

# La actividad física regular como potencial factor protector frente al Uso Problemático de Internet en la población adolescente de Barcelona

21 de juny de 2023



**Autora de la tesina:** Inés Nicolao

**Directores:** Marc Olivella y Glòria Perez

**Grupo de pantallas de la Agència de Salut Pública de Barcelona:**

Esther Sánchez, Gemma Serral, Catrina Clotas y Xavier Contente.

# 01 Antecedentes



## Encuesta ESTUDES 2021

23.5% de los adolescentes españoles de entre 14 y 18 años tienen riesgo de PUI en 2021.

### El internet y la adolescencia

¿Qué es el Uso Problemático de Internet (PUI, en inglés)?

### Impacto en salud del PUI

Mala salud mental

Cambios en los hábitos saludables



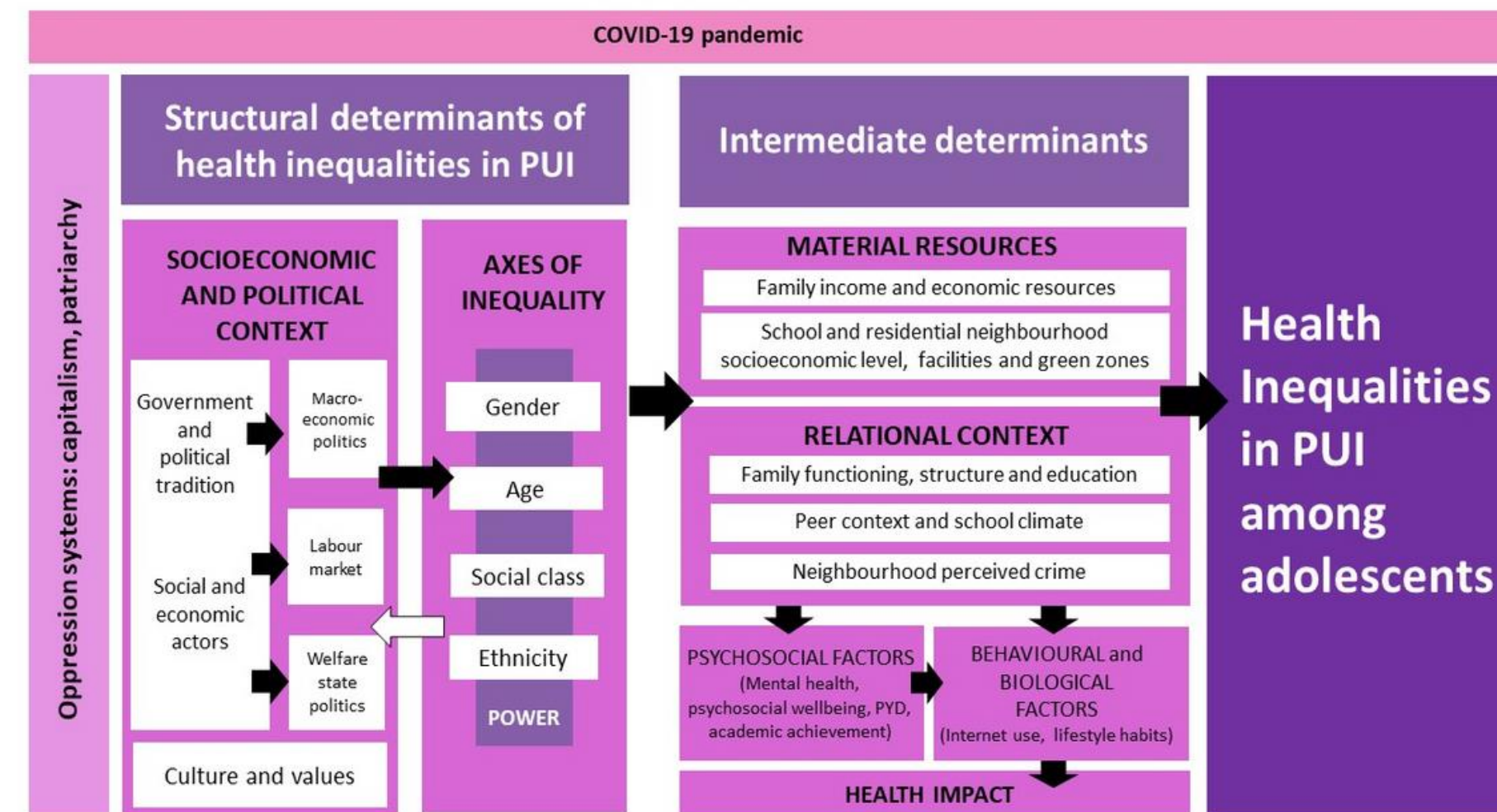
Reducción en el bienestar emocional

Bajo rendimiento académico

Conflictos interpersonales

PUI: Problematic Use of the Internet

Adaptación del marco teórico de las desigualdades sociales en el PUI



# 01 Antecedentes

Actividad física regular  
(RPA, en inglés) y PUI



Evidencia **escasa e**  
**inconsistente**



# 02 Objetivos

## 1

Examinar los factores sociodemográficos, de salud, interpersonales y contextuales asociados con el PUI en la población de 13 a 19 años escolarizada en Barcelona en 2021, estratificada por edad y sexo.

