

## ¿Cómo evaluar la adicción al celular en adolescentes?

### How to assess cell phone addiction in adolescents?

Erandi A. Muñoz González<sup>a</sup>, Julieta Ángel García<sup>b</sup>, Geu Mendoza Catalán<sup>c</sup>

---

#### Abstract:

**Introduction:** The increasing use of mobile phones has raised concerns about their potential impact on adolescents' health. More than 69% of the global population uses a mobile phone, and over five billion people are active users of social media. In Mexico, internet and mobile phone use has steadily increased, with negative effects observed among adolescents and young people. Evidence suggests that problematic mobile phone use is associated with psychological, social, and physical consequences that require attention. **Objective:** To report the scales used to assess mobile phone addiction in adolescents. **Method:** A literature review was conducted using international academic databases. Published studies reporting the development of questionnaires, scales, or instruments designed to assess mobile phone addiction or problematic use in adolescents were included. **Results:** A total of 12 scales were identified for the assessment of mobile phone addiction, dependence, problematic use, and the use of mobile phones for different functions, including health information seeking and fear of not having access to the device. This study synthesizes and identifies various scales that may be useful for their appropriate selection in future research. **Conclusions:** The evidence presented in this study facilitates the identification of a wide range of scales for assessing mobile phone addiction in adolescents, allowing researchers to easily compare the number of items, their focus, and the dimensions evaluated by each instrument.

#### Keywords:

Cell phone addiction, Adolescents, Assessment scales, Problematic mobile phone use

---

#### Resumen:

**Introducción:** El incremento del uso de teléfonos celulares ha generado preocupación por sus posibles repercusiones en la salud de los adolescentes. Más del 69% de la población mundial utilizaba un teléfono celular y más de cinco billones eran usuarios activos de redes sociales. En México, el uso del internet y el celular ha aumentado de forma sostenida, con un impacto negativo en adolescentes y jóvenes. La evidencia sugiere que el uso problemático del celular se asocia con efectos psicológicos, sociales y físicos que requieren atención. **Objetivo:** Reportar las escalas para evaluar la adicción al celular en adolescentes. **Método:** Se realizó una revisión de literatura en bases de datos académicas internacionales. Se incluyeron artículos publicados que reportaran la construcción de cuestionario, escalas o instrumentos para evaluar la adicción o uso problemático del celular en adolescentes. **Resultados:** Se identificaron 12 escalas orientadas a la evaluación a la adicción del celular, la dependencia, uso problemático y el uso del celular para diferentes funciones tanto la búsqueda de información en salud, miedo a olvidar o no tener el celular a la mano. Con este trabajo se sintetizan y se identifican diversas escalas que pueden ser útiles para su elección correcta en futuros estudios. **Conclusiones:** La evidencia presentada en este trabajo permite facilitar a las personas poder localizar con facilidad una diversidad de escalas para la

---

<sup>a</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Instituto de Ciencias de la Salud | San Agustín Tlaxiaca -Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0000-7342-4996>, Email: [mu453781@uaeh.edu.mx](mailto:mu453781@uaeh.edu.mx)

<sup>b</sup> Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Instituto de Ciencias de la Salud | San Agustín Tlaxiaca -Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0002-0380-427X>, Email: [julieta\\_angel@uaeh.edu.mx](mailto:julieta_angel@uaeh.edu.mx)

<sup>c</sup> Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Instituto de Ciencias de la Salud | San Agustín Tlaxiaca -Hidalgo | México, <https://orcid.org/0000-0002-5061-2457>, Email: [geu\\_mendoza@uaeh.edu.mx](mailto:geu_mendoza@uaeh.edu.mx)

evaluación de la adicción al celular en adolescentes, con el fin de identificar la cantidad de preguntas que cada uno contiene, hacia qué está orientado y las dimensiones que evalúa.

**Palabras Clave:**

*Adicción al celular, Adolescentes, Escalas de evaluación, Uso problemático del teléfono móvil.*

---

## Introducción

El uso del teléfono celular y el internet se ha convertido en una actividad indispensable en la vida de las personas, especialmente en la población joven; a principios del 2024 el número de usuarios con teléfono celular ascendía a 5.610 billones de personas, sin embargo, GSMA Intelligence (Global System for Mobile Communications Association) reportó que el 69.4 % de la población mundial utiliza actualmente un teléfono celular. En el 2024 se registró un aumento de usuarios que se mantenían activos en las redes sociales, habiendo un incremento que ha superado los 5 billones de usuarios, lo que equivale al 62.3% de la población mundial, aumentando 266 millones de personas, es decir un 5.6% a comparación del año anterior (Simon, 2024).

