actualitat en la població adolescent i jove (13 a 24 anys), els quals representen el 15,01% d'usuaris a Facebook (4,4 milions) i el 22,99% d'usuaris a Instagram (3,99 milions), resulta sorprenent la falta d'estudis en els quals s'avaluï els seus efectes sobre els processos cognitius bàsics de l'usuari com pot ser l'atenció. Essent el present estudi una bona contribució a la literatura existent.

A això se li ha de sumar el fet que la població d'usuaris joves no són una comunitat estable en una xarxa social. Com s'ha pogut observar en els últims anys, una onada d'usuaris majoritàriament adolescents i joves ha anat canviant de xarxa social de referència. Aquest fenomen, que es va observar en el canvi de Facebook a Instagram, pot estar associat a un increment de la presència d'usuaris amb edats més grans que amenaçava la "privacitat" d'una comunitat d'usuaris més joves. Aquest canvi pot relacionar-se amb la davallada que ha sofert Facebook (-4.5% o aproximadament un milió d'usuaris) quan s'analitzen la quantitat de persones a les quals poden arribar les empreses que s'hi anuncien en aquesta xarxa social, mentre que Instagram obté un increment del 2.6% (We are Social i Hootsuite, 2020). Essent així un indicador més fiable l'afirmació realitzada per Sahin (2018), la qual assenyala que hi ha un nombre elevat d'usuaris adolescents i joves en les xarxes socials.

Tanmateix, cal mencionar que la valoració del moviment d'usuaris de Facebook a Instagram és fruit de l'observació com a participant en aquest canvi de xarxa social preferent; fenomen que no s'entén millor si s'analitzen les possibilitats que oferien ambdues xarxes socials, ja que tenen un funcionament molt similar, inclús en l'actualitat.

Per concloure, és interessant recuperar la idea que es plantejava amb anterioritat en aquest treball de Luri (2018), en la qual es mencionava que no es podia seguir el ritme dels avenços tecnològics, fent referència a l'anàlisi de les implicacions que comporten. Així doncs, la falta d'estudis que analitzin la influència de les TIC en l'atenció, esdevé un problema més enllà de les conseqüències en el rendiment acadèmic; ja que com podem observar en una nota de premsa que presenta la Direcció General de Tràfic (2018) el 33% dels accidents mortals són a causa de distraccions, essent la principal causa de morts en les carreteres.

Aquestes dades s'associen amb l'ús del telèfon mòbil, el qual incrementa entre 3 i 4 vegades més el risc de col·lisió. Alhora s'estableix la correlació entre el mòbil i les distraccions, en la qual la DGT (2018) afirma que "després d'un minut i mig parlant per telèfon (inclús amb mans lliures) el conductor no percep el 40% dels senyals de trànsit (...) un ús inadequat del mòbil pot arribar a ser equiparable a la conducció amb excés d'alcohol". També, es fa menció al projecte ESRA o "Encuesta sobre Actitudes de los Usuarios de la Via" de Meesmann et al. (2018), on s'observa que el 56% dels conductors espanyols enquestats han parlat per telèfon amb els mans lliures mentre conduïen, un 35% amb el mòbil a la mà, un 36% han llegit un missatge de text i un 26% han enviat missatges mentre conduïen; essent el servei de missatgeria WhatsApp el més comú. Així doncs, s'observa com les TIC poden tenir un impacte significatiu en l'atenció, podent arribar a posar en perill la integritat física dels seus usuaris.

Amb això no es pretén aportar una visió negativa de les Tecnologies de la Informació i Comunicació, sinó destacar la necessitat de fer un bon ús d'aquestes eines i conscienciar al lector envers la importància d'estudis com el del present treball; ja sigui per a un millor coneixement de l'impacte dels dispositius electrònics sobre processos cognitius bàsics com l'atenció o bé per establir correlacions amb futures investigacions en relació amb el creixent nombre d'usuaris joves en les xarxes socials.

## **2. Part pràctica**

### **2.1. Metodologia**

#### **2.1.1. Preguntes de recerca**

La pregunta de recerca que ha guiat el treball ha estat la següent: Quin és l'ús que els estudiants universitaris fan de les xarxes socials i quina és la relació d'aquest ús amb els processos atencionals?

Així doncs, seguint la recerca i tenint en compte la literatura bibliogràfica d'autors i autores que han abordat temàtiques similars a les del present estudi, podem establir diferents hipòtesis:

- **H1:** La xarxa social més utilitzada pels estudiants universitaris és Instagram, en la qual el tipus de publicacions predominants són les fotografies.
- **H2:** El perfil d'estudiant associat amb l'ús excessiu de les xarxes socials s'associa amb el gènere femení.
- **H3:** El perfil d'estudiant associat amb l'ús excessiu de les xarxes socials s'associa amb edats joves.
- **H4:** L'ús excessiu de les xarxes socials es relaciona amb una "pitjor" atenció.



### **2.1.2. Objectiu general i específics**

L'objectiu general de l'estudi és caracteritzar l'ús de les xarxes socials i el seu efecte en els processos atencionals, en població universitària. En concret, s'avalua l'impacte que tenen aquestes formes de Web 2.0 en la vigilància, l'atenció selectiva i l'atenció sostinguda.

Arran d'aquest objectiu general, sorgeixen objectius de recerca més específics:

- Caracteritzar quin és l'ús que en fan els estudiants universitaris de les xarxes socials.
- Analitzar si existeixen diferències en relació amb l'ús de les xarxes socials en funció de l'edat i el gènere.
- Estudiar quina és la relació entre l'ús excessiu de les xarxes socials i els processos atencionals dels estudiants universitaris.

### **2.1.3. Tipus de disseny**

El tipus de disseny d'aquest estudi és per enquesta, essent l'ús d'una bateria de qüestionaris l'eina emprada. Segueix una metodologia no experimental i de caràcter quantitatiu, ja que no es manipulen les variables d'estudi, sinó que s'intenta estudiar la relació entre l'atenció i l'ús que se'n fa de les Tecnologies de la Informació i Comunicació. En particular, es pretén analitzar la influència d'aquestes tecnologies, més específicament les xarxes socials, sobre l'atenció en la població universitària en un context temporal concret. Per aquests motius podem caracteritzar aquest treball com un estudi de disseny no experimental i transversal.

#### **2.1.4. Mostra**

La mostra està composta per estudiants de diferents universitats de Catalunya (UVIC, UPC, UAB, UB, Blanquerna i IQS). En el present estudi han participat 89 estudiants, dels quals el 71.9% (n=64) s'identifiquen amb el gènere femení i el 28.1% (n=25) amb el gènere masculí. Cap dels participants, va seleccionar l'opció "altres" com a gènere amb el qual s'identifica. L'edat mitjana de la mostra va ser de 23.12 anys (dt = 3.97), amb una edat mínima de 17 anys i una edat màxima de 52 anys.

#### **2.1.5. Aspectes ètics**

Les dades d'aquesta mostra van ser recollides tenint en compte els aspectes ètics i la confidencialitat de les dades proporcionades pels participants seguint la Llei orgànica 15/1999 de desembre de Protecció de Dades de Caràcter Personal.

Per tal de poder analitzar les dades personals dels participants es va redactar un consentiment informat (vegeu annex 1), adaptat al format digital del qüestionari, en el qual s'explicaven els objectius de la recerca i els drets que els emparaven. Seguidament, es presentava als participants una pregunta en la qual voluntàriament podien acceptar o rebutjar participar en el present estudi.

