

ORIGINAL

Uso problemático de WhatsApp entre adolescentes: ¿Qué papel educativo juegan los padres y las madres?

Problematic use of WhatsApp and adolescents: What educational role do parents play?

MARC GRAU-GRAU^{*}, MARÍA GLORIA GALLEGU-JIMÉNEZ^{**}, LUIS MANUEL RODRÍGUEZ OTERO^{***, ****}.

^{*} Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Internacional de Catalunya.

^{**} Facultad de Humanidades y Ciencias de la Comunicación, Universidad CEU San Pablo.

^{***} Facultad de Educación, Universidad Internacional de La Rioja.

^{****} Facultad de Trabajo Social, Universidad Autónoma de Sinaloa.

Resumen

El objetivo del presente estudio es comprender la relación entre el uso problemático del WhatsApp entre jóvenes adolescentes y la mediación parental. El auge del uso del teléfono móvil entre los jóvenes es motivo de preocupación, especialmente entre los propios padres y madres. La literatura sugiere que los progenitores disponen de cierto margen de maniobra a partir de distintas estrategias parentales (mediación parental) para maximizar los beneficios de la tecnología, y reducir sus posibles riesgos, sin ser suficientemente analizadas en el caso del uso problemático del móvil y sus aplicaciones. Por este motivo, este estudio examina tres distintas estrategias de mediación parental (restrictiva, modelado y estimulación) y su posible impacto en el uso problemático del WhatsApp. Para ello, se empleó una muestra de 1.144 estudiantes de 13 y 14 años durante tres cursos académicos (2015-2018) en 17 colegios de 7 provincias españolas. Una de las novedades del estudio es el uso de las voces de los adolescentes para comprender la mediación parental de sus padres. Los resultados muestran una relación entre el nivel de mediación restrictiva y un uso problemático de WhatsApp. Además, el número de móviles que han gozado los estudiantes, así como si los padres cenan con el móvil durante la cena también tiene una relación positiva con el uso problemático de WhatsApp. Estos resultados son útiles para entender un uso responsable del teléfono móvil, así como para orientar a padres sobre el uso problemático de WhatsApp entre adolescentes.

Palabras clave: uso problemático, WhatsApp, teléfono móvil, mediación parental, adolescencia

Abstract

The goal of this study is to understand the relationship between the problematic use of WhatsApp among young adolescents and parental mediation. The rise of mobile phone use among young people is a cause for concern, especially among parents themselves. The literature suggests that parents have a certain amount of room for maneuver through different parental strategies (parental mediation) to maximize the benefits of technology and reduce its possible risks, although this has not been sufficiently analyzed in the case of problematic use of the mobile phone and its applications. This study therefore examined three different parental mediation strategies (restrictive, modeling and stimulation) and their possible impact on the problematic use of WhatsApp. The sample comprised 1,144 13- and 14-year-old students during three academic years (2015-2018) in 17 schools in 7 Spanish provinces. One of the novelties of the study was the use of adolescent voices to understand the parental mediation of their parents. The results showed a direct relationship between the level of restrictive mediation and a problematic use of WhatsApp. In addition, the number of mobile phones that students have enjoyed, as well as whether parents use their mobile phone during dinner, also has a positive relationship with the problematic use of WhatsApp. These results are useful for understanding a responsible use of the mobile phone, as well as to guide parents about the problematic use of WhatsApp among adolescents.

Keywords: problematic use, WhatsApp, mobile phone, parental mediation, adolescence

■ Recibido: Diciembre 2021; Aceptado: Julio 2022.

■ ISSN: 0214-4840 / E-ISSN: 2604-6334

■ Enviar correspondencia a:

Marc Grau-Grau. Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad Internacional de Catalunya. Carrer de Josep Trueta S/N, 08195 Sant Cugat del Vallès, Barcelona, España. Email: mgraug@uic.es

El 93,7% de los españoles afirma que la irrupción de la tecnología ha afectado sus rutinas familiares (Centro de Investigaciones Sociológicas, 2015), disminuyendo la comunicación entre padres e hijos (67,9%), la comunicación en la pareja (49,4%), y aumentando el conflicto familiar (51,5%). Cinco décadas después de la primera llamada de Martin Cooper desde un teléfono móvil moderno¹, la mayoría de las personas de sociedad postindustriales disponen de un teléfono móvil propio. Los adolescentes no son una excepción.

Según datos recientes, el 69,5% de los adolescentes españoles disponen de un teléfono móvil, aumentado el porcentaje hasta el 95,7% a los 15 años (Instituto Nacional de Estadística, 2020), situándose el *rite de passage* entre los 12 y 13 años. Entre los adolescentes, el 40% de los chicos y casi el 30% de las chicas afirma tocar el teléfono móvil entre 50 y 100 veces al día, implicando un contacto activo cada 15 o 20 minutos (Masip y Balagué, 2015).

Este uso intensivo del teléfono móvil nos invita a reflexionar sobre su posible uso problemático (Chóliz, Villanueva y Chóliz, 2009; Pedrero Pérez, Morales Alonso y Ruíz Sánchez de León, 2021; Pedrero Pérez, Rodríguez Monje y Ruíz Sánchez De León, 2012; Ruiz-Ruano García, López-Salmerón y López Puga, 2020; Sánchez-Romero y Álvarez-González, 2018). Aunque algunos estudios emplean el término *adicción*, la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) no la contempla para referirse a un uso dependiente del móvil². Según distintos autores, parece que el término más apropiado para referirse a este uso dependiente es *uso problemático* (Panova y Carbonell, 2018). En este sentido, diferentes estudios presentan un uso problemático del móvil entre adolescentes españoles que oscila entre el 2,8% y el 26% (Besolí, Palomas y Chamarro, 2018; Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012; Golpe Ferreiro, Gómez Salgado, Kim Harris, Braña Tobío y Rial Boubeta, 2017; López-Fernández, 2017).

Es interesante desgranar los usos diarios del teléfono móvil para comprender mejor sus posibles implicaciones. Del total del consumo diario (165 minutos de media según algunos estudios), una quinta parte se dedica al WhatsApp (Montag et al., 2015), una aplicación de mensajería instantánea que el 90,6% de los jóvenes confirma disponer (Golpe Ferreiro et al., 2017), y un 83,3% reporta usarla a diario (García-Jiménez, López-de-Ayala López y Montes-Vozmediano, 2020). Sin embargo, y aunque su uso es diario y masivo, el uso de WhatsApp ha recibido muy poca atención

académica. Por este motivo, esta investigación tiene como objetivo comprender el uso problemático de WhatsApp entre los adolescentes, y la relación con el papel educador de sus padres, examinando la propia voz de 1.144 adolescentes españoles de 13 y 14 años. Ante tal situación, y sabiendo que la mayor parte del uso y consumo de internet se realiza en los hogares, y más precisamente en las habitaciones de los adolescentes - *bedroom culture* - (Livingstone, Haddon, Görzig y Ólafsson, 2011), es una necesidad perentoria reflexionar sobre el papel educativo de los padres.