En México, en el año 2024, un estudio sobre los hábitos de usuarios de internet determinó que hubo un incremento del 5.2% de usuarios de internet, pasando de 96.9 millones de internautas a 101.9 millones comprendiendo el 84% de la población mayor de 6 años, siendo CDMX y el Estado de México los estados que lideran la lista como los que más índice de uso de internet tienen. El 61% de los participantes refirieron estar conectados más de 7 horas al día, de los cuales el 54% de los participantes tenían entre 12 a 27 años y refirieron mantener una conectividad de más de 9 horas (Asociación de Internet MX et al., 2024).

Existen diferentes definiciones acerca de la adicción al teléfono celular como de otros conceptos relacionados con el mismo, por ejemplo, Griffiths (1995) menciona que las adicciones tecnológicas se definen como adicciones no químicas (de comportamiento) que suponen la interacción entre personas y máquinas. Por otro lado, Billieux et al., (2008) explican que la adicción al celular es una forma de adicción al internet que se caracteriza por una pérdida de control del uso del dispositivo, por presentar síntomas de abstinencia al intentar reducirlo, y repercusiones negativas en la vida cotidiana y sus relaciones interpersonales. También se hace mención acerca del concepto de la nomofobia, relacionado con la adicción al teléfono celular, el cual se define como el miedo irracional a no tener el móvil o a estar incomunicado a Internet (Chico Asensio et al., 2018). Existe una fuerte relación entre la adicción al teléfono celular y la nomofobia, ya que un uso excesivo del dispositivo se asocia con un mayor temor a no tenerlo disponible.

También se señala que los adolescentes con menor capacidad para regular sus emociones tienen más dificultades para controlar el tiempo que pasan usando el celular (Díaz Miranda & Extremera Pacheco, 2020).

La adicción al celular puede tener varias consecuencias tanto a nivel conductual, social, físico y mental.

En el ámbito mental existe una relación significativa entre la depresión, ansiedad, estrés, sensación de soledad y la adicción al teléfono celular, indicando que a mayor nivel de adicción, mayor es la percepción de soledad, y una mala calidad de sueño; en otras palabras, la soledad intensa puede contribuir al desarrollo de la adicción al teléfono celular, lo que a su vez afecta negativamente el sueño debido a la cantidad excesiva de horas que se mantienen los adolescentes despiertos en la noche (Djannah et al., 2021; Li & Lu, 2017; Soni et al., 2017). Además, los adolescentes con mayor adicción al teléfono celular presentan una mayor severidad de cibercondría, es decir, existe una relación entre la frecuencia con la que buscan información sobre salud y sus niveles de ansiedad, incluso si no tienen problemas de salud (Kose & Murat, 2021).

Entre los problemas físicos, se determinó que los adolescentes adictos al teléfono son más propensos a sufrir problemas de salud, como déficit de atención, dificultades visuales (como fatiga ocular, visión borrosa, sequedad ocular y cefalea) y problemas lumbares (como dolores de espalda, presión excesiva en el cuello y la espalda baja, dolor cervical, rigidez muscular y alteraciones en la postura) (Erdem & Sezer Efe, 2022; Djannah et al., 2021). Además, los datos indican que la adicción al teléfono celular es un factor independiente asociado a problemas gastrointestinales como estreñimiento o mala digestión e interrupciones en las horas de comida (Cinquetti et al., 2021). Puede afectar la salud debido a cambios en la dieta, como retrasar y olvidar comer, lo que supone un riesgo de desarrollar úlceras estomacales (Djannah et al., 2021).

La adicción al teléfono tiene también repercusiones a nivel conductual y social, afectando la vida cotidiana, las relaciones interpersonales, sociales y el rendimiento académico o laboral si no se maneja a tiempo; se observó que aquellos con menor sensación de autoeficacia, que no participan en clubes o asociaciones, quienes reprueban materias de matemáticas y quienes tienen dificultades para concentrarse suelen pasar más tiempo con el teléfono en comparación con quienes, por el

contrario, lo usan un menor tiempo (Vicente-Escudero et al., 2019; Becerra-Canales et al., 2022).

El uso del teléfono celular permite a los adolescentes mantener sus relaciones de amistad y fortalecer la conexión con sus pares. Sin embargo, pasar demasiado tiempo en entornos virtuales puede afectar negativamente sus habilidades de comunicación interpersonal y sociales, deteriorando sus relaciones con los demás (Erdem & Sezer Efe, 2022).