### **2.1.6. Instruments de recollida de dades**

En el present estudi es va utilitzar un disseny no experimental, per enquesta, en la qual la tècnica de recollida de dades es va fonamentar en una bateria de qüestionaris en línia (vegeu annexos 2, 3 i 4). A continuació es descriuen breument els tres qüestionaris:

#### Rating Scale of Behaviour Attentional de Ponsford i Kinsella (1991)

Aquesta escala pretén avaluar les capacitats atencionals dels participants, mitjançant 14 ítems en forma de pregunta associades a un comportament. Els participants han de seleccionar d'un rang de resposta tipus Likert de 0 (en absolut) a 4 (sempre), responent a la freqüència dels comportaments que es descriuen recentment. La puntuació total, per tant, pot tenir com a valor mínim un 0 i com a màxim una puntuació de 56 punts. Es considera que a partir d'una puntuació total de 28 punts, la persona presenta dificultats atencionals. El qüestionari es divideix en tres subescales on s'avalua: la vigilància o com s'ha descrit anteriorment arousal (ítems 1, 6 i 7), l'atenció selectiva (ítems 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11 i 12) i l'atenció sostinguda (ítems 2, 13 i 14).

#### Qüestionari sobre l'ús de les xarxes socials

El propòsit d'aquest qüestionari, dissenyat per a la finalitat del present treball, és l'estudi de variables que no es consideren amb altres eines validades. Per tal de caracteritzar l'ús que en fan, els estudiants universitaris, de les xarxes socials. Així doncs, mitjançant 11 ítems, podíem estudiar diferents variables d'interès; amb preguntes de resposta oberta, d'opció múltiple i de valoració amb una escala de Likert amb puntuacions d'1 (gens d'acord) a 5 (totalment d'acord). Permetent-nos explorar les xarxes socials més utilitzades pels estudiants universitaris, l'ús que en fan, el temps que hi dediquen, el nombre de seguidors que tenen, el tipus de publicacions que realitzen i la valoració subjectiva de la interacció amb les xarxes socials.

Social Media Addiction Scale de Sahin (2018), traducció de Valencia i Castaño (2019).

Aquest qüestionari mesura el nivell d'addicció a les xarxes socials, mitjançant 28 ítems, formulats com a afirmacions. Els participants han de seleccionar la resposta amb la qual més se senten identificats en una escala de tipus Likert de cinc nivells on 1 correspon a "fortament en desacord" i 5 corresponen a "fortament d'acord". Està format per quatre subescales que corresponen a problemes (ítems 11, 15, 16, 18, 20, 22 i 23), satisfacció (ítems 5, 6, 7, 8, 9, 10 i 13), obsessió per estar informat (ítems 17, 19, 24, 25, 26, 27 i 28) i necessitat/obsessió per estar connectat (ítems 1, 2, 3 i 12). Permetent-nos avaluar si existeixen casos d'addiccions a les xarxes socials en població d'estudiants universitaris.

### **2.1.7. Procediment**

La recollida de dades es va realitzar per mitjà de la passació d'uns qüestionaris, que van haver de ser adaptats per una auto-administració en línia. Per tal de poder-ho dur a terme es va emprar l'eina Google Forms, la qual està inclosa en l'eina Google Drive i permet transformar els qüestionaris de format analògic a un format digital. Un cop elaborat el format de la bateria de qüestionaris en línia, des de la mateixa eina s'obté un enllaç o codi URL que va ser distribuït a estudiants de diverses universitats de Catalunya; obtenint una mostra formada per estudiants de la Universitat de Vic, Universitat de Barcelona, Universitat Autònoma de Barcelona, Universitat Politècnica de Catalunya, Blanquerna-Universitat Ramon Llull i l'Institut Químic de Sarrià.

En accedir a la bateria de qüestionaris mitjançant el codi URL o l'enllaç, els estudiants eren presentats amb el consentiment informat, el qual s'ha presentat anteriorment en el present treball. Seguidament, només si acceptaven el consentiment informat, podien procedir a respondre la bateria formada per tres qüestionaris. El temps per a completar-los va ser d'aproximadament d'entre 10 i 15 minuts.

Finalment, un cop obtingudes les dades es van transferir els resultats del Google Forms a una base de dades generades amb el programa IBM SPSS Statistics versió 26, mitjançant el qual posteriorment es van analitzar els resultats.

## 2.2. Resultats

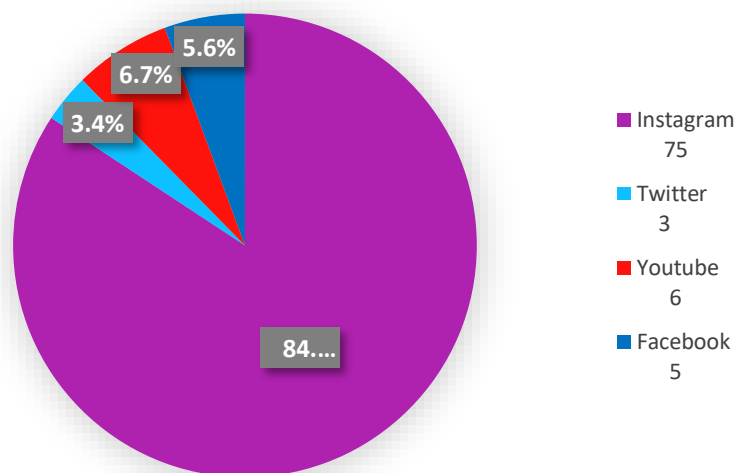
### 2.2.1. Xarxes Socials

#### 2.2.1.1. Caracterització de l'ús de les xarxes socials

En aquest apartat s'analitzaran els resultats obtinguts en el *Qüestionari sobre l'ús de les xarxes socials*, per tal d'avaluar com interaccionen els estudiants universitaris amb les xarxes socials.

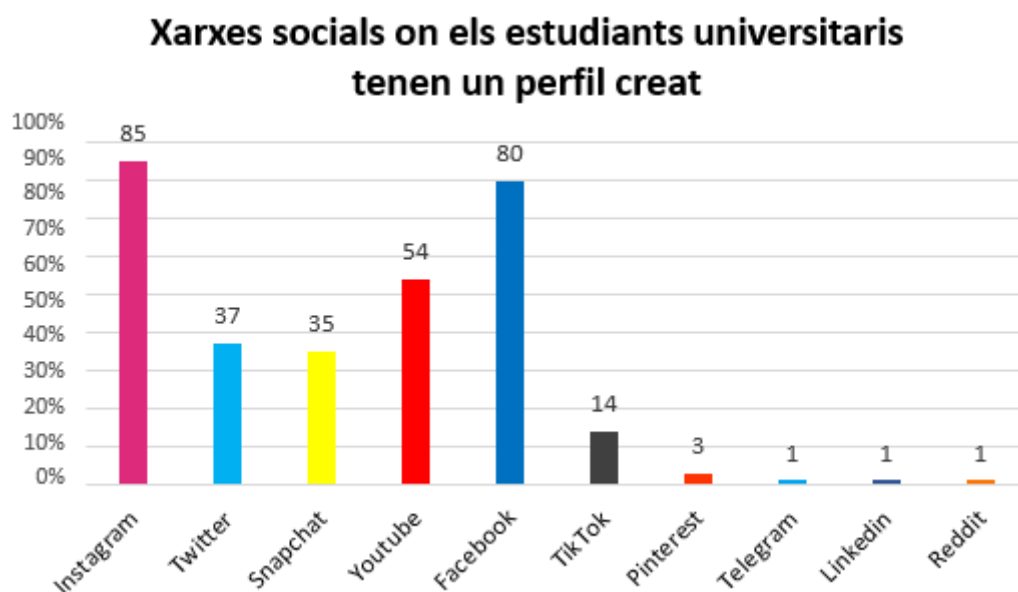
En relació amb la xarxa social de referència, s'observa que Instagram amb un 84.3% (n=75) esdevé la més utilitzada pels estudiants universitaris, seguida de YouTube amb un 6.7% (n=6), Facebook amb un 5.6% (n=5) i Twitter amb un 3.4% (n=3) del total de la mostra (vegeu figura 1).