Una posible solución para fomentar un buen uso del teléfono móvil y WhatsApp entre los adolescentes es la mediación parental. Por mediación parental, se entiende las estrategias que pueden usar los progenitores para reducir y minimizar los riesgos de la tecnología en sus hijos y, a su vez, ampliar los beneficios (Berrios, Buxarrais y Garcés, 2015; Chng, Li, Liau y Khoo, 2015; López de Ayala y Ponte, 2016).

Cada gran irrupción tecnológica en los hogares ha ido acompañada del nacimiento de nuevas estrategias por parte de los adultos para educar, limitar, o restringir el acceso y contenido disponible a los menores. Primero fue la televisión, luego los videojuegos y los ordenadores, y ahora son los smartphones. Las estrategias de mediación parental la televisión eran básicamente tres: *activa* (explicar, discutir los beneficios de un consumo/uso responsable); *restrictiva* (limitar horario, prohibir ciertos contenidos); y *visión compartida* (ver la televisión a la vez) (Nathanson, 1999, 2001). Para los videojuegos, las estrategias de mediación fueron muy similares a las de la televisión: activa, restrictiva, y juego compartido (Shin y Huh, 2011).

Sin embargo, con la aparición de los teléfonos móviles crece la complejidad y las dificultades percibidas por parte de los padres para gestionar el uso de estos dispositivos por parte de sus hijos e hijas. Este aumento de la complejidad se debe a la propia naturaleza del dispositivo ya que su portabilidad total, y un uso en solitario, junto con otros obstáculos como la falta de tiempo de los padres, o la falta de conocimiento sobre la multiplicidad de usos de los estos dispositivos móviles, dificultan su control y gestión (Besolí et al., 2018; Symons, Ponnet, Walrave y Heirman, 2017).

En este caso, la literatura académica presenta un seguimiento de estrategias parentales que se pueden clasificar entre la *mediación activa*, esfuerzos parentales para hablar y discutir los riesgos; la *mediación restrictiva*, esfuerzos parentales para limitar el tiempo y la disponibilidad de uso; la *mediación compartida*, esfuerzos parentales por observar el uso activo de los dispositivos; y la *mediación tecnológica*, esfuerzos parentales para limitar y controlar con el uso de tecnología el uso y acceso a los dispositivos (Livingstone y Helsper, 2008). En España, las estrategias parentales más usadas son las activas y las restrictivas, ya que un 90% de los padres usó una de las dos estrategias, siendo la mediación tecnológica la menos usada (Garmendia Larrañaga, Casado del Río y Martínez

1 Aunque es cierto que existían importantes precedentes en forma de radio de comunicaciones. Para más información leer Agar (2013) and Klements (2014).

2 A día de hoy, el juego (*gambling*) es, la única adicción reconocida que no implica el consumo de sustancia. No obstante, el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-IV-TR) sí que incluye la *nomofobia* como el miedo irracional de estar sin el móvil en casa o en la calle.

Fernández, 2015). Sin embargo, las padres prefieren usar, a ser posible, la mediación activa antes que la restrictiva o la tecnológica (Martínez, Casado y Garitaonandia, 2020).

De todas ellas, algunos estudios sugieren que la más efectiva es la restrictiva (Kirwil, Garmendia, Garitaonandia y Martínez Fernández, 2009). En esta línea, en un estudio con más de 40.000 adolescentes un 51,1% de ellos reportó que sus padres limitaban su uso de internet, y un 47,9% el uso de su teléfono móvil (Golpe Ferreiro et al., 2017). Es por esto por lo que este estudio quiere comprender la relación entre una mediación parental restrictiva y el uso problemático de WhatsApp, generando la primera pregunta de investigación que ha guiado este trabajo: ¿Hasta qué punto hay una relación entre las estrategias restrictivas por parte de los padres y el uso problemático de WhatsApp de los adolescentes?

Otros estudios, sin embargo, presentan un rol más marginal de los progenitores (Malvini Redden y Way, 2016) en el control y la gestión del uso de internet y de los dispositivos móviles de sus hijos. Symons y su equipo denominaron a este tipo de padres los “guardianes desde la línea lateral”, ya que su rol es mínimo, pero intervienen cuando es necesario. Esta tipología de padres justifica su rol pasivo por la necesidad de ofrecer cierta privacidad y espacio a sus hijos, junto con la percepción de que la vida online es parte de la vida social en la que los adolescentes deben ser capaces de desarrollarse de forma autónoma (Symons et al., 2017). Esta tipología de padres se asemejan a las familias *preocupadas ausentes* que emergieron del análisis realizado por Torrecillas-Lacave y su equipo (Torrecillas-Lacave, Encina Morales de Vega y Vázquez-Barrio, 2017).

En esta línea hay dos estrategias indirectas que a menudo no son consideradas como parte de la mediación parental por muchos autores, pero que pueden tener un impacto directo en la manera de actuar de los hijos. La primera es el modelado parental siendo una de las siete estrategias que emergieron de un estudio con padres de alumnos de Educación Primaria (Bartau-Rojas, Aierbe-Barandiaran y Oregui-González, 2018). Por modelado parental se entiende instruir y enseñar mediante el ejemplo, bajo la premisa de que los adolescentes copiarán todo aquello que vean en sus padres. En este sentido, asumimos que el modo en como los padres usen el WhatsApp afectará el uso de sus hijos. Para examinar esto, se ha escogido un momento del día de suma importancia: la cena. La literatura académica sugiere que las familias que comen juntas tienen muchos resultados positivos tanto a nivel psicológico, social o cognitivo. Por ejemplo, aunque las cenas en familia parecen estar en regresión (Fischler, 2011) contribuyen a unos comportamientos alimentarios más sanos, así como a una mayor cohesión familiar, una mayor autorregulación de los niños y niñas y hasta más preparación financiera para el día de mañana, entre otros (Chatterjee, Palmer y Goetz, 2012; Eisenberg, Olson, Neumark-Sztainer, Story y Bearinger, 2004; Taverns et al., 2005). Por esta razón, y sabiendo que

el uso de los teléfonos móviles tiene un impacto directo en las relaciones padres-hijos, nos interesa comprender la relación entre el uso de WhatsApp de los padres y madres precisamente mientras cenan y el uso problemático de sus hijos, emergiendo así, la segunda pregunta que ha guiado este trabajo: ¿Hasta qué punto hay una relación entre el uso de WhatsApp de los progenitores mientras cenan y el uso problemático de WhatsApp de sus hijos?

