

EL SÍNDROME "MIEDO A PERDERSE ALGO" EN JÓVENES Y ADOLESCENTES ARGENTINOS. APORTES PRELIMINARES

Pastorini, Sofía

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Cittadini, Micaela

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Leumann, Milagros

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Pino Ammassari, Sofía

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Racedo, Celina

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Moralejo Aguirre, Amparo

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Lamas, María Cristina

Pontificia Universidad Católica Argentina, Departamento de Psicología

Introducción

En el siglo XXI la humanidad está inmersa en una red global de información, cultura y tecnología que atraviesa su realidad cotidiana. La omnipresencia de la tecnología ha transformado no solo la forma en que se vive, sino también los modos de aprender, socializar y de trabajar (Lamas y Lamas, 2017). La conectividad global da lugar a un entorno híbrido donde los mundos físico y virtual se entrelazan y crean una dinámica social compleja y multifacética. Los dispositivos, que alguna vez fueron simples herramientas operativas, se han convertido en extensiones de la identidad, cuya no disponibilidad produce obstáculos en la comunicación y en las actividades diarias (Granic, 2020; Tanhan et al., 2022).

Los fenómenos que emergen a partir del uso de las nuevas tecnologías resultan de interés para la investigación psicológica, entre ellos se destacan los estudios sobre el uso de las redes sociales virtuales, RSV, que amplían y fusionan los intercambios fuera de línea y en línea. A pesar de su capacidad para favorecer la interacción, también han suscitado inquietudes y malestar, particularmente entre grupos de jóvenes y adolescentes. El fenómeno conocido como *Fear of missing out*, FoMO, miedo a perderse algo, ha llamado la atención de los investigadores en la última década por su alcance global, con estudios en países de Europa, Asia, Oriente medio. EE. UU., Australia y, en menor medida, América Latina (Oberst et al., 2017).

FoMO se define como la creencia de perderse experiencias gratificantes que otros tienen y de las cuales no se participa, que impulsa la necesidad de conectarse a las redes sociales para verificar actividades y mensajes (Przybylski et al., 2013; Gil et al., 2015). Se trata de una vivencia subjetiva basada en la discrepancia entre las experiencias individuales actuales o posibles y las que tiene el entorno social inmediato o extendido (Browne et al., 2018). Tiene dos componentes: cognitivo-emocional y conductual. El primer componente se refiere a la rumiación de la creencia y la activación de emociones, mientras que el segundo se asocia con la implementación de estrategias para aliviar el temor a sentirse excluido, mediante la verificación de las actividades de otros. Esta verificación puede ser activa, de navegación por las redes, o reactiva, es decir, de respuesta a notificaciones recibidas. Aunque las notificaciones alivian el FoMO y contribuyen a la vida social, desenfocan la atención y pueden afectar actividades laborales, escolares u otras (Elhai et al., 2021).

A partir de la delimitación del constructo, la investigación de Przybylski et al. (2013) diseñó y validó una escala para la medición de FoMO; luego evaluó el papel de las RSV en la activación del síndrome y, finalmente, estableció correlaciones entre el comportamiento y los aspectos cognitivo-emocionales involucrados. La escala FoMOS, instrumento de autoinforme, establece diferencias individuales de FoMO en niveles bajo, moderado y alto. Fue validada empíricamente mediante un estudio multicéntrico de usuarios de RSV entre 18 y 65 años. Los resultados mostraron correlación entre presencia del síndrome y malestar psicológico en general, relación inversa entre FoMO y satisfacción con la vida e identificación de niveles más altos en población joven, especialmente varones (Przybylski et al., 2013).

Para comprender la actividad en las RSV, su posible relación con las diferencias individuales en torno a la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, los autores se basaron en la Teoría de la Autodeterminación, *Self Determination Theory*, SDT, desarrollada por Decy y Ryan en la década del '80. A partir de la SDT, identificaron que los sujetos con menor satisfacción de las necesidades psicológicas de *competencia para actuar en el mundo*, de *autonomía personal* y de *relación con los otros*, presentaban niveles más altos de FoMO. Mientras que quienes que percibían satisfechas dichas necesidades mostraron niveles más bajos (Przybylski et al., 2013).

Aunque no constituye un trastorno, el FoMO es predictor del uso problemático de las redes sociales junto a otros factores de riesgo, como el miedo a la evaluación negativa (Wolniewicz, et al., 2018) y bajas habilidades de presentación personal (Casale et al., 2018). Se han reportado efectos negativos asociados al malestar psicológico (Baker et al., 2016; Varchetta et al., 2020; Wolniewicz, et al., 2018) sentimientos de soledad, aislamiento por comparaciones en las redes (Reer et al., 2019); compulsión a mantenerse conectado, reacciones negativas hacia usuarios en línea (Fabricis et al., 2020).