#### Xarxes socials que més utilitzen els estudiants universitaris



**Figura 1:** Xarxa social més utilitzada pels estudiants universitaris

En relació amb la xarxa social que presenta un nombre major de perfils creats pels estudiants universitaris, s'ha trobat que de mitjana tenen 3.49 perfils creats amb un mínim d'1 perfil i un màxim de 6 perfils, essent 4 perfils creats la moda. Destaca Instagram en el qual un 95.5% (n=85) dels estudiants tenen un perfil creat, seguit de Facebook amb un 89.9% (n=80), YouTube amb un 60.7% (n=54), Twitter amb un % (n=37), Snapchat amb un 39.3% (n=35), TikTok amb un 15.7% (n=14), Pinterest amb un 3.4% (n=3), Telegram amb un 1.1% (n=1), LinkedIn amb un 1.1% (n=1) i Reddit amb un 1.1% (n=1) (vegeu figura 2).



**Figura 2:** Nombre i percentatge de perfils creats pels estudiants universitaris a les xarxes socials.

Respecte al nombre d'amistats o seguidors que tenen els estudiants universitaris en les xarxes socials (N=86), s'ha trobat una mitjana de 664.62 seguidors, essent 0 el nombre mínim de seguidors (corresponents a YouTube) i 3300 el màxim.

En relació amb l'ús i com interaccionen els estudiants universitaris amb les xarxes socials, s'observa que l'ús més freqüent que se'n fa és per estar en contacte amb els amics. Destaca també, tot i no ser una opció definida dins el format del qüestionari (vegeu annex 3), el nombre de participants (n=12) que afirmen utilitzar les xarxes socials per entretenir-se o distreure's (vegeu taula 1).

Ús de les xarxes socials	Freqüència (%)	N
Per estar en contacte amb els meus amics	76 (85.4%)	88
Per conèixer gent	23 (25.8%)	88
Per contactar amb gent que fa temps que no veig	42 (47.2%)	88
Per lligar	12 (13.5%)	88
Per entretenir-se o distreure's	12 (13.5%)	88
Informar-se	14 (15.7%)	88
Comprar	1 (1.1%)	88

**Taula 1:** Freqüència en relació amb cada un dels usos de les xarxes socials

En relació amb el tipus de publicacions que es realitzen, s'observa que els estudiants universitaris publiquen habitualment fotografies. Mentre que un 5.6% (n=5) no realitzen publicacions des de fa més d'un any (vegeu taula 2).

Tipus de publicacions	Freqüència (%)	N
Estats d'ànim	18 (20.2%)	87
Música	38 (42.7%)	87
Fotografies	74 (83.1%)	87
Reflexions	38 (42.7%)	87
Notícies	18 (20.2%)	87
Humor	2 (2.2%)	87
No en fa	5 (5.6%)	87

**Taula 2:** Freqüència en relació amb cada un dels usos de les xarxes socials



En relació amb el temps d'ús que els estudiants universitaris fan de les xarxes socials, que un alt percentatge (79.8%) utilitzen les xarxes socials més d'una hora cada dia, mentre que no hi ha estudiants que les utilitzin un cop per setmana (vegeu taula 3).

Ús de les xarxes socials (temps)	Freqüència (%)
Utilitza les xarxes socials més d'una hora cada dia	71 (79.8%)
Utilitza les xarxes socials menys d'una hora diària	16 (18%)
Utilitza les xarxes socials alguns dies	2 (2.2%)
Utilitza les xarxes socials un cop a la setmana	0 (0%)

**Taula 3:** Freqüència en relació amb el temps d'ús de les xarxes socials

Alhora, s'ha trobat que la mitjana de temps que dediquen els estudiants universitaris a les xarxes socials és de 142.49 minuts diaris, amb un mínim de 5 minuts i un màxim de 420 minuts (7 hores) diàries dedicades a l'ús de les xarxes socials. La mediana és de 120 minuts que indica que un 50% dels estudiants universitaris dediquen 2 hores o més a les xarxes socials, essent un alt percentatge d'estudiants els quals realitzen un ús excessiu de les xarxes socials.

En relació amb l'ansietat que pot generar no poder revisar durant un dia les xarxes socials, s'ha trobat que un 9% (n=8) dels estudiants universitaris ha experimentat certs nivells d'ansietat, un 65.2% (n=58) indica que no ha sentit ansietat i un 25.8% (n=23) assenyala que en alguna ocasió ha pogut experimentar ansietat al no poder revisar les xarxes socials (vegeu taula 4). S'observa doncs, que un baix percentatge d'estudiants senten ansietat al no poder revisar durant un dia les xarxes socials que pot indicar que no hi ha una forta dependència a les xarxes socials.

Han experimentat ansietat	Freqüència (%)
Sí	8 (9%)
No	58 (65.2%)
A vegades	23 (25.8%)

**Taula 4:** Ansietat a l'estar un dia sense revisar les xarxes socials

En relació amb la importància que se li atorga als “m’agrada” o “likes”, mesurada amb una escala de Likert, s’observa que un baix percentatge el 11.3% (n=10) dels estudiants universitaris que estan d’acord (puntuacions de 4 i 5) en què el nombre de “likes” són importants (vegeu taula 5).

Puntuació a l’escala de Likert	Freqüència (%)
1	28 (31.5%)
2	25 (28.1%)
3	26 (29.2%)
4	7 (7.9%)
5	3 (3.4%)

**Taula 5:** Valoració dels estudiants universitaris de la importància dels “m’agrada”

Però a diferència de l’ítem anterior s’observa un percentatge notablement més elevat 42.7% (n=38) envers el nivell d’acord (puntuacions de 4 i 5) amb el reconfortament que senten en obtenir una publicació que té èxit entre els seus seguidors (vegeu taula 6).

Puntuació a l’escala de Likert	Freqüència (%)
1	14 (15.7%)
2	12 (13.5%)
3	25 (28.1%)
4	30 (33.7%)
5	8 (9%)

**Taula 6:** Valoració dels estudiants universitaris envers el reconfortament en tenir una publicació que té èxit

Finalment, s'ha trobat que un elevat percentatge 59.6% (n=53) dels estudiants universitaris, han sentit culpabilitat (puntuacions de 4 i 5) per haver perdut el temps connectat a les xarxes socials quan tenien una altra responsabilitat pendent (vegeu taula 7).

Puntuació a l'escala de Likert	Freqüència (%)
1	6 (6.7%)
2	12 (13.5%)
3	18 (20.2%)
4	25 (28.1%)
5	28 (31.5%)

**Taula 7:** Valoració dels estudiants universitaris envers la culpabilitat d'haver perdut el temps en les xarxes socials

#### 2.2.1.2. Ús i abús de les xarxes socials

En aquest apartat s'analitzaran els resultats obtinguts en el qüestionari *SMAS*, també conegut com a *Social Media Addiction Scale* de Sahin (2018), traduït al castellà per Valencia i Castaño (2019), amb la finalitat d'analitzar si existeixen casos d'ús excessiu de les xarxes socials en població universitària, en funció del gènere i l'edat. Cal recordar que aquesta escala està formada per 4 subescales: problemes, satisfacció, obsessió per estar informat i necessitat/obsessió per estar connectat.

En primer lloc, pel que fa a les puntuacions del *Social Media Addiction Scale*, cal destacar que s'obté una puntuació mitjana de 51.08 (dt=13.479) amb una puntuació mínima de 29 i una màxima de 104.

A continuació es poden consultar els resultats obtinguts per a les diferents subescales, com també per a la puntuació total (vegeu taula 8).