La adicción al celular tiene también una relación negativa con la perseverancia, es decir, a menor tenacidad, mayor es la tendencia a desarrollar esta adicción, pues su ausencia está vinculada a conductas desadaptativas como adicciones, consumo de sustancias y actividades delictivas (Kim et al., 2021).

### **Objetivo**

Reportar las escalas para evaluar la adicción al celular en adolescentes.

### **Metodología**

Se realizó una revisión narrativa de la literatura con el propósito de identificar y describir instrumentos utilizados para evaluar la adicción al teléfono móvil en población adolescente. Se hizo una búsqueda que incluyó las bases de datos como Pudmed, Scielo, Redalyc, Scopus y Google académico. En cada base de datos se utilizaron las siguientes palabras clave tanto en español e inglés: Adicción al celular, Adolescentes, Escalas de evaluación y Uso problemático del teléfono móvil (Cell phone addiction, Adolescents, Assessment scales, Problematic mobile phone use). En cada búsqueda que se realizó se utilizaron los operadores booleanos ("AND", "OR") del 2000 al 2024. La búsqueda la realizaron entre dos personas. Al finalizar la búsqueda y selección de los cuestionarios, se incluyeron en una base de datos de Excel y posterior de una revisión se eliminaron los cuestionarios repetidos. Se incluyeron estudios que describieran instrumentos de evaluación de la adicción al teléfono móvil en población adolescente, publicados en español o inglés, disponibles en texto completo y que incluyeran información sobre las características del instrumento. Se excluyeron estudios duplicados, artículos sin acceso a texto completo, investigaciones enfocadas exclusivamente en población adulta o infantil, así como aquellos que no describieran instrumentos de medición.

### **Resultados**

Se encontraron 12 cuestionarios para evaluar la adicción del celular en adolescentes, los cuales se describen brevemente:

El *Test de Dependencia al Teléfono Móvil* (TDM), evalúa el nivel de dependencia al teléfono celular en la población adolescente. Consta de 22 ítems que evalúan cuatro

factores: abstinencia, falta de control y problemas derivados del uso, tolerancia e interferencia con otras actividades. Este instrumento fue validado mediante análisis factorial y presenta una alta consistencia interna, con un alfa de Cronbach de 0.90 (Duraó et al., 2021).

La *Escala de Adicción al Teléfono Inteligente* (SAS) es una escala tipo Likert de 33 ítems, con dimensiones que incluyen interrupción de la vida diaria y tolerancia, síntomas de abstinencia, anticipación positiva, relaciones orientadas al ciberespacio, uso excesivo, dependencia de redes sociales y síntomas físicos. Fue validada mediante análisis factorial exploratorio y confirmatorio, con un alfa de Cronbach de 0.96. (Kwon et al., 2013a).

Existe también una versión corta de esta escala, la cual consta de 10 ítems que analizan seis sintomatologías relacionadas con la adicción al teléfono: pérdida de control, interrupción de la familia o escolarización, ignorar las consecuencias físicas o psicológicas, preocupación, tolerancia y retracción/retirarse. Esta versión fue validada mediante análisis factorial confirmatorio y presenta un alfa de Cronbach de 0.91 (Kwon et al., 2013b).

El *Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil* (CERM), se centra en el abuso del teléfono celular. Consta de 10 ítems y dos factores: conflictos (5 ítems sobre riesgo de perder oportunidades importantes por culpa del celular) y uso comunicacional/emocional (5 ítems sobre inquietud por no recibir llamadas o mensajes). Fue validado mediante análisis factorial exploratorio y presenta un alfa de Cronbach de 0.80 (Beranuy et al., 2009).

El *Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet* (CERI) busca evaluar las consecuencias interpersonales e intrapersonales del uso del internet, consta de 10 ítems con dos factores: conflictos intrapersonales y conflictos interpersonales. Su validación se realizó mediante análisis factorial, y presenta un alfa de Cronbach de 0.79. (Beranuy et al., 2009).

La *Escala de Gravedad de la Cibercondría* (CSS), evalúa niveles de ansiedad sobre la salud y conductas derivadas de la búsqueda excesiva de información médica en línea. La escala consta de 33 ítems y cinco subdimensiones: compulsión, angustia, excesividad, búsqueda de tranquilidad y desconfianza. Fue validada mediante análisis factorial confirmatorio y presenta coeficientes de alfa de Cronbach entre 0.90 y 0.95 en sus subescalas (McElroy & Shevlin, 2014).