La tercera estrategia de mediación parental explorada en este estudio es la estimulación. La estimulación se entiende como una estrategia indirecta y posiblemente inconsciente que explica como el número de móviles gozados puede llevar a un mayor uso, y consecuentemente, a más probabilidades de un uso problemático. Castillo y Ruiz-Olivares (2019) encontraron una relación positiva entre haber gozado de más de dos móviles con un uso problemático de éstos. Un número elevado de móviles comprados o gozados se puede llegar a entender como una “invitación” a su uso, ya que los padres como mediadores en el número de móviles gozados por sus hijos, pueden llegar a reforzar o limitar la relevancia del dispositivo móvil vía el número de dispositivos *facilitados* a sus hijos. De hecho, algunos estudios señalan que los padres, aun siendo conscientes de las consecuencias nocivas del teléfono móvil, lo usan como fuente de castigo y recompensa, donde el castigo va asociado a la limitación del móvil, y la recompensa a la compra de nuevos dispositivos o a más tiempo de uso (Condeza, Herrada-Hidalgo y Barros-Friz, 2019). Para este estudio, se considera como estrategia de mediación parental la estimulación mediante el número de móviles gozados. Es por esto por lo que la tercera y última pregunta que ha guiado este trabajo es: ¿Hasta qué punto el número de móviles que los adolescentes han gozado tienen una relación positiva con el uso problemático de WhatsApp?

Finalmente, en una interesante revisión de literatura realizada por López de Ayala y Ponte (2016) sobre la mediación parental de las prácticas online en España, dichos autores resaltaron que 1) existe un ligero retroceso en cuanto al número de investigaciones que examinan la mediación parental, 2) la mediación es un tema “menor” en los trabajos examinados, 3) de los 39 estudios publicados en España veinte de ellos se han publicado en el ámbito institucional, y 4) los informantes utilizados en los estudios sobre mediación parental siguen siendo los padres.

Por lo tanto, debido a la necesidad de reflexionar y comprender el papel educador de los padres en la era digital, junto con un considerable uso problemático de WhatsApp entre los adolescentes, y una insuficiente literatura académica que explore la relación entre ambos, este estudio pretende contribuir al avance de la literatura de la mediación parental y el uso problemático de nuevas tecnologías entre adolescentes comprendiendo la relación entre uso problemático de WhatsApp y el papel educativo usando una muestra de 1.144 adolescentes españoles.

La novedad del estudio es triple. Primero, el estudio examina el uso problemático de la aplicación que suma la quinta parte del consumo diario, pero que a la vez ha gozado de una pobre atención académica: WhatsApp (Montag et al., 2015; Tresáncoras, García Oliva y Piqueras Rodríguez, 2017). Segundo, el estudio conecta el uso problemático de WhatsApp con tres estrategias de mediación parental (restrictiva, modelado y estimulación), siendo las dos últimas raramente examinadas (Bartau-Rojas et al., 2018; Condeza et al., 2019). Finalmente, el trabajo usa las “voces” de los propios adolescentes para comprender la mediación parental, evitando así una posible sobrestimación reportada por los propios padres (Martínez et al., 2020).

Método

Participantes

Para explorar la relación entre la mediación parental y el uso problemático de WhatsApp entre adolescentes, este estudio se basó en una muestra de 1.144 alumnos de 13 y 14 años de 64 clases distintas en 17 centros de educación secundaria en España a lo largo de tres cursos académicos: 2015/2016, 2016/2017 y 2017/2018. Los 17 centros se ubican entre las Islas Baleares (N = 59), Barcelona (N = 565), Gerona (N = 149), Guipúzcoa (N = 23), Lérida (N = 47), Madrid (N = 149) y Tarragona (N = 152). Los centros de educación secundaria decidieron participar en el estudio elaborado por una Fundación con un doble objetivo: fomentar un interés responsable del teléfono móvil entre su alumnado, y conocer el estado de la cuestión en sus aulas. Todos los centros participantes eran concertados, y la totalidad de los estudiantes cursaban 2º de ESO. El universo fueron más 20.000 estudiantes, se utilizó un muestreo aleatorio simple con un margen de error del 5% y un nivel de confianza de 99% para seleccionar una muestra de 1.144 alumnos/as.

Instrumentos

Se elaboró un cuestionario “ad hoc” de carácter exploratorio mediante metodología “ex post facto”, no generaliza-

ble, que recogía información sobre el uso problemático del móvil, y de WhatsApp. El cuestionario estaba formado por 36 ítems, y fue distribuido en castellano y en catalán, según el centro de secundaria. Los ítems fueron desarrollados por la Fundación impulsora del proyecto, y los datos del cuestionario relacionado con el uso problemático de WhatsApp fueron cedidos a los investigadores de este estudio para su análisis. Los datos cedidos estaban completamente anonimizados sin posibilidad alguno de poder identificar a ningún estudiante.

La variable principal de este estudio es el uso problemático de WhatsApp. Para su análisis se usó la siguiente pregunta, siendo las respuestas 1 = sí, 0 = no: ¿A la vista de las respuestas de este cuestionario, crees que tienes adicción al WhatsApp?

Para comprender la estrategia restrictiva se usaron siete cuestiones (ver tabla 1). A partir de las respuestas de los participantes, se generaron tres niveles de mediación restrictiva: disciplinada (cuando el hijo/a responde 1 en ninguna o en una ocasión), moderada (cuando el hijo/a responde 1 entre dos y tres veces), laxa (cuando el hijo/a responde 1 entre cuatro y siete veces).

Para comprender el efecto del ejemplo de los propios padres (modelado), se analizó una única pregunta donde se pedía a los estudiantes si sus padres tenían el móvil al lado mientras cenaban y lo iban mirando, siendo dos las posibles respuestas 1 = sí, 0 = no.

Para comprender el número de móviles (estimulación) que gozaron los estudiantes analizados, se usó el ítem 14 donde se preguntaba ¿Cuántos móviles diferentes has tenido? Para facilitar el análisis se creó una nueva variable *dummy* siendo las opciones 1 = tres o más móviles, 0 = menos de tres móviles.