Se ha encontrado correlación significativa, negativa y moderadamente fuerte entre FoMO y autoestima en españoles entre 18 y 30 años y entre polacos jóvenes y adultos. Es decir que, a mayor nivel de FoMO, las puntuaciones del nivel de autoestima tenderían a descender (Torres Serrano, 2020; Uram & Skalski, 2020); correlación negativa entre FoMO y Bienestar Psicológico en las dimensiones autoaceptación, dominio del entorno en población de Indonesia entre 17 y 22 años (Sutanto et al., 2020). Pero, por otro lado, se sostiene que FoMO tendría papel mediador entre la intensidad de uso de las RSV y la conexión social, con efectos positivos indirectos sobre el bienestar (Roberts &

David, 2019) y, modulador de la ansiedad social en quienes, por percibirse menos deseables y atractivos, evitarían eventos de la vida y aumentarían su actividad en las RSV para satisfacer necesidades de contacto (Ashwini & Bharathi, 2021).

También se han observado modificaciones en el ritmo del sueño, incremento del tiempo de vigilia (Adams, et al., 2017; Błachnio & Przepiórka, 2017; Rogers & Barber, 2019); desmotivación y disminución del rendimiento académico (Alt, 2015; Alt & Boniel-Nissim, 2018; Widyana, 2020), en la productividad laboral (Rozgonjuk et al., 2020), variaciones de FoMO según momentos del día y actividades, con predominio en horarios nocturnos, entre jueves y sábados o durante actividades como trabajar/estudiar, según edad y género (Milyavskaya et al., 2018). Los estudios de Przybylski et al. (2013) reportaron mayores niveles de FoMO en jóvenes y varones, coincidentes con los de Reer et al., (2019). Sin embargo, otras investigaciones hallaron niveles más altos de FoMO en mujeres jóvenes (Elhai et al., 2018; Stead & Bibby, 2017), similares a los resultados de una investigación argentina que identificó niveles altos de FoMO en mujeres jóvenes y también en sujetos mayores de 50 años (Luque et al., 2019). Otros estudios no hallaron diferencias entre varones y mujeres (Casale & Fioravanti, 2020; Rozgonjuk et al., 2020; Santana-Vega et al., 2019).

Las investigaciones sobre FoMO en población latinoamericana son escasas, pese al uso masivo de dispositivos móviles y de la participación en RSV de la población general. Oberst et al. (2017) realizaron un estudio sobre una muestra adolescente de 1468 usuarios de RSV de habla hispana, residentes en 17 países latinoamericanos, con edades entre 16 y 18 años, en su mayoría mujeres. El porcentaje de participantes argentinos fue de 1,5%. Se empleó la adaptación española de la escala FoMOS (Gil et al., 2015) que mostró índice aceptable de confiabilidad. Los resultados confirman el rol del FoMO en el uso no adaptativo del teléfono móvil por parte de los adolescentes con efectos de malestar psicológico principalmente entre adolescentes mujeres. Los adolescentes presentarían más riesgo, para compensar sentimientos de exclusión de experiencias gratificantes de sus compañeros (Oberst et al., 2017).

En Latinoamérica se ha validado, por un lado, la versión española de escala FoMOS en universitarios peruanos entre 16 y 27 años (Correa-Rojas et al., 2020) y, por el otro, la versión original en población colombiana entre 18 y 60 años (Cano-García, et al., 2022) y en población argentina, entre 25 y 65 años, residente en la provincia de Córdoba (Luque et al., 2016), con buenos índices de consistencia interna. Los resultados del estudio peruano, sobre un N=357; M=21.12 años, mostraron que la escala FoMOS tiene una estructura unidimensional coincidente con la versión original de Przybylski et al. (2013) y con la versión adaptada al español de Gil et al. (2015). Los resultados del estudio colombiano muestran correlación aceptable de los factores para medir el constructo, de modo coincidente con el planteamiento inicial. Sugieren no modificar los 10 ítems de la escala original por posibles efectos negativos sobre las variables de medición y en el rendimiento de la prueba (Cano-García et al., 2022). Sin embargo, la validación y adaptación argentina redujo a 8 los ítems de la escala original, que mantuvieron buenos índices de confiabilidad (Luque et al., 2016).

