



# Uso problemático de redes sociales virtuales y miedo a quedar afuera (FoMO)

Luque, L.E.<sup>1</sup>; Rescala Osre, V.<sup>1</sup>; Aramburu, E.<sup>1</sup>; Cabral Aguirre, C.<sup>1</sup>; Fernández, M.<sup>1</sup> & Gómez, R.A.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Unidad de Estudios Epidemiológicos en Salud Mental – Facultad de Psicología (UNC)

## Palabras claves

Adicciones  
Tecnologías  
Redes sociales virtuales  
FoMO

## Resumen

El uso problemático de Internet, y en particular de las redes sociales virtuales (RSV), ha reactivado las discusiones sobre el miedo a quedar afuera (Fear of missing out, FoMO), como una emoción negativa que está incrementándose por asociación al uso de las tecnologías de información y comunicación (TIC). Con un total de 273 adultos, de 25 a 65 años de edad ( $M=42.18$ ,  $D.s.=11.74$ ), de ambos sexos y usuarios de al menos una RSV, se realizó un estudio descriptivo-correlacional que – con instrumentos locales – indagó las variables uso problemático de RSV y FoMO, además de adicción a internet, ansiedad tecnológica, adicción al teléfono móvil y búsqueda de novedades. Asimismo se determinaron horas de uso no instrumental de TIC y cantidad de perfiles en RSV (intensidad de uso).

## Información de autores

Correspondencia:  
letiluque@psyche.unc.edu.ar



Atribución – No Comercial – Compartir Igual (by-nc-sa): No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original. Esta licencia no es una licencia libre.

## 1. Introducción

El uso problemático de Internet y la adicción a la misma han sido objeto de estudio y controversia en los últimos veinte años. Tal como lo señala Turkle (2012), la naturaleza psicológicamente poderosa de las comunicaciones on-line ha ocasionado preocupaciones por sus usos con posibles efectos nocivos sobre la salud humana. Esas preocupaciones se han exacerbado a partir del uso de las redes sociales virtuales (RSV). Así Facebook, Instagram y Whatsapp, entre otras RSV, están siendo estudiadas como potenciales generadoras de adicciones tecnológicas y por su impacto negativo en la vida cotidiana de sus usuarios (Gámez-Guadix, Calvete, Orue & Las Hayas, 2015; Junco & Cotton, 2012;



Kircaburun & Griffiths, 2018; Luque, Aramburu & Gómez, 2015; Martínez-Ferrer & Moreno Ruiz, 2017; Soyemi & Olasina, 2016; Stead & Bibby, 2017; Tresáncoras, García-Oliva & Piqueras, 2017).

Rosen, Carrier y Cheever (2013) encontraron que la llamada iGeneration (nacidos entre 1990 y 2000) chequean sus perfiles en RSV cada 15 minutos, lo que traería consecuencias negativas tales como las alteraciones del humor y el ocultamiento de uso a otros, síntomas que a su vez se corresponden con el uso problemático de internet (Marín Vila, Carballo & Coloma-Carmona, 2018).

Estudios asociados a la RSV Facebook (Andreassen, Pallesen & Griffiths, 2017; Blachnio y Przepiórka, 2018; Dhaha, 2013; Griffiths, 2012; Herrera, Pacheco, Palomar & Zavala, 2010; Rauch, Strobel, Bella, Odachowski & Bloom, 2014) muestran que el uso excesivo de la misma se asocia a baja satisfacción con la propia vida, a baja autoestima, a deficiente autorregulación, a creencias distorsionadas de control, a la presencia de síntomas de depresión y a elevados niveles de ansiedad. Brodoža y Jovanović (2016) sugieren que el uso de esta RSV es más problemático en quienes tienen ansiedad o fobia social, por la pobre capacidad de adaptación social en las relaciones cara-a-cara.

Un estudio local sobre Whatsapp (Yunes, 2016) indica que el promedio diario de mensajes es de 275 y que el número aumenta cuando hay ansiedad-rasgo, además de asociarse tanto al uso problemático del teléfono móvil como de internet. Tresáncoras, García-Olivas y Piqueras (2017) encontraron que los jóvenes menos afables y con mayor inestabilidad emocional presentan con más frecuencia adicción a esta RSV, no pudiendo confirmar su hipótesis de relación entre dicha adicción y la ansiedad-rasgo. En ambos estudios se produjeron diferencias entre varones y mujeres; los primeros aparecen como usuarios más problemáticos, salvo cuando media la variable edad, mostrando que las adolescentes son las que usan más problemáticamente esta RSV, tanto por ansiedad-estado como por aburrimiento.