Procedimiento

Todos los equipos directivos fueron informados del objetivo del programa, y se solicitó el permiso para la distribución de los cuestionarios. Una vez el centro accedía a participar en el programa se solicitó consentimiento a los apodera-

Tabla 1
Ítem cuestionario estrategia restrictiva

Pregunta	Respuestas
1) ¿Cuándo te levantas lo primero que haces es mirar el WhatsApp?	1 = sí; 0 = no
2) ¿A qué hora envías el primer mensaje de WhatsApp del día?	Posibles respuestas 6 (a)
3) ¿Vas con el móvil encima por todas partes, también cuando estás en casas?	1 = sí; 0 = no
4) ¿A la hora de comer y cenar tienes el móvil al lado y lo vas mirando?	1 = sí; 0 = no
5) ¿A qué hora envías el último mensaje de WhatsApp del día?	Posibles respuestas 6 (b)
6) ¿Apagas el móvil durante la noche?	1 = no; 0 = si
7) ¿Duermes con el móvil debajo del cojín o en la mesita de noche de forma que lo tengas al alcance de la mano?	1 = sí; 0 = no

Nota. (a) Variable *dummy* 1 = antes 8 a. m.; 0 = después 8 a. m. (b) Variable *dummy* 1 = después de las 10 p. m.; 0 = antes de las 10 p. m.

dos de los estudiantes, dado su condición de menores de edad. Todos los estudiantes fueron informados del carácter anónimo y confidencial del estudio. El cuestionario fue distribuido y aplicado por los tutores/as de forma grupal siempre en hora lectiva, en la mayoría de los casos aprovechando el horario de tutoría. El tiempo para contestar el cuestionario fue de 15-20 minutos.

Análisis

Los datos de todos los cuestionarios fueron volcados en el programa estadístico STATA versión 12. El análisis llevado a cabo comprendió el estudio de los estadísticos descriptivos para cada una de las variables seleccionados (totales, frecuencias y las pruebas de chi cuadrado y Rho de Spearman), la tabla de correlaciones entre las variables examina-

das. Con el fin de estimar la mediación parental en el uso problemático de WhatsApp, se han utilizado regresiones logísticas (*logit*) a partir de las variables dicotómicas que definen las variables objeto de análisis.

Resultados

El objetivo del estudio es comprender la relación entre estrategias de mediación parental y el uso problemático del WhatsApp entre adolescentes de 13 y 14 años. Para tal objetivo, inicialmente se examinó una muestra de 1.547 estudiantes de 64 clases de 17 colegios durante tres años en un mismo curso (2º de ESO). Tal y como muestra la Tabla 2, un 79% de los estudiantes analizados disponía de un teléfono móvil, observando un ligero incremento en la pro-

Tabla 2
Totales, frecuencias y prueba de chi cuadrado sobre el uso de WhatsApp y la mediación restrictiva

		2015/16	2016/17	2017/18	Total	Chi	p		
Estudiantes con móvil	n	301	382	539	1.222				
	%	74,9	78,4	81,9	79,0	7,58	0,02		
	Total	402	487	658	1.547				
Estudiantes con WhatsApp	n	275	353	516	1.144				
	%	68,4	72,5	78,4	73,9	13,75	0,00		
	Total	402	487	658	1.547				
Uso problemático WhatsApp	Según propios adolescentes	n	64	102	118	284			
		%	23,3	28,9	22,9	24,8	4,55	0,10	
		Total	275	353	516	1.144			
	Según entorno (auto-reportado)	n	71	100	138	309			
		%	25,8	28,3	26,7	27,0	0,53	0,77	
		Total	275	353	516	1.144			
Mediación restrictiva	Primera actividad es mirar WhatsApp	n	89	120	130	339	9,08	0,01	
		%	32,4	34,0	25,2	29,6			
	Primer mensaje antes 8:00	n	98	158	241	497	9,31	0,01	
		%	35,6	44,8	46,7	43,4			
	Siempre móvil encima casa	n	137	182	261	580	0,19	0,91	
		%	49,8	51,6	50,6	50,7			
	Comer y cenar con el móvil	n	41	55	65	161	1,75	0,42	
		%	14,9	15,6	12,6	14,1			
	Último WhatsApp después 22:00	n	165	198	285	648	1,72	0,42	
		%	60,0	56,1	55,2	56,6			
	No apagar móvil durante noche	n	178	215	297	690	3,93	0,14	
		%	64,7	60,9	57,6	60,3			
	Dormir con el móvil	n	128	168	235	531	0,36	0,84	
		%	46,5	47,6	45,5	46,4			
	Total		n	275	353	516	1.144	-	-
	Más de 3 móviles	n	116	142	186	444			
		%	42,2	40,2	36,0	38,8	3,27	0,19	
		Total	275	353	516	1.144			

porción de estudiantes con móvil del curso 2015/16 (75%) al curso 2017/18 (82%). En relación con el WhatsApp, un 74% afirmó disponer de tal aplicación de mensajería instantánea en su móvil. De nuevo se detectó un incremento del número de alumnos con WhatsApp, creciendo del 68% en el curso 2015/16 al 78% en 2017/18. Debido a que la finalidad de este estudio es comprender la relación entre distintas estrategias parentales y el uso problemático de WhatsApp, la muestra final fue compuesta solo por los estudiantes que disponían de WhatsApp (N = 1.144 estudiantes).

Tal y como muestra la tabla 2, un 24,8% de los estudiantes de 2º de ESO de nuestra muestra admitió sufrir un uso problemático del WhatsApp. Una segunda pregunta, en un sentido similar, aunque no idéntico, pedía a los estudiantes que valorasen si las personas cercanas les decían que estaban “enganchados” al móvil. En este sentido los resultados muestran que el 27% del alumnado manifiesta que su entorno considera que tiene un uso problemático; de tal forma que, según la muestra, la autopercepción es menor que la del entorno.