Luego de la adaptación y validación argentina, se administró la escala a una muestra de 273 adultos, de 25 a 65 años (M=42.5), de ambos sexos (52% mujeres), usuarios activos de RSV en la provincia de Córdoba. Los resultados obtenidos para la variable FoMO muestran una media=23.40 (D.S.=10.49). Los niveles de FoMO registrados se distribuyeron de la siguiente manera: sin presencia de temor: 17.9%; nivel leve: 37.0%; nivel moderado: 27.5%; nivel severo: el 17.6%. El estudio halló correlación estadísticamente significativa y moderada entre FoMO y uso de RSV. Los datos mostraron mayor uso problemático de las RSV en varones y mayor FoMO entre mujeres; menor uso problemático de RSV, pero mayor nivel de FoMO en adultos a partir de 53 años (Luque et al., 2019).

De modo que, aunque abundan publicaciones argentinas sobre el uso de RSV (Correa y Vitaliti, 2018; Dogliotti et al., 2020; Luque et al., 2015; Tarullo, 2020) sobre problemas asociados como ciberbullying, sexting (Resett, 2016; Resett et al., 2022), los estudios sobre FoMO publicados son los realizados por Luque y su equipo de colaboradores (Luque et al., 2016; Luque et al., 2019). Existe otro proyecto de investigación en curso sobre la relación entre las variables FoMO y RSV sobre una muestra de 421 casos, con una edad promedio de 28 años, pero sin publicación de resultados (Martín y Fernández Rendina, 2021).

Por ello, esta investigación se propuso analizar la presencia y nivel de FoMO entre jóvenes y adolescentes argentinos. El primer estudio, iniciado en 2020, con datos recogidos durante la pandemia y, los siguientes, entre 2021 y 2023, brindan aportes sobre niveles de FoMO así como su relación con otras variables: autoestima, bienestar psicológico, ansiedad social, regulación emocional en jóvenes y necesidades psicológicas satisfechas e insatisfechas en adolescentes argentinos. Se plantearon como hipótesis: 1) FoMO se presenta en niveles moderado/alto entre los jóvenes y adolescentes argentinos; 2) En los jóvenes se observan relaciones inversas entre a) FoMO y autoestima; b) entre FoMO, y bienestar psicológico; c) entre FoMO y regulación emocional en jóvenes especialmente en edades entre 18 y 21 años y en el sexo femenino; 3) La relación entre FoMO y ansiedad social es positiva y más frecuente en jóvenes entre 18 y 21 años; 4) En adolescentes, existe relación inversa entre nivel de FoMO y de las necesidades psicológicas satisfechas/insatisfechas.

Método

La investigación tuvo un diseño metodológico empírico de corte transversal, con alcance descriptivo y correlacional.

Participantes

La muestra fue no probabilística. En primera instancia, los participantes voluntarios fueron seleccionados por conveniencia, y los siguientes, seleccionados por bola de nieve a partir de los primeros. Criterios de inclusión: jóvenes entre 18 y 25 años, adolescentes entre 12 y 17 años, argentinos y residentes en el país. Criterios de exclusión: otras edades, argentinos residentes en el exterior, extranjeros residentes en el país.

El primer estudio (2020) evaluó presencia de FoMO en una muestra de 104 jóvenes argentinos con un rango de edad de 18 a 25 años, de ambos sexos, compuesta por 70 mujeres (67,3%) y 34 hombres 34 (32,7%).

El segundo estudio (2021/22), evaluó presencia de FoMO y niveles de autoestima en una muestra de 190 jóvenes argentinos con un rango de edad de 18 a 25 años, de ambos sexos, compuesta por 137 mujeres (72,1%) y 53 hombres (27,9%).

El tercer estudio (2022/23) evaluó presencia de FoMO y bienestar psicológico en una muestra de 146 jóvenes argentinos, con un rango de edad de 18 a 25 años, de ambos sexos, compuesta por 113 mujeres (77.4%) y 33

varones (22.6%).

El cuarto estudio (2023) evaluó presencia de FoMO y ansiedad social, en una muestra de 351 jóvenes usuarios de Instagram residentes en CABA y en la provincia de Buenos Aires, con un rango de edad de 18 a 25 años de ambos sexos compuesta por 238 mujeres (67.8%) y 113, varones (32.2%). 93 participantes residentes en CABA (26,5%), 160 participantes residentes en el Gran Buenos Aires (45,6%); 98 participantes residentes en el interior de la Provincia de Buenos Aires (27,9%).

El quinto estudio (2023), evaluó presencia de FoMO y regulación emocional en una muestra de 121 jóvenes universitarios de CABA con un rango de edad de 18 a 25 años de ambos sexos compuesta por 77 mujeres (63.6%) y 44 varones (36.4%).

