

Mujeres y niños son más vulnerables a sufrir nomofobia o miedo irracional a estar sin el móvil, según un estudio de UNIR

- **Esta investigación de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) es la primera que analiza la prevalencia de esta problemática a través de la literatura científica a nivel mundial. Busca diferencias de género y edad para identificar si existen factores de riesgo.**
- **El trabajo detecta menos estudios realizados con niños y preadolescentes, un aspecto preocupante en tanto que este problema afecta a uno de cada cuatro menores.**

Logroño-Madrid, 5 de octubre de 2021.-

Una investigación de la **Universidad Internacional de La Rioja (UNIR)** apunta a que las mujeres y los niños son más vulnerables a padecer nomofobia o miedo irracional a permanecer desconectado del móvil, tras analizar los estudios científicos publicados al respecto de esta problemática desde 2010 a 2019.

Es el primer estudio que analiza todos los estudios empíricos y de prevalencia publicados en inglés y castellano sobre nomofobia. Ha sido publicado por la revista *PLOS ONE*, indexada en JCR (Q2).

Se trata de una revisión sistemática de 108 artículos publicados en bases de datos científicas internacionales, que abordan la nomofobia desde una perspectiva psicológica y ofrecen datos cuantitativos sobre la prevalencia. Pretende mostrar si existen diferencias de género y edad, de forma que sea posible identificar factores de riesgo y comprobar si estas diferencias se dan a nivel mundial.

Este trabajo aporta a los estudiosos de esta problemática una serie de guías y pautas comunes para sistematizar y orientar futuras investigaciones, evitando así la heterogeneidad de datos, que según se aprecia es excepcionalmente alta.

“La Nomofobia (NoMobilePhobia) es el miedo a separarse del teléfono móvil y a perder la conexión con internet y todo lo que ello posibilita: acceso a

nuestros contactos personales, al trabajo, a la actualidad, a las redes sociales, etc. Desde que se acuñó esta fobia social en el 2008, se ha hecho una cantidad ingente de investigaciones sobre su prevalencia. Sin embargo, también se han generado resultados contradictorios sobre la forma de evaluar, medir y concluir qué grupos tienen una mayor propensión a padecer este problema. Este trabajo de revisión sistemática constituye un esfuerzo por ver la gran foto”, afirman las profesoras de UNIR **Ana León Mejía** y **Mónica Gutiérrez Ortega**, autoras del estudio.

También participan en la investigación **Joaquín González Cabrera**, profesor de UNIR, e **Isabel Serrano Pintado**, de la Universidad de Salamanca.

Disparidad metodológica

Pese a las diferencias en los criterios de evaluación que muestran las investigaciones analizadas, se ha podido extraer que las mujeres y los individuos jóvenes son los colectivos de mayor riesgo a padecer este miedo irracional a separarse del móvil.

La disparidad en la notificación de la prevalencia de la nomofobia es enorme, ya que los porcentajes de personas en riesgo van del 13% al 79% y los que la padecen entre un 6% y un 73%. Dentro del grupo de nomofóbicos, los casos moderados oscilan entre el 25,7% y el 73,3%, y los casos severos, entre el 1% y el 87%.

Esta revisión sistemática ha detectado, además, que existe confusión conceptual en este campo de investigación, ya que la nomofobia a menudo se equipara con la adicción móvil a pesar de ser dos constructos diferentes (aunque relacionados) que surgieron en torno al uso problemático de los teléfonos inteligentes.

Niños y preadolescentes

Asimismo, aunque constata la existencia de diferencias de género y edad, señalando a las mujeres y los jóvenes como los grupos más vulnerables, el trabajo llama la atención sobre la necesidad de profundizar en el conocimiento de cómo afecta esta problemática a los distintos grupos de población, en especial a los menores.

Hay sustancialmente menos estudios realizados con niños y preadolescentes, un aspecto que preocupa en tanto que la edad en la que se tiene un teléfono móvil por primera vez está disminuyendo. Además, diversos trabajos han informado que este problema afecta a uno de cada cuatro niños y jóvenes.

En este estudio se señala que la investigación sobre la nomofobia debe contribuir al debate sobre la frecuencia, intensidad y consecuencias nocivas de esta fobia entre los más jóvenes.

Referencia bibliográfica:

León-Mejía AC, Gutiérrez-Ortega M, Serrano-Pintado I, González-Cabrera J (2021). 'Una revisión sistemática sobre la prevalencia de la nomofobia: resultados emergentes y pautas estándar para futuras investigaciones'. *PLoS ONE* 16 (5): e0250509.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250509>

SOBRE UNIR

UNIR es una Universidad cien por cien en línea que ofrece una educación superior de calidad a través de las tecnologías más innovadoras, siempre con el estudiante en el centro de su actividad. Imparte 25 grados oficiales, más de 100 postgrados y 3 programas de doctorado que tienen como objetivo acercar una educación integral y personalizada a los más de 50.000 estudiantes que trabajan en sus aulas presenciales-virtuales desde más de 100 países, especialmente en España y Latinoamérica. Su método de enseñanza, adecuado a las demandas del mercado laboral, hace de UNIR una auténtica palanca social que rompe barreras y ayuda a que cada uno, esté donde esté, cumpla sus sueños universitarios y de progreso.

Para más información:

Departamento de Comunicación UNIR

comunicacion@unir.net www.unir.net

Paloma Gamarra (La Rioja)

941 210 211 ext. 1285

paloma.gamarra@unir.net

Sara Puerto

91 567 43 91 ext. 3236

sara.puerto@unir.net

Diego Caldentey

915 674 391 ext. 3090

diego.caldentey@unir.net

Bosco Martín (director)

91 567 43 91 ext. 3091

bosco.martin@unir.net