Subescales	Mitjana	Desviació típica (dt)	Mínim	Màxim
Subescala de problemes	13.08	4.732	8	32
Subescala de satisfacció	10.76	4.073	7	28
Subescala d'obsessió per estar informat	17.20	4.654	7	28
Subescala de necessitat-obsessió per estar connectat	9.89	3.171	4	17
Puntuació Total	51.08	13.479	29	104

**Taula 8:** Mitjana, desviació típica, mínim i màxim, de les subescales i puntuació total del SMAS

En segon lloc i per tal de valorar si hi havia diferències significatives en les puntuacions de les subescales i puntuació total del SMAS, en funció del gènere, es va utilitzar una prova t de Student per a mostres independents. No s'observen diferències significatives ( $F=0.719$ ,  $p=0.874$ ) en el SMAS de Sahin (2018), com es pot observar en la taula 9, en funció del gènere. Essent la mitjana de la puntuació total 20.50 en el cas de les dones ( $dt=9.522$ ) i 20.52 en el cas dels homes ( $dt=8.917$ ).

Subescales	F	p
Subescala de problemes	1.226	0.806
Subescala de satisfacció	5.202	0.282
Subescala d'obsessió per estar informat	0.208	0.312
Subescala de necessitat/obsessió per estar connectat	0.121	0.203
Puntuació Total	0.719	0.874

**Taula 9:** Resultats de la t Student per a mostres independents entre les puntuacions del SMAS en funció del gènere

Finalment, per a la valoració de l'ús excessiu de les xarxes socials en funció de l'edat es va realitzar una correlació bivariada de Pearson. S'observa una tendència que indica que els participants amb una edat major realitzen un ús més abusiu, a excepció de la subescala que mesura l'obsessió per estar informat, la qual obté una correlació negativa ( $r=-0.055$ ,  $p=0.61$ ) que indicaria que la població universitària més jove té un interès major per estar informat.

Així i tot, com es pot observar en la taula 10, aquestes correlacions entre les puntuacions del SMAS i l'edat dels participants no són significatives ( $r=0.035$ ,  $p=0.747$ ).

Subescales	r	p	N
Subescala de problemes	0.109	0.312	88
Subescala de satisfacció	0.023	0.831	88
Subescala d'obsessió per estar informat	0.008	0.937	88
Subescala de necessitat/obsessió per estar connectat	-0.055	0.610	88
Puntuació Total	0.035	0.747	88

**Taula 10:** Resultats de la correlació bivariada de Pearson per a les puntuacions del SMAS en funció de l'edat.

### 2.2.2. L'atenció i la seva relació amb l'ús de les xarxes socials

En aquest apartat s'analitzen els resultats obtinguts de les capacitats atencional dels participants en l'estudi, mitjançant el qüestionari *RSBA* o *Rating Scale of Behaviour Attentional* de Ponsford i Kinsella (1991), el qual es divideix en tres subescales: vigilància, atenció selectiva i atenció sostinguda. Alhora s'analitza els resultats corresponent a un dels objectius específics de recerca del present estudi, és a dir, les relacions que s'estableixen entre l'ús abusiu de les xarxes socials i l'atenció dels participants.

Així doncs, en relació a les puntuacions obtingudes en el RSBA s'observa una puntuació total mitjana de 20.51 (dt=9.306) amb una puntuació mínima de 0 i una màxima de 43. A continuació (taula 11) es poden apreciar els estadístics descriptius per a les sub-escales i la puntuació total del RSBA.

Subescales	Mitjana	Desviació típica (dt)	Mínim	Màxim
Subescala de vigilància	3.89	2.582	0	11
Subescala d'atenció selectiva	11.99	5.487	0	24
Subescala d'atenció sostinguda	4.63	2.362	0	10
Puntuació Total	20.51	9.306	0	43

**Taula 11:** Mitjana, desviació típica, mínim i màxim, de les subescales i puntuació total del RSBA.

Cal recordar que en el *RSBA* s'estableix que una puntuació total superior a 28, esdevé un indicador de dificultats atencionals. Així doncs, s'observa que un 21.3% (n=19) dels participants presenten dificultats atencionals, mentre que el 78.7% (n=80) de la mostra presenten puntuacions totals inferiors o iguals a 28 (vegeu taula 12).

Dificultats atencionals	Freqüència (n)	Percentatge acumulat
Presenten dificultats atencionals	19	21.3
No presenten dificultats atencionals	80	78.7

**Taula 12:** Freqüència i percentatge acumulat de les dificultats atencionals detectades en el qüestionari RSBA.

Per tal de valorar si els processos atencionalmentals estan associades a un ús excessiu de les xarxes socials, es va realitzar una correlació bivariada de Pearson, on les variables d'estudi eren les puntuacions de les subescales obtingudes en els qüestionaris *RSBA* i *SMAS*, així com les puntuacions totals (vegeu taula 13).

Subescales	Subescala de vigilància	Subescala d'atenció selectiva	Subescala d'atenció sostinguda	Puntuació Total (RSBA)
Subescala de problemes	r=0.323** p=0.002 N=88	r=0.333** p=0.002 N=88	r=0.343** p=0.001 N=88	r=0.373** p<0.001 N=88
Subescala de satisfacció	r=0.243* p=0.022 N=89	r=0.281** p=0.008 N=89	r=0.190 p=0.740 N=89	r=0.281** p=0.008 N=89
Subescala de necessitat-obsessió per estar connectat	r=0.125 p=0.244 N=89	r=0.268* p=0.011 N=89	r=0.193 p=0.070 N=89	r=0.241* p=0.023 N=89
Subescala d'obsessió per estar informat	r=0.182 p=0.087 N=89	r=0.179 p=0.093 N=89	r=0.226* p=0.33 N=89	r=0.214* p=0.045 N=89
Puntuació Total (SMAS)	r=0.269* p=0.011 N=88	r=0.321** p=0.002 N=88	r=0.300** p=0.005 N=88	r=0.340** p=0.001 N=88

**Taula 13:** Resultats de la correlació bivariada de Pearson per a les puntuacions del RSBA en funció dels resultats obtinguts en el SMAS

Els resultats obtinguts mostren, en primer lloc, una correlació positiva significativa entre les puntuacions totals que s'obtenen del *Social Media Addiction Scale* i *Rating Scale of Behaviour Attentional* ( $r=0.340$ ,  $p=0.001$ ). La interpretació d'aquests resultats indica que a major ús i abús de les xarxes socials, s'observa un increment en les dificultats atencionalmentals i en conseqüència els participants presenten pitjors capacitats atencionalmentals.

Alhora, ambdues puntuacions totals estableixen correlacions positives significatives amb la totalitat de subescales, com es pot veure en la taula 13. Això ens permet afirmar, juntament amb la interpretació presentada prèviament, que els estudiants universitaris que presenten uns pitjors resultats associats a l'atenció, realitzen un ús més abusiu de les xarxes socials.

En segon lloc, s'observa que la subescala de problemes del *SMAS* també estableix correlacions positives significatives amb les subescales de vigilància ( $r=0.323$ ,  $p=0.002$ ), atenció selectiva ( $r=0.333$ ,  $p=0.002$ ), i atenció sostinguda ( $r=0.343$ ,  $p=0.001$ ); la qual indicaria que aquells participants amb un ús més problemàtic de les xarxes socials, presenten dificultats atencionals en relació amb el tipus d'atenció que avaluen les subescales del *RSBA*.

Finalment, s'observa que les subescales de satisfacció i d'obsessió per estar informat de l'escala de Sahin (*SMAS*) presenten correlacions positives significatives amb les subescales de vigilància i atenció selectiva del *RSBA*. Cal clarificar, que les correlacions que s'estableix amb la subescala d'obsessió per estar informat de l'escala, només poden ser concebudes com a significatives per a un nivell de significació del 10% a diferència del criteri del 5% emprat per analitzar les correlacions prèviament presentades. Per últim destacar que la necessitat o obsessió per estar connectat té influència en relació amb les dificultats que presenten alguns participants envers l'atenció selectiva (per a un nivell de significació del 5%) i sostinguda (per a un nivell de significació del 10%).

En conclusió, s'observa que a un major ús de les xarxes socials, pitjor és l'atenció i, en particular, l'atenció sostinguda, l'atenció selectiva i la vigilància.