Kircaburun y Griffiths (2018) han estudiado el uso de la RSV Instagram; sus resultados indican que los rasgos de afabilidad y responsabilidad están relacionados inversamente con la adicción a esta RSV. Además, un análisis multivariado les llevó a afirmar que la adicción se presenta en personas con distintos rasgos y distintas características



individuales, no existiendo un perfil único que caracterice a los adictos a las RSV. Entre otras variables, el uso de las RSV ha sido asociado al “miedo a quedar afuera” o FoMO (fear of missing out), debido a que aquellas han facilitado el acceso informacional de lo que otros están haciendo, conociendo, comprando y/o logrando en sus vidas. Abel, Buff y Burr (2016) señalan que este miedo es una emoción incómoda y agotadora, producto de la preocupación profunda por lo que hacen y piensan los demás, la sensación de sentirse excluido y el temor a la opinión ajena. Según Przybylski, Murayama, DeHann y Gladwell (2013), FoMO debe entenderse como la preocupación de que otros estén disfrutando de experiencias agradables de las cuales uno está ausente, y sugieren que son más vulnerables a los efectos de dicho temor las personas que tienen bajos niveles de satisfacción de sus necesidades psicosociales (comunicarse con otros, desarrollar competencias sociales, oportunidades de formar vínculos sociales). Por lo mismo, Reagle (2015) afirma que este temor surge de la ansiedad provocada por la envidia que se siente al comparar el estado personal actual de bienestar con el de los demás.

En cambio, Wegmann, Oberst, Stodt y Brand (2017) sugieren que el FoMO puede ser una predisposición particular o una cognición socialmente construida. Swan y Kendall (2016) lo asocian a síntomas y trastornos de ansiedad derivados de problemáticas ocupacionales/académicas, familiares, sociales y legales. Lim (2016) afirma que el FoMO es un rasgo de personalidad generalizado, que se expresa de manera variable entre las personas y, por ende, influye de distintas formas sobre el comportamiento; es decir, todas las personas presentarían este tipo de miedo, pero en diversos grados y con diversas consecuencias.

Wolniewicz, Tiamiyua, Weeks y Elhai (2017) consideran que, entre las personas socialmente ansiosas, aquellos que se preocupan por perderse experiencias gratificantes probablemente utilicen en exceso sus teléfonos inteligentes como manera de aliviar tanto el miedo a quedar afuera como su ansiedad. Por lo mismo, FoMO estaría asociado a la adicción al teléfono, en tanto este es el dispositivo que más facilita el acceso a las RSV (Elhai, Levine, Dvorak & Hall, 2016), lo que además implica que FoMO también se relaciona con la adicción a internet. Stead y Bibby (2017) encontraron que esta adicción correlaciona con FoMO de forma directa aunque moderada, y que la correlación está modulada por dos rasgos de personalidad: responsabilidad y estabilidad emocional.



Blachnio y Przepiórka (2018) reportan que el FoMO es la variable predictora más potente de la adicción a Facebook, y que además es determinante de la satisfacción con la vida. Oberst, Wegmann, Stodt, Brand y Chamorro (2017) confirmaron su hipótesis sobre el rol que el FoMO tiene en el uso problemático de las TIC, en adolescentes y jóvenes; al estudiar la relación entre la adicción a las RSV y estados de ánimo disfóricos (depresión y ansiedad), encontraron que FoMO y la intensidad de uso de las RSV operan como factores mediadores de aquella. Buglass, Binder, Betts y Underwood (2017) afirman que elevados niveles de FoMO combinados con déficits en la autoestima motivan el uso problemático y peligroso de las RSV.

## 2. Objetivos

Por todo lo expresado, en el marco de un estudio sobre adicciones tecnológicas, el objetivo fue analizar la relación entre el uso problemático de las RSV y el miedo a quedar afuera (FoMO), en usuarios de tecnologías de información y comunicación (TIC), de ambos sexos, de 25 a 65 años, de Córdoba-Argentina.

## 3. Metodología

### 3.1. Participantes

El presente estudio se elaboró sobre los datos proporcionados por 273 adultos, de 25 a 65 años de edad ( $M=42.55$ ,  $D.E.=11.82$ ), de ambos sexos (52% mujeres), usuarios activos de al menos una RSV, de dos localidades de la provincia de Córdoba-Argentina.

### 3.2. Instrumentos

Se exponen aquí los datos referidos a uso de RSV (identificando abuso y dependencia como usos problemáticos), FoMO, ansiedad tecnológica, adicción a internet y adicción al teléfono móvil, y búsqueda de innovaciones tecnológicas. También se consideran las horas de uso, cantidad de RSV usadas, edad y sexo.