El sexto estudio (2021/22), evaluó presencia de FoMO y necesidades psicológicas básicas satisfechas/insatisfechas en adolescentes argentinos, en una muestra de 114 adolescentes entre 12 y 17 años, 63 mujeres (55,3%), 50 varones (43,9%) y 1 respondió "otro" (0,9%).

Instrumentos

Cuestionario Ad hoc para recolección de datos sociodemográficos: género, edad, lugar de residencia en el país, nivel de escolaridad.

Cuestionario FoMOS adaptación española (Gil et al., 2015), de la escala original de Przybylski, et al. (2013). La escala presenta 10 ítems con 5 posibles respuestas tipo Likert que van de 1 (nada) a 5 (mucho) que evalúa miedos y preocupaciones experimentadas por estar fuera de contacto con las experiencias del entorno social, percepción de emociones relacionadas. La adaptación española tiene una consistencia interna de $\alpha = .86$. Al emplearse la adaptación española en las muestras, se observó una consistencia interna similar, de $\alpha = .82$. Cabe aclarar que, si bien existe adaptación argentina de la escala FoMOS, de la original de Przybylski et al, (2013) realizada por Luque et al., (2016) que dejó 8 de los 10 ítems, no se tuvo acceso a ella, por lo cual en todos los estudios se empleó la versión española.

Otros instrumentos administrados

Escala de Autoestima de Rosenberg, aplicada en el estudio 2. Validada en población argentina por Góngora y Casullo (2009), consta de 10 ítems con 4 opciones de respuesta: desde extremadamente de acuerdo (4) a extremadamente en desacuerdo (1). Cinco ítems son directos y cinco inversos. La escala ha demostrado ajustarse a un modelo unidimensional, es decir, evalúa autoestima global con una consistencia interna de $\alpha = .78$.

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1995) administrada en el estudio 3. La adaptación argentina realizada por Aranguren & Irrazabal (2015) a partir de la versión de van Dierendonck (2005) y de Díaz et al. (2006), mostró buenos niveles de confiabilidad y mejores índices de ajuste, con variaciones de α de Cronbach entre .86 y .93. Los ítems se presentan con 6 posibles respuestas tipo Likert con puntuaciones comprendidas entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 6 (totalmente de acuerdo), para un total de 234 puntos como máximo. Se evalúan las dimensiones de: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. Se obtiene información subjetiva sobre el nivel de bienestar general.

Inventario de ansiedad y fobia social - versión breve SPAI-B, para el estudio 4. El inventario fue adaptado a población argentina por Morán et al. (2019) de la

versión breve del Inventario de Fobia y Ansiedad Social, o SPAI-B, a partir de la adaptación española de García-López et al. (2008) del Inventario de fobia social del

y ansiedad social, SPAI, de Turner et al.(1989). El SPAI-B evalúa aspectos conductuales, psicofisiológicos y cognitivos de la ansiedad social. Presenta una consistencia interna de $\alpha = .86$ y está formado por 16 ítems, con opciones tipo Likert de cinco puntos (de 1=nunca a 5= siempre) en los cuales se indica la frecuencia de experimentación de diferentes síntomas. Las puntuaciones elevadas son indicativas de mayor grado de ansiedad social.

Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS), para el estudio 5, en la versión adaptada para población argentina por Medrano y Trólogo (2014) para la evaluación de factores de la regulación emocional cuya versión original es de Gratz y Roemer (2004). Consta de 36 ítems con una escala Likert de cinco puntos, 1 'casi nunca' (0-10%), 2 'a veces' (11-35%), 3 'casi la mitad del tiempo' (36-65%), 4 'la mayor parte del tiempo' (66-90%) y 5 'casi siempre' (91-100%). Presenta buenas propiedades psicométricas, con alta consistencia interna (α de Cronbach = 0.93), así como una confiabilidad test-retest adecuada ($r = 0.88$). Los puntajes más elevados indican menor regulación emocional.

Escala de Necesidades Psicológicas Básicas, para el estudio 6, versión adaptada de Gagne (2003) para el ámbito educativo en una muestra de adolescentes argentinos realizada por Schönfeld y Mesurado (2020). Es una escala tipo Likert que evalúa la satisfacción de necesidades psicológicas básicas en adolescentes argentinos y consta de 15 ítems con 7 posibles respuestas que van de 1 (nada verdadero) a 7 (muy verdadero). El grado de consistencia interna que se obtuvo mediante el índice Omega fue de .89.