### 2.3. Discussió

L'objectiu general del present estudi és caracteritzar l'ús de les xarxes socials i el seu efecte en els processos atencional, en població universitària. Arran d'aquest objectiu general, es van elaborar uns objectius específics i unes hipòtesis de recerca, els quals es prenen com a referència per estructurar la discussió; mitjançant una anàlisi comparatiu amb els resultats obtinguts en població universitària i les aportacions dels autors que han fonamentat el marc teòric del present treball. Essent la finalitat del present apartat és la de donar resposta a la pregunta de recerca.

En relació amb el primer objectiu específic, caracteritzar quin és l'ús que en fan els estudiants universitaris de les xarxes socials, s'hipotetitzava, en primer lloc, que la xarxa social més utilitzada pels estudiants universitaris era Instagram. En el marc teòric s'exposava l'observació d'un canvi de xarxa social preferent, de Facebook a Instagram, donada per un augment de la presència digital d'usuaris d'edats més grans i amb una forma d'interacció diferenciada a l'associada dels estudiants universitaris. Aquesta hipòtesi es confirma en els resultats, els quals indiquen en un molt alt percentatge que Instagram és la xarxa social més utilitzada pels estudiants universitaris.

Rebutjant les afirmacions de We are Social i Hootsuite (2020), que indicaven que YouTube era la xarxa social més utilitzada en el context espanyol. No obstant això cal tenir en compte que la plataforma de YouTube no requereix la creació d'un perfil per accedir al contingut multimèdia essent la tercera Web 2.0, en funció del nombre d'estudiants que hi tenen un perfil creat. Un altre factor a tenir en compte és que no poden veure les connexions que han establert altres usuaris que com afirmaven Boyd i Ellison (2007) és un dels criteris per definir a una xarxa social. Així doncs, es posa en dubte la consideració de YouTube com a una xarxa social, la qual cosa ha pogut influenciar els resultats obtinguts de la mostra estudiada.

En aquesta línia sorprèn que Instagram, tot i ser la més utilitzada, també obté la primera posició quant a perfils creats pels estudiants universitaris, ja que com postulava Napoleon Cat (2020) hi havia un nombre significativament superior de perfils d'usuaris a Facebook. Aquestes dades poden estar influenciades pels avantatges que s'associen amb el fet de tenir un perfil a Facebook, ja que permet en diverses aplicacions per a mòbil i ordinador accedir-hi sense la necessitat de crear un perfil nou, sense el risc de perdre la informació digital un cop desinstal·lada l'app.

En relació amb l'ús que els estudiants universitaris fan de les xarxes socials, s'observa que majoritàriament utilitzen aquestes eines per estar en contacte amb els amics que entra en conflicte amb la percepció de Castells (2001) envers "l'individualisme en línia". Indicant que les xarxes són eines que afavoreixen la comunicació, en contraposició a la percepció negativa que presenta l'autor del present treball en el marc teòric.

Les fotografies són el tipus de publicació més comú entre els estudiants universitaris que confirma la segona part de la primera hipòtesi (el tipus de publicacions predominants són les fotografies). Això adquireix sentit tenint en compte que Instagram és la xarxa social més utilitzada i no disposa d'un espai digital específic on els usuaris puguin exposar lliurement els seus pensaments, com és el cas de Facebook o Twitter.

Amb relació al temps, s'ha trobat que la gran majoria dels estudiants universitaris utilitzen les xarxes socials més d'una hora al dia i inclús superen la mitjana de temps en població espanyola plantejada per We are Social i Hootsuite (2020). Alhora, s'observa que la meitat de la mostra està connectada dues hores o més a les xarxes socials, essent aquest un ús excessiu.

En relació amb l'ús abusiu Van Rooij (2011) afirmava que podia tenir una afectació en la capacitat d'organització de les persones fora d'internet, la qual es confirma tenint en compte el sentiment de culpa que experimenten els estudiants universitaris per haver perdut el temps a les xarxes socials quan tenien altres responsabilitats.

Així i tot, no s'observa indicadors de dependència perquè la majoria d'estudiants universitaris no pateixen ansietat al no poder revisar les xarxes socials i per l'aparent falta d'importància que atorguen els estudiants als "m'agrada" o "likes". Així doncs, no s'observa una relació en el present estudi amb les afirmacions de Muñoz-Rivas, Navarro i Ortega (2003) i Young (1996) en relació amb la dependència a Internet.

Cal clarificar l'ús de la paraula aparent, ja que un elevat percentatge d'estudiants universitaris se senten reconfortats quan una publicació té èxit entre els seus seguidors; la qual podria indicar que hi ha un possible biaix en les dades obtingudes donat el grau de desitjabilitat social dels participants en l'estudi.

En relació amb el segon objectiu específic, analitzar si existeixen diferències en relació amb l'ús de les xarxes socials en funció de l'edat i el gènere, es realitzen dues hipòtesis en el present treball.

En primer lloc s'estableix que el perfil d'estudiant associat amb l'ús excessiu de les xarxes socials s'associa amb el gènere femení. Aquesta hipòtesi es fonamenta en els estudis de Carbonell et al. (2012), Labrador i Villadangos (2010) i Sánchez-Martínez i Otero (2009), en els quals tot i no trobar diferències significatives sí que es detectava una tendència d'ús més problemàtic associat als dispositius mòbils per part del gènere femení. En el present estudi tampoc s'observen diferències significatives per a la variable de gènere, però no es relaciona amb els estudis presentats prèviament, ja que quasi no s'observaven diferències entre les puntuacions mitjanes d'ús excessiu de les xarxes socials entre homes i dones en població universitària. Cal tenir en compte que no s'estan utilitzant les mateixes variables d'estudi essent el present estudi focalitzat en les xarxes socials i no en els dispositius mòbils. No obstant això, aquesta diferenciació podria indicar que l'ús dels telèfons pot generar conductes indicadores d'addicció majors en el gènere femení que l'ús excessiu de les xarxes socials. Però, cal recordar que no s'han obtingut puntuacions significatives en cap dels estudis que fonamenten o estudien aquesta hipòtesi, essent així només una observació de l'autor del present treball.

En segon lloc s'estableix que el perfil d'estudiant associat amb l'ús excessiu de les xarxes socials s'associa amb edats més joves. En el present estudi no s'obtenen resultats significatius que recolzin aquesta hipòtesi, per tant, s'observa una relació amb l'estudi de Swing et al. (2010) que afirmava que la relació entre l'exposició a les pantalles i el desenvolupament de problemes atencionals en la infància presentaven dades similars en l'adolescència i en l'edat adulta.

En relació amb el tercer i últim objectiu específic, estudiar quina és la relació entre l'ús excessiu de les xarxes socials i els processos atencionals dels estudiants universitaris, s'obtenen resultats d'una correlació positiva significativa. Això indica que a major ús i abús de les xarxes socials dels estudiants universitaris, s'observa un increment en les dificultats atencionals i en conseqüència els participants presenten pitjors capacitats atencionals. Confirmant la quarta hipòtesi, l'ús excessiu de les xarxes socials es relacionen amb una pitjor atenció, en concret amb l'atenció selectiva, l'atenció sostinguda i la vigilància.

Establint una correlació que confirma els resultats obtinguts en els estudis de Landhuis et al. (2007) i Swing et al. (2010), encara que s'ha de tenir en consideració que no presenten les mateixes variables d'estudi. Alhora, es reafirmen en aquells estudiants universitaris que han fet un ús perllongat dels telèfons intel·ligents, és a dir, els "nadius digitals" (Prensky, 2010) les valoracions realitzades per Marty-Dugas et al. (2018), Ito i Kawahara (2017) i Zheng et al. (2014). També es podria reafirmar l'observació que fa Luri (2018) en la qual es planteja que les persones que han rebut una estimulació atencional menor realitzen un pitjor ús de les TIC, ja que les puntuacions totals que s'obtenen mostren una correlació significativa amb la totalitat de les subescales avaluades. Així i tot, cal mencionar que aquesta última correlació només és vàlida, envers els resultats del present estudi, quan les tecnologies de la informació i comunicació són emprades per accedir a les xarxes socials.