La tabla 2 muestra los siete ítems que componen la mediación restrictiva por parte de los padres, ya que el estudio asume que los padres tienen cierto margen de maniobra en el uso y gestión del móvil y WhatsApp de sus hijos adolescentes cuando estos están en casa. Los resultados del estudio revelan que un 30% admitió que lo primero que hacen al levantarse es mirar el WhatsApp, y un 43% envían el primer mensaje antes de las 8 de la mañana. Más de la mitad de los estudiantes (51%) afirmaron que siempre

van con el móvil encima cuando están en casa, y un 14% reportó usar el móvil mientras comían y cenaban. Por la noche, se observa un control parental más bien laxo del uso de WhatsApp, ya que más de la mitad (57%) de los adolescentes envió el último WhatsApp más tarde de las 10 de la noche, el 60% confirmó no parar el móvil durante la noche, y un 46% reveló dormir con el móvil, bien dejándolo debajo del cojín o en la mesita de noche. En la misma tabla 2 se pueden observar ligeras variaciones entre los tres cursos académicos.

A partir de las siete variables examinadas en la tabla 2, se crearon tres posibles niveles de mediación restrictiva (disciplinada, moderada y laxa), a partir de las respuestas de los hijos, tal y como se detalla en la sección metodológica. Según esta categorización (Tabla 3), una cuarta parte de los padres y/o madres (25,5%) ejerce una estrategia disciplinada, con normas claras sobre cuándo y cómo usar el móvil y el WhatsApp, siendo este grupo el que reportan el nivel más bajo de uso problemático de WhatsApp (7,5%). En el polo opuesto, un tercio de los progenitores ejerció una estrategia laxa, es decir un muy bajo control sobre el uso y gestión del móvil y WhatsApp de sus hijos, siendo este grupo dónde se encuentra el porcentaje más alto de estudiantes que reportan un uso problemático con WhatsApp (45%). Finalmente, en medio, un 41% de los participantes ejerció una mediación restrictiva moderada reportando de media un uso problemático del WhatsApp de un 20,1%.

Una segunda habilidad parental examinada en el estudio es el ejemplo de los propios progenitores (modelado). Tal y

Tabla 3
Totales, frecuencias y prueba de chi cuadrado de las estrategias, modelado y nº de móviles

		N	%	Uso problemático WhatsApp	Chi	p
Estrategia adoptada	Disciplinada	292	25,5%	7,5%	129,51	0,00
	Moderada	473	41,4%	20,1%		
	Laxa	379	33,1%	44,1%		
	Total	1.144		24,8%		
Modelado	Padres cenando sin móvil	944	82,5%	23,9%	2,26	0,13
	Padres cenando con móvil	200	17,5%	29,0%		
	Total	1.144		24,8%		
Número de móviles	Menos de tres móviles	700	61,2%	19,0%	3,84	1,01
	1 móvil	46	4,0%	13,0%		
	2 móviles	301	26,3%	16,9%		
	3 móviles	353	30,9%	21,5%		
	Más de tres móviles	444	38,8%	34,0%		
	4 móviles	208	18,2%	29,3%		
	5 móviles	106	9,3%	34,0%		
	6 móviles	130	11,4%	41,5%		
	Total	1.144		24,8%		

Tabla 4
Rho de Spearman entre hábitos y uso problemático del WhatsApp

Variable	Rho de Spearman	Uso problemático WhatsApp
1. Primer acto mañana	Coefficiente de correlación	0,372(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
2. Mensaje antes 8am	Coefficiente de correlación	0,182(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
3. Cenar con móvil	Coefficiente de correlación	0,163(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
4. Móvil encima	Coefficiente de correlación	0,340(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
5. Mensaje 10pm	Coefficiente de correlación	0,262(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
6. No apagar móvil	Coefficiente de correlación	0,119(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
7. Dormir con móvil	Coefficiente de correlación	0,127(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144
8. Padres cenar con móvil	Coefficiente de correlación	0,044
	Sig. (bilateral)	0,133
	N	1.144
9. Más de tres móviles	Coefficiente de correlación	0,169(**)
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	1.144

Nota. ** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

como muestra la tabla 3, un 17% de la muestra confirmó que sus padres y/o madres cenar usando el móvil, siendo estos adolescentes los que reportaron un uso problemático de WhatsApp más alto (29,0%) que los hijos de progenitores que no cenar usando el teléfono móvil (23,9%).

Finalmente, la última habilidad parental que se analiza es la estimulación, que se refiere al número de móviles gozados entre los adolescentes de 13 y 14 años. Tal y como

Tabla 5
Parámetros estimados modelo uso problemático del WhatsApp

Variable	Uso problemático WhatsApp		
	(modelo 1)	(modelo 2)	(modelo 3)
Estimulación: número móviles	0,15009*** (0,02585)	0,14753*** (0,02601)	0,02816 (0,02522)
Modelado: padres cenar con móvil		0,02969 (0,03338)	-0,00343 (0,03083)
Estrategia ET: Primer acto			0,23700*** (0,02738)
Mensaje antes 8am			0,09270*** (0,02345)
Móvil encima			0,16437*** (0,02564)
Cenar con móvil			0,04426 (0,03510)
Mensaje 10pm			0,11520*** (0,02468)
No apagar móvil			-0,01007 (0,02542)
Dormir con móvil			-0,00931 (0,02529)
Constante	0,19*** (0,01611)	0,18580*** (0,01679)	-0,01701 (0,02361)
R2	0,0287	0,0293	0,2201
Observaciones	1.144	1.144	1.144

Nota. * $p < ,1$; ** $p < ,05$; *** $p < ,01$.

muestra la tabla 3, un 39% han tenido más de 3 móviles en su vida, aunque los resultados muestran un leve retroceso en el número de móviles gozados.

En la tabla 3, se puede observar la relación entre el número de móviles gozados y el uso problemático reportado de WhatsApp. Mientras los adolescentes que han gozado de un único móvil reportaron de media un 13% de uso problemático, el porcentaje se dispara al 41,5% entre aquellos estudiantes que han gozado de 6 móviles. Clasificando a los estudiantes en solo dos grupos, los que han gozado de tres móviles o menos, y los que han gozado de más, observamos que el uso problemático de WhatsApp es de un 19% en el primer caso, y un 34% en el segundo.

Respecto a la fiabilidad de los datos expuestos cabe destacar que, tras realizar las pruebas de chi cuadrado en cada una de las variables analizadas, el valor del nivel de significación es superior a 0,05 en todos los casos; a excepción de las variables relativas a la mediación restrictiva (ver tabla 2) en tanto en cuanto a la primera actividad es mirar What-

sApp ($p = 0,01$) y el primer mensaje antes 8:00 ($p = 0,01$); así como respecto a las estrategias adoptadas reflejadas en la tabla 3 ($p = 0,00$).

La tabla 4 expone los resultados obtenidos en el análisis de relación entre las variables analizadas mediante la prueba de Rho de Spearman. En el caso del uso problemático de WhatsApp los resultados muestran una correlación de Spearman significativa a nivel 0,01 con todas las variables, a excepción de si los padres cenan usando el teléfono móvil.