## 2

Demostrar la asociación y el potencial papel protector del RPA para el PUI en dicha población.



# 03 Métodos

## ESTUDIO TRANSVERSAL

A partir de la Encuesta FRESC 2021 (ASPB)

## POBLACIÓN DE ESTUDIO

Estudiantes de 2º y 4º de ESO, de 2º de Bachiller y de CFGM escolarizados en el curso 2020-2021 en Barcelona.

## MUESTRA DEL ESTUDIO

3256 estudiantes: 1674 chicas and 1582 chicos.

## VARIABLE DEPENDIENTE: PUI

Escala de Uso Compulsivo de Internet (CIUS)

## VARIABLE EXPLICATIVA PRINCIPAL: RPA

Nivel de actividad física y frecuencia de actividades deportivas

## OTRAS VARIABLES EXPLICATIVAS

- **Sociodemográficas:** sexo, edad, nivel socioeconómico de la escuela y trayectoria familiar migratoria.
- **De salud y otras individuales:** salud mental y rendimiento académico.
- **Interpersonales:** relaciones con la familia.
- **Contextuales:** dificultad para mantener relaciones sociales durante la COVID-19.

## PLAN Y ESTRATEGIA DE ANÁLISIS

Análisis descriptivo univariado y bivariado del PUI

Prevalencia de PUI para cada variable explicativa

Regresión de Poisson con varianza robusta del error

Razones de prevalencia crudas y ajustadas con IC al 95% de confianza

## ANÁLISIS

estratificado por sexo y edad

# 04 Resultados

## ESTADÍSTICAS DESCRIPTIVAS

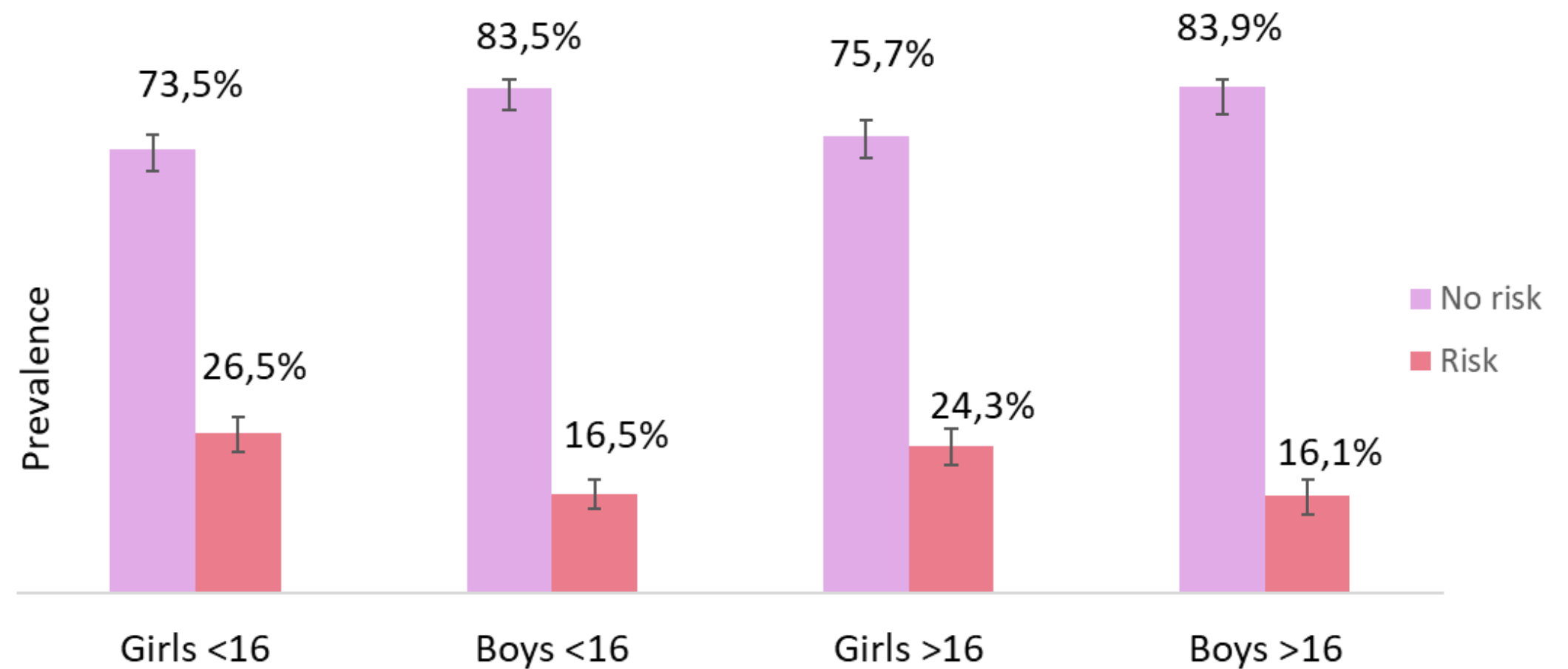
### Características de salud

19.7% de chicas y 11.2% de chicos tiene un probable riesgo de mala salud mental.

### Actividad física

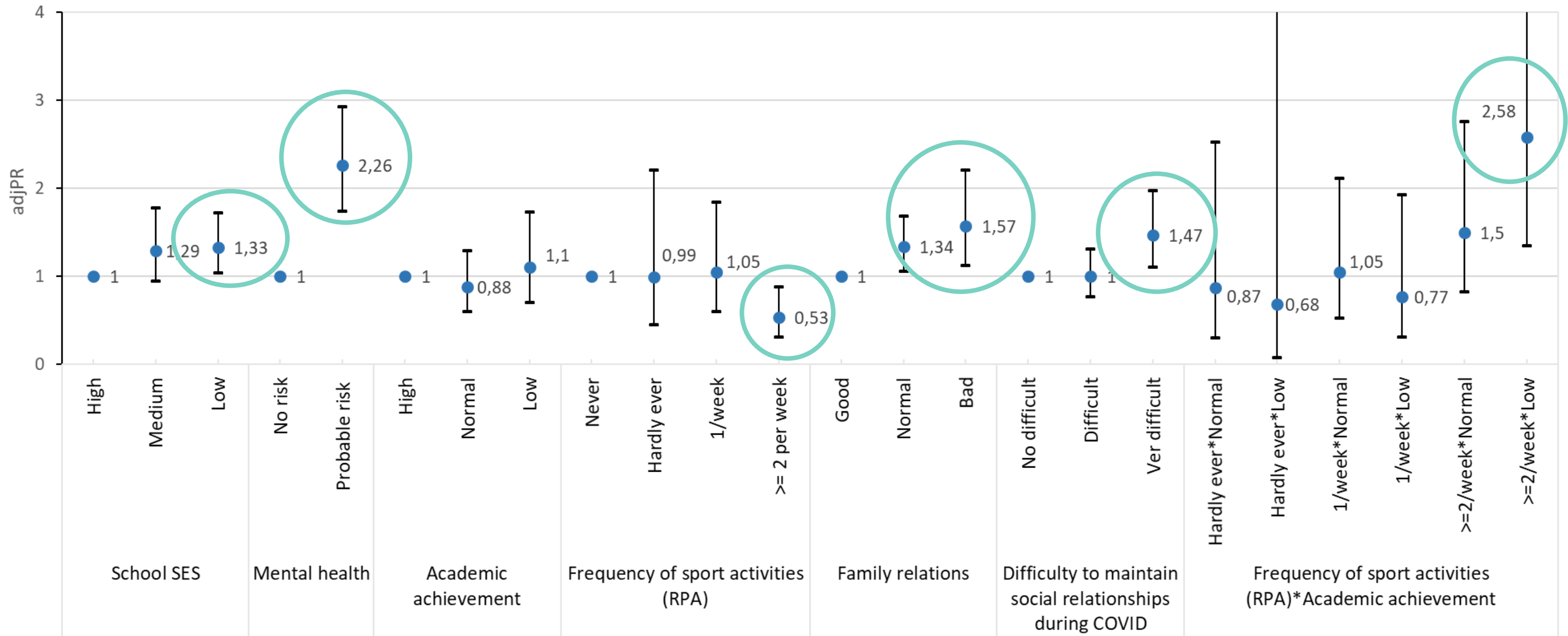
- 82% de chicas y 90% de chicos realizan RPA.
- 34.4% de chicas y 52% de chicos hacen deporte al menos 2 veces por semana.

### Prevalencia e intervalos de confianza (IC) al 95% de confianza del PUI en adolescentes, estratificado por sexo y edad.