## 2.4. Conclusions

El present estudi s'ha focalitzat en donar resposta a la pregunta d'estudi, quin és l'ús que els estudiants universitaris fan de les xarxes socials i quina és la relació d'aquest ús amb els processos atencionals?

Arran de l'anàlisi de les dades obtingudes, s'observa que la xarxa social de referència i amb més usuaris en població universitària, és Instagram que permet als usuaris mantenir-se en contacte amb les seves amistats i promocionar-se mitjançant fotos. Tanmateix, ha sorgit la preocupació que les xarxes socials siguin eines on els estudiants es refugiïn oblidant altres responsabilitats, ja que s'observa que la meitat de la mostra realitzen un ús excessiu d'aquestes formes de Web 2.0. S'ha analitzat que l'ús que en fan dels estudiants universitaris de la mostra seleccionada, supera la mitjana espanyola. Tot i això, no s'ha pogut apreciar en claredat si les xarxes socials generen dependència.

En relació amb l'ús excessiu de les xarxes socials, no s'observen diferències significatives en funció de l'edat o el gènere. Però, en canvi sí que s'han obtingut correlacions positives significatives que assenyalen que l'ús excessiu que en fan els estudiants universitaris de les xarxes socials, té un efecte negatiu en els processos atencionals. Això s'ha observat sobretot, en l'atenció selectiva, l'atenció sostinguda i la vigilància. També s'ha observat que una capacitat atencional baixa, en població universitària, esdevé un factor de risc per a un ús excessiu de les xarxes socials.

Cal mencionar, que s'han observat limitacions en l'estudi, en tant que als instruments utilitzats i a l'escassa literatura especialitzada de les relacions que s'estableixen entre les xarxes socials i l'atenció.

D'una banda, la limitació en la literatura especialitzada vinculada amb l'objectiu del present treball, esdevé un obstacle per a la realització de la discussió; apartat en el qual no s'ha pogut comparar els resultats amb altres estudis que avaluïn l'efecte de les xarxes socials en els processos atencionals.

D'altra banda, es justifica l'ús del qüestionari *Social Media Addiction Scale* de Sahin (2018) per la traducció i validació duta a terme per Valencia i Castaño (2019). Això és a causa del fet que les TIC i, sobretot, les xarxes socials estan en constant evolució, requerint els qüestionaris més actualitzats per a una correcta avaluació de l'ús excessiu de les xarxes socials. Evitant així utilitzar instruments, els quals com es presentava en la introducció, poden esdevenir obsolets i poc ajustats al propòsit de la investigació. No obstant això, en la traducció i validació d'aquesta escala (Valencia i Castaño, 2019) no s'exposen els barems o puntuacions de tall que permeti identificar els participants de la mostra que són addictes a les xarxes socials. Això implica que l'atribució de les persones que fan un ús abusiu de les xarxes socials, està mediat pels criteris de valoració de l'investigador, essent susceptible a variar en funció del context on és dur a terme l'estudi i l'ús que se'n fa de les xarxes socials, en funció del context temporal.

Quant al *Rating Scale of Behaviour Attentional* de Ponsford i Kinsella (1991) cal remarcar que a causa de la falta d'instruments adaptats a una passació en línia, que avaluin els processos atencional, s'ha fet ús d'aquesta escala de valoració subjectiva de l'atenció. L'ús d'aquest qüestionari esdevé una limitació si es té en compte la disposició d'altres eines que avaluen les capacitats atencional d'una més ajustada a l'àmbit clínic. No obstant això, la interpretació que se'n realitza a partir dels resultats obtinguts en el present treball, no es veu alterada per les eines emparades.

Cal mencionar, que en el plantejament inicial de la part pràctica del present treball no es considerava l'ús d'una metodologia no experimental per enquesta, sinó que es pretenia realitzar un experiment pre-post amb un grup control i un grup experimental. La intenció era mesurar les diferències en l'atenció, comparant-la posteriorment a l'exposició d'un escenari de realitat virtual, per tal de valorar els efectes sobre els processos atencional en població universitària. No obstant això es va haver de modificar lleugerament l'escenari de recerca a causa de l'estat d'alarma i el confinament, produït arran de la pandèmia per Covid-19, posant en perill la integritat física dels participants. En un futur seria d'interès portar a terme aquest tipus d'experiment, on s'exposa al subjecte a la tecnologia i immediatament després s'avaluin els processos atencional.

Seria molt adient, tenint en compte els resultats del present estudi, l'elaboració d'una investigació que presenti una mostra més representativa, basada en una utilització d'instruments que permetin distingir entre els usuaris que fan un ús excessiu de les xarxes socials dels que no. Per tal d'així, poder analitzar amb major precisió les diferències en els efectes sobre l'atenció, en funció de l'ús que en fan de les xarxes socials.

Alhora, seria recomanable disminuir l'edat de la mostra, per tal d'avaluar una població d'estudiants adolescents, tot tenint en compte que han sofert una exposició major a la influència de les TIC; permetent així comparar els resultats amb els obtinguts en el present estudi, quelcom que permetria valorar les diferències entre "nadius digitals" i "immigrants digitals" (Prensky, 2010).

Finalment, d'acord amb les innovacions tecnològiques que es plantegen per a un futur pròxim, es fa necessari promoure estudis que avaluïn l'impacte de les TIC en els processos cognitius bàsics.

## Bibliografía

- Błachnio, A., Przepiórka, A., Gorbaniuk, O., Benvenuti, M., Ciobanu, A. M., Senol-Durak, E. i Popa, C. (2019). Cultural Correlates of Internet Addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(4), 258-263.
- Boyd, D. i Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Broadbent, D. E. (1957). A mechanical model for human attention and immediate memory. *Psychological Review*, 64(3), 205–215.
- Castells, M. (2001). Internet y la sociedad red. *La factoría*, 14(15).
- Carbonell, X., Chamarro, A., Griffiths, M., Oberst, U., Cladellas, R., i Talam, A. (2012). Uso problemático de Internet y móvil en adolescentes y jóvenes españoles. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 28(3), 789-796.
- Chen, P. L., i Pai, C. W. (2018). Pedestrian smartphone overuse and inattentive blindness: an observational study in Taipei, Taiwan. *BMC public health*, 18(1), 1342.
- Dirección General de Tráfico. (2018). Las distracciones causan uno de cada tres accidentes mortales. Recuperat el 12 d'abril de 2020, de *DGT Prensa*. Sitio web: [http://www.dgt.es/es/prensa/notas-de-prensa/2018/20180917\\_campana\\_distracciones.shtml](http://www.dgt.es/es/prensa/notas-de-prensa/2018/20180917_campana_distracciones.shtml)
- Drummond, A., i Sauer, J. D. (2014). Video-games do not negatively impact adolescent academic performance in science, mathematics or reading. *PloS one*, 9(4).
- Eastbrook, J. (1959). "The effect of emotion on cue utilization and the organization of behavior". *Psychological Review*, 56, 183 – 201.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas?: las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. Bilbao: Desclée de Brouwer.



Encinas, F. J. L., i González, S. M. V. (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22(2), 180-188.

Ferguson, C. J. (2011). The influence of television and video game use on attention and school problems: A multivariate analysis with other risk factors controlled. *Journal of psychiatric research*, 45(6), 808-813.

Fernández Trespalacios, J. L. (1997). *Procesos básicos de Psicología general* (p. 354). Madrid: Sanz y Torres.

García, F., Portillo, J., Romo, J., i Benito, M. (2007, September). Nativos digitales y modelos de aprendizaje. In *SPDECE*.