El *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) evalúa la nomofobia mediante 20 ítems agrupados en cuatro dimensiones: no poder comunicarse, pérdida de conexión, no poder acceder a la información y renunciar a la comodidad que otorga el teléfono celular. Su validación incluyó análisis factorial confirmatorio y análisis de validez convergente, con un alfa de Cronbach de 0.94. (Yildirim & Correia, 2015).

La *Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone* (EDAS), está constituida por 40 elementos agrupados en tres componentes: uso, abuso y adicción; rasgos de personalidad; y gasto monetario en aplicaciones y juegos móviles. Fue validada mediante análisis factorial y mediante juicio de expertos, reporta un alfa de Cronbach de 0.90. (López et al., 2017).

La *Escala de Adicción al Teléfono Móvil* (MPAS) consta de 17 ítems que evalúan el grado de adicción al teléfono celular en cuatro dimensiones: incapacidad para controlar el deseo, ansiedad y sensación de pérdida, síntomas de retirada y pérdida de productividad. Fue validada mediante análisis factorial exploratorio y presenta un alfa de Cronbach de 0.85. (Lopez-Fernandez et al., 2012).

El *Problematic Mobile Phone Use Questionnaire* (PMPUQ) evalúa el uso problemático del teléfono celular mediante 30 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: uso prohibido, uso peligroso, dependencia y problemas financieros. Su validación incluyó análisis factorial y validez convergente, con coeficientes alfa de Cronbach entre 0.70 y 0.85 en sus subescalas (Billieux et al., 2008). La *Smartphone Addiction Proneness Scale for Youth* (SAPS-Y) consta de 15 ítems en cuatro factores: perturbación de funciones adaptativas, orientación hacia la vida virtual, abstinencia y tolerancia. Fue validada mediante análisis factorial y presenta un alfa de Cronbach de 0.88 (Kim et al., 2014).

La *Mobile Phone Problem Use Scale* (MPPUS) incluye 27 ítems sobre problemas derivados del uso del teléfono móvil: tolerancia, retiro, pérdida de control, evasión, deseo y consecuencias negativas para la vida diaria. Este instrumento fue validado mediante análisis factorial exploratorio y confirmatorio, y presenta un alfa de Cronbach de 0.90 (Bianchi & Phillips, 2005).

El resumen de los cuestionarios se observan en la tabla 1.

## Discusión

Los resultados de la presente revisión de literatura se observa una diversidad de cuestionarios diseñados para evaluar la adicción al teléfono móvil en adolescentes, los cuales difieren en su estructura, número de ítems y dimensiones evaluadas, lo que refleja la complejidad del constructo. En este sentido, los cuestionarios como el Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDM) y la *Mobile Phone Problem Use Scale* (MPPUS), coinciden en evaluar componentes clásicos de las adicciones como: la tolerancia, la abstinencia, la pérdida de control y las consecuencias negativas en la vida diaria (Bianchi & Phillips, 2005; Durao et al., 2021). Esto sugiere que ambos instrumentos se sustentan en un modelo tradicional de adicción.

En contraste, la *Escala de Adicción al Teléfono Inteligente* (SAS), incorporan dimensiones específicas del contexto digital, como la anticipación positiva y las relaciones orientadas al ciberespacio (Kwon et al., 2013a; Kwon et

al., 2013b). Esta diferencia pone en evidencia cómo los instrumentos más recientes tienden a integrar aspectos emocionales y sociales derivados del uso del smartphone, además de los síntomas clásicos de dependencia. La existencia de versiones abreviadas, como la SAS-SV, también responde a la necesidad de contar con herramientas más prácticas para contextos clínicos o epidemiológicos.

Por otra parte, instrumentos como el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM) y el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI), se enfocan en las consecuencias del uso, particularmente en los conflictos interpersonales e intrapersonales (Beranuy et al., 2009). A diferencia de escalas más extensas, estos cuestionarios priorizan la evaluación del impacto del uso problemático sobre la vida de los adolescentes. Asimismo, se identifican instrumentos que amplían el fenómeno, tal es el caso del *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q), que evalúa el miedo a la desconexión, y la *Escala de Gravedad de la Cibercondría* (CSS), que aborda la ansiedad derivada de la búsqueda de información en línea (McElroy & Shevlin, 2014; Yildirim & Correia, 2015). Estos instrumentos evidencian que la adicción al teléfono móvil se encuentra estrechamente vinculada con respuestas emocionales específicas, lo que contribuye a una comprensión más amplia del fenómeno.