# 04 Resultados: chicas menores de 16 años

Razones de prevalencia ajustadas e IC al 95% de confianza de los factores sociodemográficos, de salud, interpersonales y contextuales asociados con el PUI en **chicas menores de 16 años**, Barcelona 2021.



\*adjPR: adjusted prevalence ratio; School SES: school socioeconomic status

# 04 Principales resultados

La **práctica de RPA** se asocia con una **menor prevalencia de PUI en todos los grupos** de estudio salvo para los **chicos menores de 16**.

**Interacción entre el RPA y el rendimiento académico entre las chicas adolescentes:** aquellas con un bajo rendimiento académico presentan una mayor prevalencia de PUI **aunque practiquen RPA**.

**Excepto para los chicos mayores de 16**, aquellos con **bajo rendimiento académico** poseen una **mayor prevalencia de PUI**.

Tener un **probable riesgo de mala salud mental** está asociado con el **PUI** en cada grupo del estudio.

Las **malas relaciones familiares** y **encontrar muy difícil el mantenimiento de las relaciones sociales durante la COVID-19** está asociado con el PUI en la **población adolescente más joven**.

# 05 Discusión

Kim & Lee, 2022; Zhang & Xu, 2022

Práctica de RPA



Estudios transversales y ensayos clínicos demuestran la asociación entre el RPA y una menor prevalencia de PUI.

Anderson et al., 2017; Blinka et al., 2020

Mala salud mental



La salud mental es el factor predictor más fuerte del PUI; a su vez, el PUI genera graves consecuencias para la salud mental.

Anderson et al., 2017

Bajo rendimiento académico



El bajo rendimiento académico es precursor del PUI. Su interacción con el RPA no se había examinado en modelos de este tipo → continuar investigándose.

Anderson et al., 2017

Malas relaciones familiares



Las malas relaciones familiares son un factor de riesgo de PUI.

Masaeli & Fahardi, 2021

Dificultad en el mantenimiento de las relaciones sociales durante la COVID-19



PUI como mecanismo para hacer frente y adaptarse a sentimientos de soledad y de aislamiento durante la COVID-19.



# 06 Limitaciones y fortalezas

## Pandemia de la COVID-19:

- extrapolación temporal e inclusión en estudios longitudinales.
- las restricciones impuestas afectan a la práctica de RPA.
- Influencia en la alta prevalencia de mala salud mental y de PUI.



**Pandemia de la COVID-19:**  
monitorizar sus efectos



# 07 Conclusiones

**PUI: relevante** en la población **adolescente de Barcelona**

**RPA: potencial efecto protector** frente al PUI a pesar de los efectos de la COVID-19



**Existen desigualdades de género** en el PUI

## Recomendaciones

- **Promoción del RPA en la adolescencia** y **reducción de desigualdades de género** en su práctica.
- **Intervenir en la salud mental** desde la **Salud Pública: clave para abordar el PUI.**

# 08 Bibliografía

1. Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. (2021). Informe sobre Adicciones Comportamentales 2020: Juego con dinero, uso de videojuegos y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y otras adicciones en España EDADES y ESTUDES. Madrid: Ministerio de Sanidad. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
2. Blinka, L., Šablatúrová, N., Ševčíková, A., & Husarova, D. (2020). Social constraints associated with excessive internet use in adolescents: the role of family, school, peers, and neighbourhood. *International Journal of Public Health*, 65(8), 1279–1287. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01462-8>
3. Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2017). Internet use and Problematic Internet Use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(4), 430–454. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1227716>
4. Kim, J., & Lee, K. (2022). The association between physical activity and smartphone addiction in Korean adolescents: The 16th Korea Youth Risk Behavior Web-based Survey, 2020. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 10(4), 702. <https://doi.org/10.3390/healthcare10040702>
5. Masaeli, N., & Farhadi, H. (2021). Prevalence of Internet-based addictive behaviors during COVID-19 pandemic: a systematic review. *Journal of Addictive Diseases*, 39(4), 468–488. <https://doi.org/10.1080/10550887.2021.1895962>
6. Zhang, W., & Xu, R. (2022). Effect of exercise intervention on Internet addiction and autonomic nervous function in college students. *BioMed Research International*, 2022, 5935353. <https://doi.org/10.1155/2022/5935353>

**MOLTES GRÀNCIES PER LA  
VOSTRA ATENCIÓ!**

**C S B** Consorci Sanitari  
de Barcelona



Agència  
de Salut Pública

**UAB**

Universitat Autònoma  
de Barcelona



Universitat  
Pompeu Fabra  
*Barcelona*