Procedimiento para la recolección de datos

El contacto con los participantes se realizó a través de las RSV. Se presentaron los objetivos de la investigación a los participantes y se les envió enlace para ingresar al formulario. En la carátula del formulario se explicitaban objetivos, solicitud del consentimiento informado de participación voluntaria y anónima. Se garantizaba la confidencialidad de los datos, en el análisis de las respuestas y que no se emplearían para otro propósito. A partir de la aceptación, se accedía a los cuestionarios. Se realizó prueba piloto con pequeñas muestras en los estudios 1, 2 y 6 para verificar la consistencia interna de la versión española de la escala FoMOS en población argentina. Según los estudios, el período de recolección de los datos varió entre una y cuatro semanas.

Análisis de Datos

Los datos obtenidos en cada estudio se replicaron de forma automática en planilla Excel, se exportaron al software SPSS, y se realizó el procedimiento estadístico, de porcentaje y frecuencia para comprobar presencia y nivel de FoMO en población juvenil y adolescente. Se utilizaron la prueba t de Student para analizar diferencias de grupos según género y edad, Coeficiente r de Pearson para medir el grado de relación con otras variables y la prueba U de Mann-Whitney.

Resultados

Los resultados que se presentan aquí corresponden a los estudios 1, 2 y 6. Se brindan análisis preliminares de los restantes.

El *Estudio 1* evaluó presencia de FoMO en una muestra de 104 jóvenes argentinos con un rango de edad de 18 a 25 años, de ambos sexos, compuesta por 70 mujeres (67,3%) y 34 hombres (32,7%), con $M=21,93$; $DE=1,9$. A partir de la prueba piloto para explorar la consistencia interna de la escala española en población argentina, se eliminaron 2 ítems, por ejemplo: "A veces me pregunto si dedico demasiado tiempo a estar pendiente de lo que está pasando" ya que se observó la confusión y relación con el contexto de pandemia. Los resultados se clasificaron en 3 grupos: entre 0-13,25 puntos nivel bajo de FoMO, entre 13,26- 26,5, nivel moderado de FoMO y entre 26,6-40 nivel alto de FoMO. Los jóvenes argentinos presentaban en 2020, durante la pandemia, nivel moderado de FoMO ($M=2,3$; $DE=2,03$), con una media de 20 puntos ($M=20,32$; $DE=5,63$), una mínima de 11 puntos y una máxima de 36 puntos. No se observaron diferencias significativas de FoMO según el sexo ($t(104)=1,182$; $p=.240$). Mujer= $20,77$; Varón= $19,38$) ni la edad ($t(104)=-,759$; $p=.450$). Grupo 1= $19,68$ Grupo 2= $20,59$). No hubo diferencias significativas respecto del sexo sobre sentir que se pierden de algo si no chequean las redes sociales ($t(104)=-,122$; $p=.903$). Mujer= $3,06$ Varón= $3,03$) ni edad ($t(104)=-,301$; $p=.764$). Grupo 1= 3 ; Grupo 2= $3,07$). Se observaron diferencias significativas entre quienes presentaban nivel moderado y alto de FoMO con respecto al uso del celular, ambos empleaban alrededor de 6:30 horas ($t(104)=,170$; $p=.865$). Nivel Moderado= $6,47$; Nivel Alto= $6,31$), y con respecto a la presencia en redes sociales, de 5 horas ambos ($t(104)=-,108$; $p=.914$). Nivel Moderado= $5,12$; Nivel Alto= $5,23$).

El *Estudio 2* evaluó presencia de FoMO y niveles de autoestima en una muestra de 190 jóvenes argentinos con un rango de edad de 18 a 25 años, de ambos sexos, compuesta por 137 mujeres (72,1%) y 53 hombres (27,9%). La media de la muestra fue de 22 ($M=21$; $DE=6,47$). Dado que la recolección fue durante 2021, a diferencia del estudio 1, se administraron los 10 ítems de FoMOS, cuyos resultados se clasificaron en 3 grupos con diferencias respecto del primer estudio en los puntos de corte: entre 0 - 16,6 puntos nivel bajo de FoMO, entre 16,7 - 33,3 nivel moderado de FoMO, entre 33,4 - 50 nivel alto de FoMO. La consistencia interna de la escala con sus 10 ítems resultó adecuada: $\alpha = 0,82$. Se observó nivel moderado de FoMO ($M=2$; $DE=0,49$) con una media de 22,07 puntos, $DE=6,47$ una mínima de 11 puntos y una máxima de 42 puntos. La prevalencia del nivel moderado fue de 73,2% de la muestra, con 21,1% de nivel bajo/ausencia de FoMO y 5,8% nivel alto de FoMO. No se hallaron diferencias estadísticamente significativas en el nivel de FoMO según sexo: $t(190)=-1,940$; $p=.054$. Mujer= $1,89$; Hombre= $1,74$, ni edad: $t(190)=2,47$; $p=.085$. Grupo 1= $1,86$; Grupo 2= $1,84$. Se identificó una relación inversa significativa de fuerza baja entre presencia de FoMO y niveles de autoestima: $r(190)=-,155$; $p=0,03$.