Gimeno, P. T. (1999). Panorama histórico-conceptual del estudio de la atención. In *Atención y percepción* (pp. 33-62). Alianza.

Gómez-Pérez, E., Ostrosky-Solís, F., i Próspero-García, O. (2003). Desarrollo de la atención, la memoria y los procesos inhibitorios: relación temporal con la maduración de la estructura y función cerebral. *Revista de neurología*, 37(6), 561-567

Greenfield, D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive Internet use: A preliminary analysis. *Cyberpsychology & behavior*, 2(5), 403-412.

Ito, M., i Kawahara, J. I. (2017). Effect of the presence of a mobile phone during a spatial visual search. *Japanese Psychological Research*, 59(2), 188-198.

Johnston, W. A., i Dark, V. J. (1982). In defense of intraperceptual theories of attention. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 8(3), 407.

Labrador, F. E., i Villadangos, S. G. (2010). Adolescents and new technologies: Behaviours pointing a possible addiction problem. *Psicothema*, 22(2), 180-188

Landhuis, C. E., Poulton, R., Welch, D., i Hancox, R. J. (2007). Does childhood television viewing lead to attention problems in adolescence? Results from a prospective longitudinal study. *Pediatrics-English Edition*, 120(3), 532-537.

L'Écuyer, C. (2018). No screens before the age of two. Recuperat el 10 d'abril de 2020, de BBVA Sitio web: [https://www.youtube.com/watch?v=dPfass4v\\_t0](https://www.youtube.com/watch?v=dPfass4v_t0)

Lerman, C. L. (1983). Dominant discourse: The institutional voice and control of topic. *Language, image, media*, 75-103.

Luri, G. (2018). Hay que educar la atención de nuestros hijos. Recuperat el 6 d'abril de 2020, de BBVA Sitio web:

<https://www.youtube.com/watch?v=oCVU1EhTpXI&t=521s>

MacLeod, C. M. (1991). Half a century of research on the Stroop effect: an integrative review. *Psychological bulletin*, 109(2), 163.

Marty-Dugas, J., Ralph, B. C., Oakman, J. M., i Smilek, D. (2018). The relation between smartphone use and everyday inattention. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 5(1), 46.

McNicol, M. L., i Thorsteinsson, E. B. (2017). Internet addiction, psychological distress, and coping responses among adolescents and adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(5), 296-304.

Meesmann, U., Torfs, K., Nguyen, H., i Van den Berghe, W. (2018). ¿Nos preocupa la seguridad vial?. Principales resultados del proyecto ESRA1 en 38 países. Proyecto ESRA (E-Survey of Road users' Attitudes). Bruselas, Bélgica: Vias institute.

Mordkoff, J. T., i Yantis, S. (1991). An interactive race model of divided attention. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 17(2), 520.

Muñoz-Rivas, M. J., Navarro, M. E. i Ortega, N. (2003). Patrones de uso de Internet en población universitaria española. *Adicciones*, 15, 137-144.

Napoleon Cat. (2020). Social media users in Spain, April 2020. Recuperat de: [https://napoleoncat.com/stats/social-media-users-in-spain/2020/04?fbclid=IwAR1VtKHSw6C16VQxZLICI5hPr6q47FuNDOJ5roEjciAKGcaRQoc\\_E-P1f6g](https://napoleoncat.com/stats/social-media-users-in-spain/2020/04?fbclid=IwAR1VtKHSw6C16VQxZLICI5hPr6q47FuNDOJ5roEjciAKGcaRQoc_E-P1f6g)

Norman, D. A. i T. Shallice (1986): Attention to Action. Willed and Automatic Control of Behavior, en R. J. Davison, G. E. Schwartz y D. Dhapiro (eds.), *Consciousness and Self-Regulation*, vol 4. Nueva York, Plenum Press.

Pisanty, A., Enríquez, L., Chaos-Cador, L., i Burgos, M. G. (2010). "M-learning en ciencia"-introducción de aprendizaje móvil en física. *RIED. Revista iberoamericana de educación a distancia*, 13(1), 129-155

Ponsford, J., & Kinsella, G. (1991). The use of a rating scale of attentional behaviour. *Neuropsychological Rehabilitation*, 1(4), 241-257.

Posner, M. I. i S. Boies (1971): Components of attention. *Psychological Review*, 78 (5), 391-408.

Posner, M. I., i Petersen, S. E. (1990). The attention system of the human brain. *Annual review of neuroscience*, 13(1), 25-42.

Prensky, M. (2010). *Nativos e inmigrantes digitales*. Distribuidora Sek.

Ramos Galarza, C., Paredes, L., Andrade, S., Santillán, W., i González, L. (2016). *Sistemas de Atención Focalizada, Sostenida y Selectiva en Universitarios de Quito-Ecuador*.

Roselló i A. Sánchez-Cabaco (coords.), *Atención y Percepción*. Madrid, Alianza, 33-62.

Rosselli, M., Matute, E., i Ardila, A. (2010). *Neuropsicología del desarrollo infantil*. Editorial El Manual Moderno.

Ruiz Vargas, J. M. i J. Botella (1981): Limitaciones de procesamiento y selectividad atencional. *Estudios de Psicología*, (7), 30-41.

Sahin, C. (2018). *Social Media Addiction Scale - Student Form: The Reliability and Validity Study*. TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology, 17(1), 168-182.

Sánchez-Martínez, M., i Otero, A. (2009). Factors associated with cell phone use in adolescents in the community of Madrid (Spain). *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 131-137.

Schubarth, C. (2020). Want cyborg vision? Silicon Valley startup wins \$51M to make it happen. Recuperat el 14 de març de 2020, de Silicon Valley Business Journal. Sitio web: <https://www.bizjournals.com/sanjose/news/2020/04/29/want-cyborg-vision-silicon-valley-startup-wins-51m.html>

Sevilla, J. G, i Melero, E. F. (1997). La atención en la psicología del procesamiento de información. En Manual de psicología de la atención una perspectiva neurocientífica (27-47). Madrid: Editorial Sintesis.

Shiffrin, R. M., i Czerwinski, M. P. (1988). A model of automatic attention attraction when mapping is partially consistent. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 14(3), 562.

Sohlberg, M. M., i Mateer, C. A. (1989). *Introduction to cognitive rehabilitation: Theory and practice*. Guilford Press

Styles, E. A. (1997): *The Psychology of Attention*. Hove, Psychology Press.

Swing, E. L., Gentile, D. A., Anderson, C. A., i Walsh, D. A. (2010). Television and video game exposure and the development of attention problems. *Pediatrics*, 126(2), 214.

Taylor, E. (1991): *El niño hiperactivo*. Barcelona, Martínez Roca.

Treisman, A. M. (1969). Strategies and models of selective attention. *Psychological review*, 76(3), 282.

Valencia-Ortiz, R., i Cabero-Almenara, J. (2019). La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano. *Health & Addictions/Salud y Drogas*, 19(2), 149-159.

Van Rooij, A., J. (2011). *Online Video Game Addiction. Exploring a new phenomenon* (Tesis Doctoral). Erasmus University Rotterdam, The Netherlands.

We are Social i Hootsuite. (2020). Digital 2020 Spain Digital Overview. Recuperat el 8 d'abril de 2020, de We are Social: <https://wearesocial.com/es/digital-2020-espana>

Yerkes, R. M., i Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of comparative neurology and psychology*, 18(5), 459-482.

Young, K. S. (1996). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*. Article presentat en la 104th annual meeting of the American Psychological Association, Agost 11, 1996. Toronto, Canada.

Zheng, F., Gao, P., He, M., Li, M., Wang, C., Zeng, Q. i Zhang, L. (2014). Association between mobile phone use and inattention in 7102 Chinese adolescents: a population-based cross-sectional study. *BMC public health*, 14(1), 1022.