Para comprender la magnitud y la relación entre las variables presentadas anteriormente y la variable principal en este estudio (el uso problemático del WhatsApp entre los jóvenes que cursan 2º de ESO) se ha procedido a un análisis de regresión logística. Debido a que las variables son dicotómicas, el modelo de regresión logística usado para este estudio ha sido el modelo logit.

La tabla 5 muestra tres modelos. El primero muestra una relación positiva y significativa entre la estimulación (haber gozado de más de tres móviles) y un uso problemático del WhatsApp. El segundo modelo, examina la magnitud y la relación entre la estimulación (número de móviles gozados) y el modelado (ejemplo de los propios padres) y el uso problemático del WhatsApp. Tal y como muestra la tabla las dos variables tienen una relación positiva y significativa con el nivel de uso problemático reportado entre los estudiantes. Finalmente, el tercer modelo presenta todas las variables independientes a estudiar. Por lo tanto, a la estimulación, y el modelado, se le añade la estrategia restrictiva compuesta por las siete variables presentadas. De las siete variables, cuatro tienen una relación positiva y significativa. Estas son: que el primer acto de la mañana sea consultar el WhatsApp, que el primer mensaje se envíe antes de las 8 de la mañana, que el estudiante lleve siempre el móvil encima, y que el último mensaje de WhatsApp se haya enviado más tarde de las 10 de la noche. Según este modelo, existe una asociación entre el nivel de mediación restrictiva por parte de los padres y el uso problemático de WhatsApp de los adolescentes.

Discusión

El objetivo de este artículo fue examinar la relación entre el uso problemático de WhatsApp entre adolescentes y el papel educativo que juegan sus padres a través de tres estrategias (mediación restrictiva, modelado y estimulación), usando una muestra de 1.144 adolescentes españoles, con la finalidad de contribuir al avance de la literatura de la mediación parental y el uso problemático de nuevas tecnologías entre adolescentes, especialmente del uso de WhatsApp, por su relevancia por encima de otras redes sociales (García-Jiménez et al., 2020), y por su paradójica baja atención en la literatura académica (Tresáncoras et al., 2017).

En consonancia con estudios previos en España, donde se confirmaba que entre 85,2% y un 91,7% de los adoles-

centes poseía un teléfono móvil propio (Besolí et al., 2018; Golpe, Gómez, Braña, Varela y Rial, 2017), este estudio, con un corte de edad ligeramente más joven, encontró que de media en los tres cursos académicos (2015-2018), el 79% de los adolescentes entre 13 y 14 años disponían de un teléfono móvil propio, llegando al 81,9% en el curso 2017/18. Según el INE, en 2018, el 86,2% de los jóvenes de 13 años disponía de un móvil (Instituto Nacional de Estadística, 2018), lo que revela resultados no muy alejados. Con relación al uso de WhatsApp nuestros resultados muestran que un 73,9% de los adolescentes disponían de esta aplicación. En otros estudios españoles, con muestras de edad más amplias se encontraron resultados parecidos. Por ejemplo, en un estudio con 411 estudiantes de entre 0 a 18 años un 74,6% aseguraba usar siempre o casi siempre mensajería instantánea (Besolí et al., 2018). En otro estudio con una muestra de 524 adolescentes de 1º a 4º de ESO en la Comunidad de Madrid, un 83,3% confirmó usar WhatsApp a diario (García-Jiménez et al., 2020). Finalmente, un estudio con más de 40.000 estudiantes españoles entre 12 y 17 años reveló que el 90,6% utilizaba WhatsApp (Golpe et al., 2017).

A pesar de uso intenso y masivo de WhatsApp, llegado a ocupar el 20% del consumo diario (Montag et al., 2015), hay muy poca investigación sobre sus implicaciones y uso problemático (Tresáncoras et al., 2017). No sucede lo mismo con el uso problemático del móvil y de internet, donde la literatura es rica. Según una revisión de estudios empíricos españoles, el uso problemático del móvil se movía entre el 2,8% y el 26,1% entre adolescentes (Carbonell et al., 2012). En otros estudios más recientes, un 21,8% de una muestra de jóvenes andaluces presentaban una adicción moderada con el teléfono móvil (Castillo y Ruiz-Olivares, 2019). Otro estudio con una muestra gallega de 1.709 estudiantes entre 11 y 17 años, un 26,6% reportaba un uso problemático con internet (Rial Boubeta, Golpe Ferreira, Gómez Salgado y Barreiro Couto, 2015). Asimismo, en otro estudio usando la escala de uso problemático de internet (EUPI-a), un 9% presentaban un uso problemático, aunque un 16% eran susceptibles de ser considerados como usuarios problemáticos (Golpe et al., 2017). Estos resultados fueron similares a los resultados de otro estudio donde un 15% de los adolescentes eran categorizados con un riesgo elevado de uso problemático del móvil (Besolí et al., 2018).

Con relación al uso problemático con WhatsApp, la literatura ha sido muy escasa como se ha comentado anteriormente. Tresáncoras y su equipo encontraron el 6% de una muestra de 272 adolescentes de entre 12 y 17 años de la provincia de Alicante sufría un uso problemático de WhatsApp (Tresáncoras et al., 2017). En nuestro caso, el porcentaje es muy superior, aproximándose al 25%, revelando una potencial problemática que otros ya señalaban. Por ejemplo, en un estudio muy reciente se encontró que el 22,3% de los adolescentes confesaban ponerse nervioso

cuando no tienen acceso a WhatsApp (García-Jiménez et al., 2020). Sin embargo, es muy difícil comparar los resultados con otros estudios recientes por usar diferentes instrumentos, así como cortes de edad distintas en la muestra. No obstante, nuestro estudio sugiere que hay una parte considerable de los adolescentes que podrían estar sufriendo un uso problemático con el WhatsApp.

Nuestros resultados sugieren que hay una vinculación entre el uso problemático de WhatsApp y el papel mediador de los padres, siendo este papel crucial ante todas las grandes irrupciones tecnológicas que han precedido como la televisión, o los videojuegos (Nathanson, 1999; Shin y Huh, 2011). En el caso de los usos problemáticos con el móvil o con alguna de sus aplicaciones, la complejidad aumenta, ya que la portabilidad del dispositivo, la multiplicidad de usos, y un uso solitario e individual dificultan la gestión parental. Por esto, es necesario seguir avanzando en investigación que arroje luz acerca de cómo poder mejorar la gestión del uso de la tecnología por parte de los adolescentes. En nuestro caso, el estudio evidencia una relación positiva entre tres tipos de estrategias (restrictiva, modelado y estimulación) con el uso problemático del WhatsApp.