El *Estudio 6* evaluó presencia de FoMO y su relación con las necesidades psicológicas satisfechas/insatisfechas en 114 adolescentes argentinos, entre 12 y 17 años, 63 mujeres (55,3%), 50 varones (43,9%) y 1 respondió "otro" (0,9%). Con una media de 23,3 puntos, ($DE=6,78$), una mínima de 10 puntos y una máxima de 41 puntos. Los resultados mostraron nivel moderado de FoMO en esta población: 74,6%, 15,8% correspondieron a nivel bajo/ausencia de FoMO y 9,6% a nivel alto. Con mayor prevalencia entre 12 y 14 años: $t(114)=1,16$; $p=.12$. Grupo 1= $2,03$ Grupo 2= $1,90$), sin diferencias respecto al sexo: $t(113)=-,206$; $p=.837$. Mujer= $1,92$; Varón= $1,94$).

Se halló correlación negativa no significativa entre el nivel de FoMO y satisfacción de la necesidad psicológica básica de autonomía $r(114)=-,078$; $p>,412$; competencia $r(114)=-,161$; $p>,088$ y afinidad $r(114)=-,182$; $p>,053$. Es decir que si bien a mayor nivel de FoMO se observa menor nivel de necesidades psicológicas básicas satisfechas, la relación no es significativa.

El *Estudio 3* evaluó presencia de FoMO y bienestar psicológico en una muestra de 146 jóvenes argentinos, de ambos sexos: 113 mujeres (77,4%) y 33 varones (22,6%). Con una media de 27,9 puntos y $DE=7,2$, con una mínima de 10 puntos y una máxima de 42 puntos. Los datos preliminares darían cuenta de prevalencia de nivel alto de FoMO (54,1%) seguido de nivel moderado (44,5%) y, finalmente, bajo nivel de FoMO (1,4%). Sin diferencias significativas entre varones y mujeres. Al relacionar FoMO con las dimensiones de Bienestar Psicológico se observan: correlaciones negativas significativas y moderadamente fuertes entre FoMO y Autoaceptación ($r=-0,244$, $p<0,01$); entre FoMO y Dominio del Entorno ($r=-0,335$, $p<0,01$); entre FoMO y Propósito en la Vida ($r=-0,165$, $p<0,05$). Es decir que quienes presentan alto nivel de FoMO tienden a menor autoaceptación, sentimientos de menor control sobre su entorno y un sentido de propósito en la vida más bajo.

El *Estudio 4*, evaluó presencia de FoMO y su relación con ansiedad social, en una muestra de 351 jóvenes argentinos, con un rango de edad de 18 a 25 años de ambos sexos: 238 mujeres (67,8%) y 113, varones (32,2%). La media de la muestra fue de 24 y $DE=6,84$. Los puntajes se clasificaron en tres grupos: entre 0 - 16,6 puntos: nivel bajo de FoMO, entre 16,7 - 33,3 puntos: nivel moderado de FoMO y, por último, entre 33,4 -50 puntos: nivel alto de FoMO. El 77,5% de los participantes muestra presentó nivel moderado de FoMO, 11,4% nivel bajo y, 11,1% nivel alto de FoMO. Para el análisis de la escala SPAI-B, se diferenciaron también tres grupos: entre 0 - 26,66 puntos: nivel bajo de ansiedad social; entre 26,67 - 53,32 puntos: nivel medio de ansiedad social; y por último, entre 53,33 - 80 puntos: nivel alto de ansiedad social. Los jóvenes participantes presentaron en mayor medida un nivel medio de ansiedad social (66,1%) mientras que 28,8% presentó nivel bajo y 5,1% presentó nivel alto de ansiedad social. La correlación de las variables está en proceso.

El Estudio 5 evaluó presencia de FoMO en 121 jóvenes universitarios de CABA, entre 18 y 25 años; 63,6% mujeres ($n=77$) y 36,4% varones ($n=44$). La media de edad del total de la muestra fue de 22,02 ($ES=1,68$; Mínimo = 18; Máximo = 25). Los puntajes se clasificaron en tres grupos: entre 0 - 16,6 puntos: nivel bajo de FoMO, entre 16,7 - 33,3 puntos: nivel moderado de FoMO y, por último, entre 33,4 -50 puntos: nivel alto de FoMO. Los jóvenes se ubican en nivel moderado de FoMO (78%), seguido de nivel alto (12,1%) y bajo (9,9%). La correlación con regulación emocional está en proceso.