El uso problemático de RSV se determinó mediante la Escala de Adicción a las Redes Sociales, de Ecurra Mayaute y Salas Blas (2014), diseñada y validada para población peruana. Consta de 24 ítems, que se agrupan en tres factores (Obsesión, Falta de control en el uso, Uso excesivo), con buenos índices de confiabilidad (.85 a .92).



La variable FoMO se indagó con la versión adaptada por Luque, Gómez y Martiarena (2016); el instrumento localmente modificado contiene ocho ítems, con afirmaciones que se responden desde 1=Nunca me representa a 5=Siempre me representa (8 a 40 puntos), de manera que el puntaje más alto es equivalente al nivel más alto del miedo a quedar afuera. El único factor resultante explica el 56.1% de la varianza, y presenta un alpha de Cronbach de .932.

La información sobre la ansiedad tecnológica, la búsqueda de innovación tecnológica y las adicciones a internet y al teléfono móvil se tomó de la Escala de Dependencia a las Tecnologías, localmente desarrollada por Luque y Gómez (2010); consta de 45 ítems, agrupados en cinco factores de primer orden y dos de segundo, con buenos índices de confiabilidad (.750 a .904). El cuestionario complementario que incluye la escala proporcionó la información referida a las horas de uso (diferenciando no instrumentales de instrumentales), así como los datos sociodemográficos y los descriptores del uso de las RSV.

### 3.3. Procedimiento

Los datos se recolectaron en lugares públicos, consultando en primer lugar por el uso de RSV. Obtenida una respuesta afirmativa, se procedió a informar sobre el objetivo del estudio y se solicitó el consentimiento informado. El investigador permaneció en el lugar para despejar dudas y recolectar los instrumentos. En ningún caso se otorgó premio, dádiva, regalo o créditos a cambio de la participación.

### 4. Resultados

En relación con las RSV, el 4.8% usa una única red social; el 42.9% posee entre 3 y 4 perfiles activos; 19.4% afirma tener más de 6 perfiles activos en diversas RSV. En orden, las RSV más usadas son Whatsapp (87.9%), Facebook (87.2%), Googlemas (60%), Instagram (41%) y Twitter (27.8%). El 52.7% afirma que puede atender simultáneamente conversaciones cara a cara y por Whatsapp.

El 74.0% revisa sus RSV en horario laboral/escolar y el 62.4% admite que lo hace utilizando el acceso a internet provisto por la organización (escolar o laboral), aunque su



actividad no tenga finalidad laboral o educativa. El 67.0% usa su teléfono móvil para tener acceso permanente a las RSV.

El 13.6% de la muestra estudiada presenta niveles severos de uso problemático de RSV, y un 27.1% no presenta indicadores de este tipo de uso.

El 33.7% cumple al menos tres de los criterios de uso problemático de Internet y el 27.8% cumple al menos cuatro de los indicadores cuando el uso se realiza mediante computadoras. El 41.8% cumple criterios de uso problemático del teléfono móvil, aunque solo el 9.9% cumple con todos los criterios de uso patológico; además, el 82.4% no apaga su teléfono a la hora de dormir, el 93.5% no lo apaga ni silencia mientras

trabaja, el 71.2% lo usa mientras está en el baño o comiendo, y el 16.1% admite que lo usa mientras conduce. El 28.9% de la muestra realiza uso problemático de las TIC en general, siendo el 8.1% tecno-dependiente.

En la muestra estudiada, el FoMO alcanza una Media=23.40 (D.S.=10.49). El 17.9% no presente grado alguno de este temor; el 37.0% presenta un nivel leve, el 27.5% un nivel moderado y el 17.6% un nivel severo.

El 82.8% de la muestra presenta algún nivel de ansiedad tecnológica, siendo severopatológico en el 9.2% de los casos. En el 24.2% de la muestra hay búsqueda intensivaproblemática de innovaciones tecnológicas.

Entre uso de RSV y FoMO la correlación es estadísticamente significativa, moderada y directa ( $r_s = .488$ ,  $p = .000$ ). La misma varía en función del tipo de RSV que se utilice; así, entre los usuarios de Facebook ( $n = 238$ ), el coeficiente de correlación es  $r_s = .695$ ; entre los usuarios de Instagram ( $n = 112$ ), la correlación es  $r_s = .549$ ; y entre los usuarios de Whatsapp ( $n = 241$ ), la correlación es  $r_s = .664$ .