En relación con la estructura y amplitud de los instrumentos, se observa que escalas como la *Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone* (EDAS), presentan un enfoque más integral al incluir no solo el uso, abuso y adicción, sino también rasgos de personalidad y aspectos económicos relacionados con el uso de aplicaciones (López et al., 2017). De manera similar, el *Problematic Mobile Phone Use Questionnaire* (PMPUQ), incorpora dimensiones como el uso peligroso y los problemas financieros (Billieux et al., 2008), lo que amplía la evaluación hacia conductas de riesgo. Instrumentos como la *Smartphone Addiction Proneness Scale for Youth* (SAPS-Y), incorpora dimensiones como la orientación hacia la vida virtual y la perturbación de funciones adaptativas (Kim et al., 2014).

En cuanto a la extensión de los instrumentos, se observa una variabilidad considerable que va desde escalas breves de 10 ítems (como el CERM, CERI y la versión corta de la SAS) hasta instrumentos más extensos de 30 a 40 ítems (como el PMPUQ y la EDAS). Esta heterogeneidad sugiere diferentes propósitos de medición: mientras las escalas breves facilitan su aplicación en contextos de tamizaje o estudios poblacionales, las más extensas permiten una evaluación más detallada y multidimensional del fenómeno.

Finalmente, es importante señalar que la mayoría de los instrumentos fueron desarrollados en contextos internacionales, con limitada evidencia de validación en población mexicana. Esta situación representa una limitación relevante, ya que las diferencias culturales pueden influir en la forma en que se manifiesta y se

percibe la adicción al teléfono móvil. Por ello, se hace necesario promover estudios de validación y adaptación cultural que permitan garantizar la pertinencia y validez de estas herramientas en contextos locales.

El presente estudio presenta algunas limitaciones que deben considerarse al interpretar los hallazgos. En primer lugar, al tratarse de una revisión de literatura, depende de la disponibilidad y accesibilidad de los estudios incluidos, por lo que la exclusión de artículos sin acceso a texto completo pudo haber limitado la identificación de otros instrumentos relevantes. Asimismo, la búsqueda se restringió a determinados idiomas y bases de datos, lo que podría haber generado un sesgo de selección. Por otra parte, no se siguió un protocolo de revisión sistemática como PRISMA, lo que puede influir en la exhaustividad y reproducibilidad del proceso de búsqueda. Se identificó que la mayoría de los instrumentos fueron desarrollados y validados en contextos internacionales, con escasa evidencia de validación en población mexicana o latinoamericana, lo que limita su generalización y aplicabilidad en estos contextos.

Se recomienda que futuras investigaciones se orienten a la realización de revisiones sistemáticas que integren metodologías más rigurosas, como PRISMA, con el fin de fortalecer la validez y reproducibilidad de los hallazgos. Asimismo, es necesario desarrollar estudios que evalúen de manera comparativa las propiedades psicométricas de los instrumentos identificados, particularmente en términos de validez, confiabilidad y sensibilidad. De igual manera, promover la adaptación cultural y validación de estos instrumentos en población mexicana y latinoamericana, considerando las características socioculturales.

#### Conclusiones

La revisión de literatura permitió identificar 12 instrumentos que han sido desarrollados y validados para la evaluación del uso problemático del celular en esta población, cada uno con características, dimensiones y enfoques específicos. La existencia de escalas orientadas a medir desde la dependencia y la adicción, hasta la nomofobia y la cibercondría, muestra la complejidad del fenómeno y la necesidad de seleccionar cuidadosamente el instrumento más adecuado según los objetivos de cada investigación.