En el contexto español, un 51% de los adolescentes señalan que los padres limitan su uso de internet, y un 47,9% controlan su teléfono móvil (Golpe et al., 2017). Aunque la mayoría de padres prefieren una mediación activa a la restrictiva o tecnológica (Martínez et al., 2020), la restrictiva parece ser la más eficiente (Kirwil et al., 2009). En nuestro caso, encontramos una vinculación entre el nivel de restricción y el uso problemático de WhatsApp, es decir a menos restricción (por ejemplo, dormir con el móvil) más probabilidades de reportar un uso problemático de WhatsApp, sin poder valorar la causalidad.

Otra de las novedades del estudio es que examina la relación entre el uso problemático de WhatsApp entre adolescentes y el *modelado* (ejemplo de los propios padres) y la *estimulación* (número de móviles gozados). El modelado parental es una de las siete estrategias que emergieron de un estudio con padres de alumnos de Educación Primaria (Bartau-Rojas et al., 2018) que consiste en comprender la importancia de instruir y enseñar mediante el ejemplo. En este sentido, asumimos que el modo en como los padres usen el WhatsApp y el móvil afectará el uso de sus hijos. Aunque el porcentaje de padres que cenar usando el móvil es bajo (17%), existen una relación positiva con el uso problemático de WhatsApp de sus hijos e hijas. Finalmente, este estudio examina la estimulación, entendida como una estrategia indirecta e inconsciente que explica cómo el número de móviles gozados puede llevar a un mayor uso, y consecuentemente a más probabilidades de un uso problemático. En este caso, nuestro estudio confirma la relación entre número de móviles gozados y el uso problemático de WhatsApp. Los estudiantes que han gozado de más móviles son los que reportan mayor uso problemático, sin de nuevo

poder comprender la causalidad. Nuestros resultados están en consonancia con Castillo y Ruiz-Olivares (2019) quienes encontraron una relación positiva entre haber gozado de más de dos móviles con un uso problemático de éstos.

Limitaciones y prospectiva

Aunque la contribución de nuestro estudio es triple en el avance de la investigación del papel educativo de los padres y el uso problemático de la tecnología por parte de los adolescentes, primero, examinando la relación entre mediación parental y WhatsApp ignorada en la literatura; segundo, añadiendo dos estrategias muy poco exploradas como son el modelado y la estimulación; y tercero, usando las voces de los propios adolescentes para comprender el papel educativo de los padres, este estudio no está exento de limitaciones.

Entre ellas debemos destacar, primero, la falta de causalidad. El estudio no permite conocer si los padres que usan una estrategia más restrictiva es fruto ya de un uso problemático de sus hijos, o bien, si los padres que perciben que sus hijos tienen la habilidad de controlar y regular su uso a internet, imponen menos reglas (Padilla-Walker y Coyne, 2011). Por lo tanto, el estudio es incapaz de observar el dinamismo en la mediación parental, que muy a menudo se ha presentado como un conjunto de reglas o estrategias preconcebidas que se implementan o no, pero que pensamos que se define mejor por un proceso dinámico basado en la interacción diaria entre padres y adolescentes (Symons et al., 2017).

En segundo lugar, la variable principal del estudio, uso problemático con el WhatsApp se basa en un solo ítem auto-reportado. Sería muy valioso en futuras investigaciones poder usar escalas validadas. Una opción podría ser adaptar escalas ya validadas del uso problemático con el teléfono móvil (Bianchi y Phillips, 2005; Billieux, Van Der Linden y Rochat, 2008; López-Fernández, Honrubia-Serrano y Freixa-Blanxart, 2012) al uso problemático de WhatsApp.

Tercero, el estudio no examina otras variables sociodemográficas como podría ser el sexo, o el nivel educativo de los padres que podrían resultar de gran interés (Golpe et al., 2017). Algunos estudios, por ejemplo sugieren que el hecho de ser chica está relacionado con un uso problemático del móvil (Castillo y Ruiz-Olivares, 2019).

Cuarto, usar las propias “voces” de los adolescentes es una de las novedades del estudio, pero puede ser a la vez una limitación, ya que si los padres tienden a sobrestimar su papel educativo, los adolescentes tienden a subestimarlos (Martínez et al., 2020). Asimismo, cabe destacar que habitualmente, no se observa el mismo estilo educativo por ambos padres de forma coherente y consistente a lo largo del tiempo, pudiendo ser en muchos casos la coincidencia anecdótica.

Quinto, desconocemos la posible influencia del tutor en el aula en el momento de contestar la encuesta. Algunos es-

tudiantes se pueden haber sentido vulnerables por el hecho de percibir que su tutor, ya sea paseando por el aula, podría ver alguna de sus respuestas.

A pesar de todas estas limitaciones, esta investigación aporta nuevas evidencias sobre la importancia del papel educativo de la familia en la gestión y uso de la tecnología por parte de los adolescentes, apuntando a la necesidad de seguir profundizando en los nuevos retos y papel educativo padres ante la era digital.

En futuras investigaciones sería idóneo analizar la relación entre el uso problemático de WhatsApp y variables como la ansiedad y/o la disfunción en el día a día a causa de usar o no poder usar la aplicación. En un futuro, sería muy interesante también comprender la influencia del género en el uso problemático de WhatsApp. Pensamos también que sería muy necesario un estudio que contrastase a la vez las voces de los progenitores y los hijos en relación a la mediación parental de los progenitores.

Siendo conscientes de las limitaciones expuestas del estudio, hay posibles implicaciones para las familias contemporáneas. La mediación parental parece tener su peso. Por lo tanto, sería interesante ofrecer herramientas para que las propios padres y madres conozcan cuál es su propia estrategia de mediación parental, y que otras alternativas existan.

El uso problemático del WhatsApp y del teléfono móvil parece ser un problema entre un porcentaje nada despreciable de adolescentes. Son edades muy frágiles, y por lo tanto, sería bueno ofrecer a los jóvenes espacios de reflexión sobre su propio uso, y en la medida de lo posible, suavizar el malestar que puede generar.

Reconocimientos

Los autores quieren agradecer a todos los responsables directos de los centros participantes en el estudio. Todos los autores declaran que no han recibido apoyo económico alguno para este estudio.