El uso de RSV presenta asociaciones estadísticamente significativas ( $p = .000$ ) y fuertes con la adicción a internet ( $r_s = .851$ ) y las horas de uso no instrumental ( $r_s = .750$ ); son moderadas con la adicción al teléfono móvil ( $r_s = .484$ ), la ansiedad tecnológica ( $r_s = .642$ ), la búsqueda de novedades ( $r_s = .443$ ) y la tecnoddependencia ( $r_s = .436$ ). FoMO presenta asociaciones estadísticamente significativas ( $p = .000$ ) y moderadas con adicción a internet ( $r_s = .410$ ), ansiedad tecnológica ( $r_s = .489$ ), adicción al teléfono móvil ( $r_s = .680$ ) y

tecnodependencia ( $r_s=.466$ ); se asocia de manera débil con el rasgo búsqueda de novedades ( $r_s=.331$ ) y horas de uso no instrumental ( $r_s=.265$ ).

En las comparaciones por sexo (ver Tabla 1), asumiendo igualdad de varianzas en ambos casos, los datos muestra que los varones efectúan un uso más problemático de las RSV que las chicas, mientras que ellas presentan más FoMO.

En cuanto a las edades tecnológicas (Tabla 2), el ANOVA indica que hay diferencias estadísticamente significativas entre grupos. La prueba post-hoc Bonferroni indica que los inmigrantes digitales (mayores de 53 años) presentan menos uso problemático de RSV y más FoMO que los nativos (23-37 años) y los adaptativos (38-52 años) digitales. También hay diferencias por edades en ansiedad tecnológica, adicción a internet, adicción al teléfono móvil y búsqueda de novedades.

Tabla 1.

*Prueba de diferencias de medias según sexo.*

	Sexo	Media	D.E.	Media e.s.	t	gl	Sig(bil)	Dif.M.																																																																									
Uso RSV	F	20,68	19,703	1,653	2,151	271	,032	4,179																																																																									
	M	16,50	10,741	,938					FoMO	F	29,46	10,324	,866	3,251	271	,022	5,049	M	24,41	10,607	,927	Ansiedad tecnológica	F	18,87	3,843	,323	,041	271	,968	,019	M	18,85	3,832	,335	Tecno-dependencia	F	94,25	16,958	1,423	,912	271	,362	1,872	M	92,38	16,912	1,478	Adicción al teléfono	F	2,54	1,127	,095	-1,185	271	,237	-,300	M	2,39	1,092	,095	Adicción a Internet	F	2,42	1,151	,097	-1,418	271	,157	-,168	M	2,44	1,184	,103	Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418
FoMO	F	29,46	10,324	,866	3,251	271	,022	5,049																																																																									
	M	24,41	10,607	,927					Ansiedad tecnológica	F	18,87	3,843	,323	,041	271	,968	,019	M	18,85	3,832	,335	Tecno-dependencia	F	94,25	16,958	1,423	,912	271	,362	1,872	M	92,38	16,912	1,478	Adicción al teléfono	F	2,54	1,127	,095	-1,185	271	,237	-,300	M	2,39	1,092	,095	Adicción a Internet	F	2,42	1,151	,097	-1,418	271	,157	-,168	M	2,44	1,184	,103	Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418	,088	M	2,52	1,166	,102								
Ansiedad tecnológica	F	18,87	3,843	,323	,041	271	,968	,019																																																																									
	M	18,85	3,832	,335					Tecno-dependencia	F	94,25	16,958	1,423	,912	271	,362	1,872	M	92,38	16,912	1,478	Adicción al teléfono	F	2,54	1,127	,095	-1,185	271	,237	-,300	M	2,39	1,092	,095	Adicción a Internet	F	2,42	1,151	,097	-1,418	271	,157	-,168	M	2,44	1,184	,103	Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418	,088	M	2,52	1,166	,102																					
Tecno-dependencia	F	94,25	16,958	1,423	,912	271	,362	1,872																																																																									
	M	92,38	16,912	1,478					Adicción al teléfono	F	2,54	1,127	,095	-1,185	271	,237	-,300	M	2,39	1,092	,095	Adicción a Internet	F	2,42	1,151	,097	-1,418	271	,157	-,168	M	2,44	1,184	,103	Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418	,088	M	2,52	1,166	,102																																		
Adicción al teléfono	F	2,54	1,127	,095	-1,185	271	,237	-,300																																																																									
	M	2,39	1,092	,095					Adicción a Internet	F	2,42	1,151	,097	-1,418	271	,157	-,168	M	2,44	1,184	,103	Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418	,088	M	2,52	1,166	,102																																															
Adicción a Internet	F	2,42	1,151	,097	-1,418	271	,157	-,168																																																																									
	M	2,44	1,184	,103					Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418	,088	M	2,52	1,166	,102																																																												
Búsqueda de novedades	F	2,44	1,139	,096	,811	271	,418	,088																																																																									
	M	2,52	1,166	,102																																																																													



Tabla 2.

ANOVA para las variables analizadas según Edad tecnológica.