Discusión

A lo largo de la última década, desde que se delimitó como constructo, la exploración sobre FoMO se ha expandido, principalmente por la investigación del uso de las RSV y por factores relacionados con el uso problemático de ellas: baja autoestima, disminución del bienestar psicológico, ansiedad, desregulación emocional, necesidades psicológicas básicas insatisfechas, entre otros. La atención científica, no solo ha permitido su caracterización, sino que también, ha brindado comprensión sobre los aspectos psicológicos presentes en la conectividad.

El objetivo de esta investigación, evaluar presencia y nivel de FOMO entre jóvenes y adolescentes argentinos, comprobó presencia de FOMO en nivel moderado en 5 de los 6 estudios, en forma coincidente con Oberst et al. (2017). La excepción fue el estudio 3 cuyos datos preliminares muestran presencia de FoMO en niveles alto y moderado que, sumados, constituyen casi la totalidad de la muestra (98.6%). No está claro el motivo de este resultado, por lo cual se realizan nuevos análisis que permitan su interpretación.

En los estudios no hubo diferencias según el sexo en consonancia con los de Casale & Fioravante (2020) en población italiana; Rozgonjuk et al. (2020) en población alemana; Santana-Vega et al. (2019) en adolescentes españoles y en contraste con los que hallaron prevalencia en varones jóvenes (Przybylski et al., 2013; Reer et al., 2019) o en mujeres (Elhai et al., 2018; Luque et al., 2019; Stead & Bibby, 2017). Tampoco hubo diferencias respecto de las edades, aunque en el estudio 6 se observó mayor prevalencia en el grupo adolescente entre 12 y 14 años, respecto del grupo entre 15 y 17 años, que obedecería a la fuerte necesidad de pertenencia y validación de los pares (Gil et al., 2015).

La asociación de FoMO con los constructos autoestima (estudio 2) y bienestar psicológico (estudio 3) permitió identificar relaciones inversas significativas: de fuerza baja entre FoMO y niveles de autoestima y de fuerza moderada entre FoMO y Bienestar Psicológico en las dimensiones autoaceptación, dominio del entorno y propósito en la vida. Los resultados de la relación FoMO-autoestima difieren del estudio de Torres Serrano (2020), que halló correlación inversa de fuerza moderada. De modo que, pese a que, a mayor nivel de FoMO, disminuye el nivel de autoestima, la fuerza baja de la relación obliga a considerar otros factores intervinientes. La relación inversa de fuerza moderada entre FoMO y las dimensiones de Bienestar Psicológico coinciden con los resultados de la investigación de Sutanto et al. (2020). Pero si se considera que casi la totalidad de la muestra del estudio 3 puntuó entre niveles alto y moderado, la fuerza moderada de la relación inversa con bienestar psicológico podría indicar también que el FoMO, al impulsar la participación en las RSV y fomentar la conexión social, podría tener efecto positivo indirecto sobre el bienestar en una relación más matizada, como sostienen Roberts & David (2019).

La asociación entre el síndrome FoMO y las necesidades psicológicas básicas reveló una relación inversa no significativa en sus tres dimensiones: autonomía, competencia y afinidad. A pesar de coincidir con los hallazgos previos de Przybylski et al. (2013), quienes vincularon la presencia de FoMO con la insatisfacción de estas necesidades, la falta de una relación inversa significativa plantea nuevas interpretaciones sobre la conexión entre FoMO con ésta y otras variables.

Desde la delimitación del constructo en 2013, las Redes Sociales Virtuales (RSV) se han multiplicado, convirtiéndose en plataformas de narrativas multimedia donde participan usuarios de todas las edades, especialmente jóvenes y adolescentes. Esta evolución requiere una reconsideración del nivel moderado de FoMO que se observa en la mayoría de las muestras de esta investigación, así como de las diferencias entre el uso esperado y problemático de las RSV en un contexto en el que se entrelazan la vida real con la digital. Cabe destacar que los jóvenes y adolescentes son naturalmente propensos a participar en las RSV pues han crecido inmersos en este nuevo ecosistema híbrido. En este sentido, el FoMO no solo constituye un constructo psicológico relevante, sino que también podría ser la puerta de entrada a la exploración de contenidos de las narrativas de usuarios de RSV, un campo de estudio prometedor que ofrecería mayor comprensión de la psicología de la conectividad en el nuevo siglo.