# **Annexos**

## Annex 1

### Consentiment Informat

El código url, o link utilizado para acceder a este formulario, es una invitación para participar en el Trabajo de Fin de Grado, del grado en Psicología de la Universidad de Vic – Universidad Central de Cataluña del alumno Eduard Boneta Rubió. El propósito de este estudio es valorar cómo se ve afectada la atención de los participantes, en función del uso que se hace de las redes sociales.

En este formulario encontraréis tres cuestionarios, incorporados en el marco práctico del trabajo; Con la intención de analizar la atención, el uso que se le da a las redes sociales y determinar la presencia o ausencia de indicadores de adicción a las redes sociales. La participación en este formulario requerirá de aproximadamente entre 5 y 10 minutos.

La información obtenida se mantendrá confidencial en todo momento y sólo se usará en este estudio con finalidades académicas. A su vez, la participación es totalmente voluntaria y si decide no continuar o en algún momento decide suspender su participación en el estudio, no se verá comprometido su anonimato ni se hará uso de la información proporcionada.

En el caso de que existan dudas o preguntas en relación a este estudio, podéis contactar con el estudiante, mediante la siguiente dirección electrónica: [eduard.boneta@uvic.cat](mailto:eduard.boneta@uvic.cat)

- He sido informado/da del objetivo de este estudio y acepto participar voluntariamente. \*

Acepto

No acepto

## Annex 2

### Attentional Rating Scale de Ponsford y Kinsella (1991)

A continuación, aparecerán un conjunto de preguntas que representan conductas asociadas a la atención a las que debes responder con el valor numérico que más se ajuste a cómo percibes tu comportamiento reciente:

- 0: En absoluto
- 1: Ocasionalmente
- 2: Algunas veces
- 3: Casi siempre
- 4: Siempre

1. ¿Sientes que tienes falta de energía?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

2. ¿Te cansas con facilidad?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

3. ¿Percibes lentitud en el movimiento?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

4. ¿Percibes lentitud en la respuesta verbal?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre



5. ¿Percibes lentitud en las tareas mentales?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

6. ¿Necesitas que alguien te recuerde las cosas para ponerte a ello?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

7. ¿Te quedas “mirando a la nada” durante largos periodos de tiempo?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

8. ¿Tienes dificultad para concentrarte?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

9. ¿Te distraes con facilidad?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

10. ¿Te has sentido incapaz de prestar atención a más de una cosa a la vez?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

11. ¿Has cometido errores por no prestar atención adecuadamente?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

12. ¿Has obviado detalles importantes en lo que estabas haciendo?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

13. ¿Te has sentido incapaz de estar quieto o calmado?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

14. ¿Te has sentido incapaz de realizar la misma actividad por un periodo largo de tiempo?

	0	1	2	3	4	
En absoluto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

¿Tienes algún diagnóstico que afecte a los procesos atencionales? (Ej. TDA/H) \*

Sí   
No

Si has indicado "Sí" en la anterior pregunta, especificar el diagnóstico:

### Annex 3

## Cuestionario sobre el uso de las Redes Sociales

A continuación, encontrarás una serie de preguntas o frases que describen diferentes tipos de uso de las redes sociales. Lee atentamente cada pregunta y marca la casilla que más se ajuste al uso que haces personalmente de las redes sociales. No pases demasiado tiempo en cada pregunta y asegúrate de contestarlas todas con la máxima sinceridad.

Me identifico como:

- Mujer   
Hombre   
Otro:

Edad del o la participante:

¿En qué redes sociales tienes un perfil creado? (Puedes escoger más de una respuesta)

- Instagram   
Twitter   
Snapchat   
YouTube   
Facebook   
TikTok   
Otro:

¿Qué red social utilizas más?

1. ¿Cuántos amigos/seguidores tienes en la cuenta de la red social que más usas?

2. ¿Para qué utilizas las redes sociales? (Puedes escoger más de una respuesta)

- Para estar en contacto con mis amigos
- Para conocer a gente
- Para contactar con gente que hace tiempo que no veo
- Para ligar
- Otro:

3. ¿Qué tipo de publicaciones haces? (Puedes escoger más de una respuesta)

- Estado de ánimo
- Música
- Fotografías
- Reflexiones
- Noticias
- Otro:

4. ¿Con qué frecuencia utilizas las redes sociales?

- Todos los días, más de una hora cada día.
- Todos los días, menos de una hora cada día.
- Algunos días.
- Una vez a la semana.

4.1. ¿Cuántos minutos u horas pasas aproximadamente en las redes sociales?

Tu respuesta

5. ¿Cuándo pasas un día sin poder revisar tus redes sociales te sientes angustiado/ansioso?

- Sí
- No
- A veces

6. ¿Le das importancia al número de "me gusta" que obtienen tus publicaciones?

- 1            2            3            4            5
- Nada de acuerdo                        Absolutamente de acuerdo

7. Cuando una publicación tuya tiene éxito entre tus seguidores, ¿te sientes reconfortado/a?

	1	2	3	4	5	
Nada de acuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Absolutamente de acuerdo

8. ¿Te has sentido culpable por haber perdido el tiempo conectado/da cuando tenías otras responsabilidades pendientes?

	1	2	3	4	5	
Nada de acuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Absolutamente de acuerdo

## Annex 4

### Social Media Addiction Scale de Sahin (2018)

Traducción de Valencia y Castaño (2019).

A continuación encontrarás una serie de afirmaciones sobre el uso de las redes sociales. Lee atentamente cada pregunta y marca la puntuación numérica que más se ajuste a cómo de acuerdo estás con la afirmación. No pases demasiado tiempo en cada pregunta y asegúrate de contestarlas todas con la máxima sinceridad.

1. Estoy ansioso por ir a las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

2. Busco conectarme a Internet en todas partes para acceder a las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

3. Lo primero que hago cuando me despierto es conectarme a las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

4. Veo las redes sociales como escape del mundo real.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

5. Una vida sin redes sociales no tiene sentido para mí

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

6. Prefiero usar las redes sociales a pesar de estar acompañado.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

7. Prefiero las amistades de las redes sociales que las presenciales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

8. Me expreso mejor con las personas en las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

9. Aparento ser lo que yo quiero en las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

10. Por lo general, prefiero comunicarme con personas a través de las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

11. Hasta mi familia se enfada porque no puedo dejar de usar las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

12. Quiero pasar el tiempo en las redes sociales cuando estoy solo.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

13. Prefiero la comunicación virtual en las redes sociales para salir.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

14. Las actividades de las redes sociales se afianzan en mi vida cotidiana.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

15. Omito mis tareas porque paso mucho tiempo en las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

16. Me siento infeliz cuando no estoy en las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

17. Me emociona estar en las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

18. Utilizo las redes sociales con tanta frecuencia que me olvido de mi familia.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

19. El mundo misterioso de las redes sociales siempre me cautiva.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo



20. Ni siquiera noto que tengo hambre y sed cuando estoy en las redes sociales

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

21. Noto que mi productividad ha disminuido debido a las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

22. Tengo problemas físicos debido al uso de las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

23. Uso las redes sociales incluso cuando voy por la calle para estar informado al instante sobre los acontecimientos.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

24. Me gusta usar las redes sociales para mantenerme informado sobre lo que sucede.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

25. Navego en las redes sociales para mantenerme informado sobre lo que comparten los grupos de medios sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

26. Paso más tiempo en las redes sociales para ver algunos eventos/acontecimientos especiales (por ejemplo, cumpleaños).

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

27. Mantenerme informado sobre las cosas relacionadas con mis cursos (ej. tarea, actividades) me hace estar siempre en las redes sociales.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo

28. Siempre estoy activo en las redes sociales para estar inmediatamente informado sobre qué comparten amigos y familia.

	1	2	3	4	5	
Fuertemente en desacuerdo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Fuertemente de acuerdo