		Suma de		Media			Gpo	Dif.	
		cuadrados	gl	cuadr.	F	Sig.	comp	media	Sig.
Uso RSV	Inter-grupos	68,875	2	34,437	8,273	,000	G1-G2	,264	1,000
	Intra-grupos	1123,968	270	4,163			G1-G3	1,241*	,000
	Total	1192,842	272				G2-G3	,976*	,005
FoMO	Inter-grupos	13,729	2	6,864	7,481	,001	G1-G2	,205	,401
	Intra-grupos	247,751	270	,918			G1-G3	,573*	,000
	Total	261,480	272				G2-G3	,368*	,036
Ansiedad tecnológica	Inter-grupos	1,820	2	,910	1,133	,324	G1-G2	-,090	,068
	Intra-grupos	216,891	270	,803			G1-G3	,013	1,000
	Total	218,711	272				G2-G3	-,102*	,045
Tecno- dependencia	Inter-grupos	,593	2	,296	3,909	,021	G1-G2	-,191	,401
	Intra-grupos	20,470	270	,076			G1-G3	-,097	1,000
	Total	21,062	272				G2-G3	-,095	1,000
Adicción al teléfono	Inter-grupos	15,940	2	7,970	6,724	,001	G1-G2	-,344	,081
	Intra-grupos	320,046	270	1,185			G1-G3	-,614*	,001
	Total	335,985	272				G2-G3	,269	,312
Adicción a Internet	Inter-grupos	46,559	2	23,280	19,502	,000	G1-G2	-,371	,052
	Intra-grupos	322,298	270	1,194			G1-G3	-1,05*	,000
	Total	368,857	272				G2-G3	,683*	,000
Búsqueda de novedades	Inter-grupos	31,478	2	15,739	12,930	,000	G1-G2	-,331	,107
	Intra-grupos	328,661	270	1,217			G1-G3	-,869*	,000
	Total	360,139	272				G2-G3	,539*	,004

G1: nativos digitales- G2: adaptativos digitales- G3: inmigrantes digitales

La muestra se dividió entre los usuarios de 3 o menos RSV y quienes usan 4 o más. Asumiendo la igualdad de varianzas, los datos de la prueba de diferencias de media indican que tales diferencias son significativas para todas las variables estudiadas, tal como se observa en la Tabla 3.



Tabla 3.

*Prueba de diferencias de medias según Uso de Redes Sociales Virtuales.*

	Uso de RSV	Media	D.E.	Media e.s.	t	gl	Sig(bil)	Dif.M.
Uso RSV	1-3	14,56	12,192	,930	5,815	271	,000	11,119
	4+	25,68	19,401	1,930				
FoMO	1-3	21,74	10,641	,811	3,472	271	,001	4,474
	4+	26,22	9,632	,958				
Ansiedad tecnológica	1-3	19,58	3,549	,271	4,164	271	,000	1,942
	4+	17,63	3,997	,398				
Tecno-dependencia	1-3	96,48	16,376	1,249	4,097	271	,000	8,453
	4+	88,03	16,603	1,652				
Adicción al teléfono	1-3	22,71	5,693	,434	5,439	271	,000	3,917
	4+	18,79	5,835	,581				
Adicción a Internet	1-3	27,07	4,555	,347	8,321	271	,000	4,822
	4+	22,25	4,738	,471				
Búsqueda de novedades	1-3	19,51	4,007	,305	8,689	271	,000	4,482
	4+	15,03	4,293	,427				

Se realizó una regresión lineal (Tabla 4), con el método de introducción de variables, e incluyendo al uso problemático de las RSV como variable dependiente. El modelo explica el 82% de la varianza ( $R^2=0.821$ ), aunque FoMO solo aporta el 13% de la misma ( $R^2=0.135$ ).



Tabla 4.

## Regresión lineal Uso de Redes Sociales Virtuales.

Modelo	Suma de cuadrados	gl	Media cuadr.	F	Sig.	R	R <sup>2</sup> correg.	Error estim.	gl2
1 Regr.	9794,419	1	9794,419						
Resid.	61131,214	271	225,576	43,420	,000	,372	,135	15,019	271
Total	70925,634	272							
2 Regr.	15423,365	2	7711,683						
Resid.	55502,268	270	205,564	37,515	,000	,466	,212	14,338	270
Total	70925,634	272							
3 Regr.	21450,394	3	7150,131						
Resid.	49475,240	269	183,923	38,876	,000	,550	,302	13,562	269
Total	70925,634	272							
4 Regr.	49593,173	5	9918,635						
Resid.	21332,461	267	79,897	124,143	,000	,836	,699	8,939	267
Total	70925,634	272							
5 Regr.	51555,189	6	8592,531						
Resid.	19370,445	266	72,821	117,995	,000	,853	,727	8,534	266
Total	70925,634	272							
6 Regr.	57883,863	8	7235,483						
Resid.	13041,771	264	49,401	146,465	,000	,903	,811	7,029	264
Total	70925,634	272							
7 Regr.	58675,204	10	5867,520						
Resid.	12250,430	262	46,757	125,489	,000	,910	,827	6,838	262
Total	70925,634	272							