Conflicto de intereses

Los autores declaran la inexistencia de conflicto de interés.

Referencias

Agar, J. (2013). *Constant touch: A global history of the mobile phone*. London, UK: Icon Books.

Bartau-Rojas, I., Aierbe-Barandiaran, A. y Oregui-González, E. (2018). Mediación parental del uso de Internet en el alumnado de Primaria: Creencias, estrategias y dificultades. *Comunicar*, 54, 71–79.

Berríos, L., Buxarraís, M.-R. y Garcés, M.-S. (2015). Uso de las TIC y mediación parental percibida por niños de

Chile. *Comunicar*, 23, 161–168. doi:10.3916/C44-2015-17.

Besolí, G., Palomas, N. y Chamarro, A. (2018). Uso del móvil en padres, niños y adolescentes: Creencias acerca de sus riesgos y beneficios. *Aloma: Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 36, 29–39.

Bianchi, A. y Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8, 39–51.

Billieux, J., Van Der Linden, M. y Rochat, L. (2008). Problematic Mobile Phone Use Questionnaire (PMPUQ). *APA PsycTests*. doi:10.1037/t75370-000.

Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A. y Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: Una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles Del Psicólogo*, 33, 82–89.

Castillo, M. y Ruiz-Olivares, R. (2019). La percepción de riesgo y su relación con el uso problemático del teléfono móvil en adolescentes. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 168, 21–34. doi:10.5477/cis/reis.168.21.

Centro de Investigaciones Sociológicas. (2015). Barómetro de Marzo 2015. Estudio nº 3057. http://datos.cis.es/pdf/Es3057mar_A.pdf.

Chatterjee, S., Palmer, L. y Goetz, J. (2012). Individual wealth accumulation: Why does dining together as a family matter? *Applied Economics Research Bulletin*, 8, 1–22.

Chng, G. S., Li, D., Liau, A. K. y Khoo, A. (2015). Moderating effects of the family environment for parental mediation and pathological internet use in youths. *CyberPsychology & Behavior*, 18, 30–36.

Chóliz, M., Villanueva, V. y Chóliz, M. C. (2009). Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 34, 74–88.

Condeza, R., Herrada-Hidalgo, N. y Barros-Friz, C. (2019). Nuevos roles parentales de mediación: Percepciones de los padres sobre la relación de sus hijos con múltiples pantallas. *El Profesional de La Información*, 28, e280402. doi:10.3145/epi.2019.jul.02.

Eisenberg, M. E., Olson, R. E., Neumark-Sztainer, D., Story, M. y Bearinger, L. H. (2004). Correlations between family meals and psychosocial well-being among adolescents. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 158, 792–796.

Fischler, C. (2011). Commensality, society and culture. *Social Science Information*, 50, 528–548. doi:10.1177/0539018411413963.

García-Jiménez, A., López-de-Ayala López, M. C. y Montes-Vozmediano, M. (2020). Características y percepciones sobre el uso de las plataformas de redes sociales y dispositivos tecnológicos por parte de los adolescentes. *ZER - Revista de Estudios de Comunicación*, 25, 269–286. doi:10.1387/zer.21556.

- Garmendia Larrañaga, M., Casado del Río, M. Á. y Martínez Fernández, G. (2015). Parental mediation strategies in Spain: Predicting factors for different strategies. *Zer: Revista de Estudios de Comunicación*, 20, 13–27.
- Golpe Ferreiro, S., Gómez Salgado, P., Kim Harris, S., Braña Tobío, T. y Rial Boubeta, A. (2017). Diferencias de sexo en el uso de internet en adolescentes españoles. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 25, 129–146.
- Golpe, S., Gómez, P., Braña, T., Varela, J. y Rial, A. (2017). Relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de Internet en adolescentes. *Adicciones*, 29, 268–277. doi:10.20882/adicciones.959.
- Instituto Nacional de Estadística. (2018). Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares. https://www.ine.es/prensa/tich_2018.pdf.
- Instituto Nacional de Estadística. (2020). Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en hogares. https://www.ine.es/prensa/tich_2020.pdf.
- Kirwil, L., Garmendia, M., Garitaonandia, C. y Martínez Fernández, G. (2009). Parental mediation. En S. Livingstone y L. Haddon (Eds.), *Kids online: Opportunities and risks for children* (pp. 99–115). Bristol, UK: The Policy Press.
- Klemens, G. (2014). *The cellphone: The history and technology of the gadget that changed the world*. Jefferson, NC: McFarland & Company.
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. y Ólafsson, K. (2011). *EU kids online: Final report*. London, UK: EU Kids Online, London School of Economics & Political Science.
- Livingstone, S. y Helsper, E.J. (2008). Parental mediation of children's Internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52, 581–599. doi:10.1080/08838150802437396.
- López de Ayala, M. C. y Ponte, C. (2016). La mediación parental de las prácticas online de los menores españoles: Una revisión de estudios empíricos. *Doxa Comunicación. Revista Interdisciplinar de Estudios de Comunicación y Ciencias Sociales*, 23, 13–46.
- López-Fernández, O. (2017). Short version of the Smartphone Addiction Scale adapted to Spanish and French: Towards a cross-cultural research in problematic mobile phone use. *Addictive Behaviors*, 64, 275–280. doi:10.1016/J.ADDBEH.2015.11.013.
- López-Fernández, O., Honrubia-Serrano, M. L. y Freixa-Blancart, M. (2012). Adaptación española del “Mobile Phone Problem Use Scale” para población adolescente. *Adicciones*, 24, 123-130. doi:10.20882/adicciones.104.
- Malvini Redden, M. y Way, A. K. (2016). “Adults don't understand”: Exploring how teens use dialectical frameworks to navigate webs of tensions in online life. *Journal of Applied Communication Research*, 45, 21–41. doi:10.1080/00909882.2016.1248465.
- Martínez, G., Casado, M. Á. y Garitaonandia, C. (2020). Estrategias online de mediación parental en contextos familiares de España. *Comunicar*, 28, 67–76. doi:10.3916/C65-2020-06.
- Masip, M. y Balagué, I. (2015). *El uso del teléfono móvil en España*. Barcelona: Instituto Psicológico Desconnect@.
- Montag, C., Błaskiewicz, K., Sariyska, R., Lachmann, B., Andone, I., Trendafilov, B.,... Markowitz, A. (2015). Smartphone usage in the 21st century: Who is active on WhatsApp? *BMC Research Notes*, 8, 331. doi:10.1186/s13104-015-1280-z.