## Referencias

- Asociación de Internet MX, Knowsy A. I., CDETECH, Digital Venture, & NYCE. (2024, mayo). *20° Estudio sobre los hábitos de usuarios en internet en México 2024*. Asociación de Internet MX. <https://www.asociaciondeinternet.mx/>
- Becerra-Canales, B., Hernández-Huaripaucar, E., Mayaute-Ghezzi, J., Solano-García, C., Pardo-Angulo, P., Reyes-Uribe, A., Chauca, C., Cáceres, V., Chang-Laura, A., De la Cruz, D., Llantoy-Mezarayme, N., Roman-Aspilcueta, D., Rios-Ramos, A., Oscoco, Y., Ramos, C., Gutierrez, E., & Quiroz, J. (2022). Adicción a teléfonos inteligentes en una muestra de adolescentes: Estudio preliminar. *Revista Médica Panacea*, *11*(2), 38–46. <https://doi.org/10.35563/rmp.v11i2.482>
- Beranuy, M., Chamarro, A., Graner, C., & Carbonell, X. (2009). Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso de móvil. *Psicothema*, *21*(3), 480–485. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72711821023.pdf>
- Bianchi, A., & Phillips, J. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, *8*(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Billieux, J., Van der Linden, M., & Rochat, L. (2008). The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone. *Applied Cognitive Psychology*, *22*(9), 1195–1210. <https://doi.org/10.1002/acp.1429>
- Chico Asensio, I., Maldonado Díaz, L., & Moreno Garrote, L. (2018). Nomophobia: Disorder of the 21st century. *Semergen*, *44*(7), 117–118. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2018.05.002>
- Cinquetti, M., Biasin, M., Ventimiglia, M., Balanzoni, L., Signorelli, D., & Pietrobelli, A. (2021). Functional gastrointestinal disorders, lifestyle habits, and smartphone addiction in adolescents. *La Pediatria Medica e Chirurgica*, *43*(1), 238. <https://doi.org/10.4081/pmc.2021.238>
- Díaz Miranda, N., & Extremera Pacheco, N. (2020). Inteligencia emocional, adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes. *Know and Share Psychology*, *1*(2), 7–13. <http://dx.doi.org/10.25115/kasp.v1i2.3195>
- Djannah, S. N., Tentama, F., & Sinanto, R. A. (2021). Game addiction among adolescents and its health impacts. *International Journal of Public Health Science*, *10*(3), 480–492. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v10i3.20920>
- Durao, M., Etchezahar, E., Ungaretti, J., & Calligaro, C. (2021). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDMB) en Argentina y sus relaciones con la impulsividad. *Acta Psiquiátrica*, *35*(130), 1–18.

- [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S221535352021000100001](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S221535352021000100001)
- Erdem, E., & Sezer Efe, Y. (2022). The smartphone addiction, peer relationships and loneliness in adolescents. *Encéphale*, 48(5), 490–495. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2021.06.009>
- Global System for Mobile Communications Association (GSMA). (2024). *The mobile economy 2024*. <https://www.gsma.com/>
- Griffiths, M. D. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, (76), 14–19. [10.53841/bpscpf.1995.1.76.14](https://doi.org/10.53841/bpscpf.1995.1.76.14)
- Kim, C., Kwak, K., & Kim, Y. (2021). The relationship between stress and smartphone addiction among adolescents: The mediating effect of grit. *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-159399/v1>
- Kim, D., Lee, Y., Lee, J., Nam, J. K., & Chung, Y. (2014). Development of Korean smartphone addiction proneness scale for youth. *PLoS ONE*, 9(5), e97920. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0097920>
- Kose, S., & Murat, M. (2021). Examination of the relationship between smartphone addiction and cyberchondria in adolescents. *Archives of Psychiatric Nursing*, 35(6), 563–570. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.08.009>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013a). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J. H., & Kim, D. J. (2013b). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2), e56936. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Li, M., & Lu, L. (2017). La influencia de la adicción al teléfono móvil en la calidad de sueño de estudiantes secundarios dejados atrás: El rol mediador de la soledad. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 26(1), 71–81. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281950399007>
- López, M. A., Gutierrez, V. F., & García-Domingo, M. (2017). “No sin mi Smartphone”: Elaboración y validación de la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS). *Terapia Psicológica*, 35(1), 35–45. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082017000100004>
- Lopez-Fernandez, O., Honrubia-Serrano, M., & Freixa-Blanxart, M. (2012). Adaptación española del “Mobile Phone Problem Use Scale” para población adolescente. *Adicciones*, 24(2), 123–130. <https://doi.org/10.20882/adicciones.104>
- McElroy, E., & Shevlin, M. (2014). The development and initial validation of the cyberchondria severity scale (CSS). *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 259–265. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.12.007>
- Simon, K. (2024, 31 de enero). *Digital 2024: Global overview report*. DataReportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
- Soni, R., Upadhyay, R., & Jain, M. (2017). Prevalence of smartphone addiction, sleep quality and associated behaviour problems in adolescents. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 5(2), 515–519. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20170142>
- Vicente-Escudero, J. L., Saura-Garre, P., López-Soler, C., Martínez, A., & Alcántara, M. (2019). Adicción al móvil e internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras. *Escritos de Psicología*, 12(2), 103–112. <https://doi.org/10.24310/epsiescpsi.v12i2.10065>
- Yildirim, C., & Correia, A.-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>