Variable dependiente: Uso de RSV

M1: FoMO

M2: FoMO + Ansiedad tecnológica

M3: FoMO + Ans.tecnol. + cantidad perfiles

M4: FoMO + Ans.tecnol. + cantidad perfiles + hs.uso



*M5: FoMO + Ans.tecnol. + cantidad perfiles + hs.uso + búsq.novedades*

*M6: FoMO + Ans.tecnol. + cantidad perfiles + hs.uso + búsq.noved. + adicción a internet y a teléfono*

*M6: FoMO + Ans.tecnol. + cantidad perfiles + hs.uso + búsq.noved. + adiccinternet-telef. + edad-sexo*

## 5. Discusión

Los estudios sobre adicción y usos problemáticos de RSV se centran en adolescentes escolarizados; la presente investigación permite mostrar que estos problemas también pueden darse en personas adultas, sin distinción de nivel educativo u ocupación.

En relación con la adicción a las RSV, las investigaciones muestran que es producto de la conjugación de numerosos factores, entre los que se cuenta el FoMO (Abel et al, 2016; Buglass et al, 2017; Oberst et al, 2017), motivo por el cual el objetivo principal de este estudio fue analizar la relación entre el uso problemático de las RSV y el miedo a quedar afuera (FoMO), en usuarios de tecnologías de información y comunicación (TIC), de ambos sexos, de 25 a 65 años, de Córdoba-Argentina.

Los datos muestran que entre el uso problemático de RSV y la adicción a internet hay una correlación fuerte y directa, lo que parece lógico si se considera que el uso problemático de las RSV es uno de los subtipos de la primera (Griffiths, 2012). En la muestra estudiada, la correlación entre las adicciones a las RSV y al teléfono móvil es moderada, e inferior a la reportada por Richardson, Hussain y Griffiths (2018); esto podría deberse al escaso reconocimiento que siguen teniendo estos usos problemáticos en nuestra población. También podría deberse a que la relación esté mediada o moderada por otras variables, como los rasgos de personalidad (Kircaburun & Griffiths, 2018; Rosen et al, 2013), incluido el rasgo de búsqueda de sensaciones que, en estudios locales sobre TIC, ha sido indagado como “búsqueda de novedades” (Luque et al, 2015; Luque, Cabral Aguirre, Tapia & Theirs Villafañe, 2016).

Corresponde destacar que las horas de uso no son indicadores de adicción, motivo por el cual se han diferenciado las de uso instrumental (trabajar y/o estudiar) de las no instrumentales (ocio y/o conectividad). La fuerte correlación entre las horas de uso no



instrumental con la adicción a las RSV parece asociada a que éstas son percibidas como fuentes de placer, satisfacción o bienestar subjetivo, más que como herramientas laborales o de comunicación (Abel, Buff & Burr, 2016; Blachnio & Przepióka, 2018; Stead & Bibby, 2017).

Przybylski et al (2013) encontraron que un mayor FoMO estaba relacionado con una mayor uso de RSV; en la investigación realizada por Blachnio y Przepióka (2018), el FoMO aparece como predictor positivo de la adicción a las RSV. En el presente estudio, los datos muestran que la correlación entre la adicción a las RSV y el FoMO es moderada, aunque los índices se elevan si la misma se estudia en relación con alguna RSV específica, siendo Facebook la que produce la correlación más alta. Por consiguiente, si bien son atendibles las críticas y las recomendaciones de Griffiths (2012), los estudios deben realizarse considerando la o las RSV utilizadas por los participantes de las investigaciones.

Sin embargo, en la presente investigación es escasa la contribución del FoMO en la explicación de la adicción a las RSV. Dado que FoMO se asocia directa, moderada y significativamente a las adicciones tecnológicas estudiadas – coincidentemente con lo que refieren Elhai et al (2016) y Stead & Bibby (2017) -, consideramos que es una variable que requiere más estudios y con mayor profundidad, así como análisis multivariados incluyendo otras variables que pudieran estar asociadas a la ocurrencia del FoMO, tales como la satisfacción con la vida, los rasgos de personalidad, el bienestar subjetivo, la necesidad de contacto físico o la conectividad social (Andreassen et al, 2017; Blachnio & Przepióka, 2018; Elhai et al, 2016; Sacvi & Aysan, 2018; Stead & Bibby, 2017; Wegmann et al, 2017).

Al igual que lo hallado por Oberst et al (2017), se encontraron diferencias entre varones y mujeres respecto al FoMO, y también en el uso problemático de RSV. En relación con FoMO, Lim (2016) atribuye la diferencia a socializaciones diferentes por sexo; también podría asociarse mayor necesidad de conectividad social en las mujeres (Sacvi & Aysan, 2018). En el caso de la adicción a las RSV, los datos locales coinciden con otros estudios donde se señala a los varones como usuarios más problemáticos (Herrera et al, 2010; Oberst et al, 2017).



Las diferencias en adicción a las RSV por edades tecnológicas son esperables, ya que cada generación se aproxima de distintos modos a las tecnologías (Dhaha, 2013). La diferencia en relación a FoMO apoyaría la idea de Swan y Kendall (2016), quienes consideran que este miedo provendría de o se asociaría a desórdenes de ansiedad producidos por factores ocupacionales, académicos, familiares, sociales y legales, que varían según la edad. Corresponde destacar la inexistencia de diferencias en cuanto a la tecnoddependencia, ya que los adictos a las TIC se distribuyen de manera proporcional en los tres grupos generacionales estudiados. Lamentablemente, tanto FoMO como la adicción a las RSV son evaluados solo en personas jóvenes o adolescentes, no siendo comparables los datos del presente estudio con los de otras investigaciones. El estudio de Swan y Kendall (2016) señalan que el FoMO deberá tenerse presente también que la intensidad de uso de las RSV, dada por la cantidad de perfiles activos que mantienen los usuarios, es una variable relevante para explicar la adicción, coincidiendo este resultado con lo hallado por Oberst et al (2017). La ansiedad tecnológica merece una mención aparte, en virtud de que altos niveles se producen aun en personas sin usos problemáticos de TIC (Luque et al, 2016; Yunes, 2016), y en este sentido se entiende que correlacione moderadamente con la adicción a las RSV. La correlación con FoMO se muestra sensiblemente más débil, a diferencia de los hallazgos de otros investigadores (Elhai et al, 2016; Lim, 2016; Oberst et al, 2017), lo que plantea la necesidad de continuar estudiando ambas variables en tanto las dos se asocian a estados afectivos similares.

Finalmente, en la muestra hay indicadores de cyberloafing que, no siendo un fenómeno novedoso, actualmente se ha visto promovido y aumentado por las RSV, tanto en el ámbito laboral como en el educativo, afectando la productividad y el rendimiento académico, lo que muestra la importancia de seguir estudiando el uso problemático de RSV en la población cordobesa y las consecuencias que el mismo produce.

## Referencias

- Abel, J., Buff, Ch. & Burr, S. (2016). Social media and the fear of missing out: scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14 (1): 33-42.



- Andreassen, C., Pallesen, S. & Griffiths, M. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. DOI: 10.1016/j.addbeh.2016.03.006
- Blachnio, A. & Przepiórka, A. (2017). Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 259, 514-519. DOI: 10.1016/j.psychres.2017.11.012
- Brodoža, B. & Jovanović, T. (2016). Validation of the new scale for measuring behaviors of Facebook users: Psycho-social aspects of Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 54, 425-435. DOI: 10.1016/j.chb.2015.07.032
- Buglass, S., Binder, J., Betts, L. & Underwood, J. (2017). Motivators of online vulnerability: the impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, 66, 248-255. DOI: 10.1016/j.chb.2016.09.055
- Dhaha, I. (2013). Predictors of Facebook Addiction among youth: a structural equation modeling. *Journal of Social Sciences*, 2(4): 186-195. Recuperado de <http://www.centreofexcellence.net/J/JSS/JSS Mainpage.htm>
- Elhai, J., Levine, J., Dvorak, R. & Hall, B. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516. DOI: 10.1016/j.chb.2016.05.079
- Escurra Mayaute, M., & Salas Blas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
- Gámez-Guadix, M., Calvete, E., Orue, I. & Las Hayas, C. (2015). Problematic Internet use and problematic alcohol use from the cognitive behavioral model: A longitudinal study among adolescents. *Addictive Behaviors*, 40, 109-114. DOI: 10.1016/j.addbeh.2014.09.009
- Griffiths, M. (2012). Facebook addiction: concerns, criticism, and recommendatios. *Psychological Reports*, 110 (2): 518-520. Disponible en: [http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/5408/1/Griffiths\\_3178.pdf](http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/5408/1/Griffiths_3178.pdf)



- Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J. & Zavala, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18 (1): 6-18. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936002>
- Junco, R., & Cotten, S. R. (2012). No A 4 U: the relationship between multitasking and academic performance. *Computers & Education*, 59, 505-514. DOI: 10.1016/j.compedu.2011.12.023
- Kircaburun, K. & Griffiths, M. (2018). Instagram addiction and the Big Five of Personality: the mediating role of self-liking. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 158-170. DOI: 10.1556/2006.7.2018.15
- Lim, Z. (2016). Tendency towards the fear of missing out. Tesis Doctoral, Escuela de Marketing, Universidad de Curtin, Australia.
- Luque, L., Aramburu, E. & Gómez, R. (2015). Escala de adicción a facebook: propiedades psicométricas en población universitaria. En *Memorias XXII Jornadas de investigación, Facultad de Psicología (UBA), Buenos Aires. Tomo III*. Disponible en <https://www.aacademica.org/000-015/938.pdf>
- Luque, L., Cabral Aguirre, C., Tapia, M. & Theirs Villafañe, C. (2016). Relación entre ansiedad y dependencia tecnológicas. Pag. 225 – 227. En A.Trímboli, E.Grande, S.Raggi, J. Fantin, P.
- Fridman & G .Bertran (comp.) *Los Limites de la Clinica. Serie Conexiones*. Buenos Aires: AASM. ISBN: 978-987-45937-1-9.
- Luque, L., Gómez, R. & Martiarena, V. (2016). Expositor III Congreso Regional de World Federation for Mental Health. Comunicación: Adaptación y propiedades psicométricas de la escala FoMO. World Federation for Mental Health. Buenos Aires, agosto de 2016.
- Marín-Vila, M., Carballo, J. & Coloma-Carmona, A. (2018). Rendimiento académico y cognitivo en el uso problemático de Internet Academic outcomes and cognitiveperformance in problematic Internet users. *Adicciones*, 30 (2), 101-110.



Disponible en  
<http://m.adicciones.es/index.php/adicciones/article/viewFile/844/935>

Martinez-Ferrer, B. & Moreno Ruiz, D. (2017). Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (2), 105-114. Recuperado de <http://www.infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/923>

Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M. & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51-60. DOI: 10.1016/j.adolescence.2016.12.008

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29, 1841-1848. DOI: 10.1016/j.chb.2013.02.014

Rauch, S., Strobel, C., Bella, M., Odachowski, Z., & Bloom, C. (2014). Face to face versus Facebook: Does exposure to social networking web sites augment or attenuate physiological arousal among the socially anxious?. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 17(3), 187-190. DOI: 10.1089/cyber.2012.0498

Reagle, J. (2015). Following the Joneses: FOMO and conspicuous sociality. *First Monday*, 20(10) [on-line]. Disponible en: <http://journals.uic.edu/ojs/index.php/fm/article/view/6064/4996>

Richardson, M., Hussain, Z. & Griffiths, M. (2018). Problematic smartphone use, nature connectedness and anxiety. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 109-116. DOI: 10.1556/2006.7.2018.10

Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Facebook and texting made me do it: Media-induced task-switching while studying. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 948-958. DOI: 10.1016/j.chb.2012.12.001

Solemi, J. & Olasina, J. (2016). Assessment of the impact of social networking media on students' academic performance in Higher Institutions: a case study of Federal



- Polytechnic, Ilaro. Ponencia de Online Proceedings for Scientific Conferences and Workshops. Disponible en <http://ceur-ws.org/Vol-1755/17-21.pdf>
- Stead, H. & Bibby, P. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534-540. DOI: 10.1016/j.chb.2017.08.016
- Swan, A. & Kendall, P. (2016). Fear and missing out: youth anxiety and functional outcomes. *Clinical Psychology: science and practice*, 23(4), 417-435. DOI: 10.1111/cpsp.12169
- Tresáncoras, A., García-Oliva, C. & Piqueras, J. (2017). Relación del uso problemático de Whatsapp con la personalidad y la ansiedad en adolescentes. *Salud y drogas*, 17 (1), 27-36. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/839/83949782003.pdf>
- Turkle, S. (2012). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Nueva York: Basic Book.
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internetcommunication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33-42. DOI: 10.1016/j.abrep.2017.04.001
- Wolniewicz, C., Tiamiyua, M., Weeks, J. & Elhai, J. (2017). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatric Research*, 262, 618-623. DOI: 10.1016/j.psychres.2017.09.058
- Yunes, V. (2016). Estudio correlacional sobre el Uso problemático de redes sociales virtuales y estados de ansiedad no patológica en adolescentes de la ciudad de Río Tercero. Trabajo Final de Licenciatura en Psicología, Universidad de Morón (sede Río Tercero)