Referencias

- Adams, S. K., Williford, D. N., Vaccaro, A., Kisler T. S., Francis, A. y Newman, B. (2017). The young and the restless: Socializing trumps sleep, fear of missing out, and technological distractions in first-year college students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22 (3) 337-348. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1181557>
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out *Computers in Human Behavior*, 45, 111-119. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.057>
- Alt, D. y Boniel-Nissim, M. (2018). Links between adolescents' deep and surface learning approaches, problematic internet use, and Fear of Missing Out (FoMO). *Internet Interventions*, 13, 30-39. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.05.002>
- Ashwini, R. & Bharathi, V. (2021). The relationship between the Fear of Missing out (FoMO) and social anxiety among young adults. *International Journal of Multidisciplinary Educational Research*, 10, (7), 125-129.
- Aranguren, M. & Irrazabal, N. (2015) Estudio de las propiedades psicométricas de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes argentinos. *Ciencias Psicológicas*, 9 (1), 73-83.
- Baker, Z. G., Krieger, H. y LeRoy A.S. (2016). Fear of Missing Out: Relationships with Depression, Mindfulness, and Physical Symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, 2 (3), 275-282. <http://dx.doi.org/10.1037/tps0000075>
- Błachnio, A. y Przepiórka, A. (2017). Facebook intrusion, Fear of Missing Out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research* 259, 514-519. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.012>
- Browne, B. L., Aruguete, M. S., McCutcheon, L. E., y Medina, A. M. (2018). Social and emotional correlates of the fear of missing out. *North American Journal of Psychology*, 20 (2), 341-353.
- Cano-García, M., Quintero Núñez, H., Gaspar Cartagena, D. & Martín, R. (2022). Validación de la escala FoMOs (Fear of Missing Out scale) en el contexto colombiano. *Pensamiento Americano* 15 (30), 1-11.
- Casale, S., Rugai, L. & Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive Behaviors*, 85, 83-87. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.05.020.
- Casale, S. & Fioravanti, G. (2020). Factor structure and psychometric properties of the Italian version of the fear of missing out scale in emerging adults and adolescents. *Addictive Behaviors*, 102, 106179. doi:

Correa, S. y Vitaliti, J. M. (2018). Estudio sobre las redes sociales personales y las redes sociales virtuales en la cibercultura adolescente actual. *Summa Psicológica UST*, 15(2), 134-144.

Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo, M & Gontaruk, S. (2020). Propiedades psicométricas de la Fear of Missing Out Scale (FoMOs) en universitarios peruanos. *Aloma, Revista de Psicología, Ciències de l'Eduació i de l'Esport*, 38 (2), 113-120.

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3), 572-577.

Dogliotti, C., González Insua, F., Botero, C. y Delfino, G. (2020). Uso y frecuencia de conexión a internet y bienestar subjetivo en jóvenes argentinos. *Revista Psicología UNEMI*, 4 (7), 74-87.

Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior* 89, 289–298. doi:10.1016/j.chb.2018.08.020

Elhai J. D., Yang H., Montag C. (2021). Fear of missing out (FOMO): overview, theoretical underpinnings, and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 43 (2), 203-209.

Fabricis M. A., Marengo, D., Longobardi, C, y Settanni, M. (2020). Investigating the links between Fear of Missing Out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: the role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>

Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behaviour engagement. *Motivation and Emotion* 27, (3) 199–223.

García-López, L. J., Hidalgo, M. D., Beidel, D. C., Olivares, J., & Turner, S. (2008). Brief Form of the Social Phobia and Anxiety Inventory (SPAI-B) for Adolescents. *European Journal of Psychological Assessment* 24 (3), 150–156.

Gil, F., Chamarro A. & Oberst, U. (2015). Addiction to online social networks: A question of «Fear of Missing Out»? *Journal of Behavioral Addictions*, 4 (1), 1.

Góngora, V. C. y Casullo, M. M. (2009) Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires

Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica 1 (27), 179-194.

Granic, I., Morita, H. & Scholten, H. (2020). Beyond Screen Time: Identity Development in the Digital Age. *Psychological Inquiry*, 31 (3), 195-223.

Gratz, K., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26 (1), 41-54.

Lamas, M.C. y Lamas, A.M. (2017). *Padres analógicos, Hijos digitales, cómo conviven Gutenberg y Zuckerberg*. Ediciones B.

Luque, L., Aramburu, E. y Gómez, R. (2015). Escala de adicción a facebook: propiedades psicométricas en población universitaria. *Memorias XXII Jornadas de investigación III*, 34-38. Facultad de Psicología (UBA). <https://www.academica.org/000-015/938.pdf>

Luque, L., Gómez, R. & Martiarena, V. (2016). Adaptación y propiedades psicométricas de la escala FoMO. *III Congreso Regional de World Federation for Mental Health*. Buenos Aires.

Luque, L.E., Rescala Osre, V., Aramburu, E., Cabral Aguirre, C., Fernández, M. & Gómez, R.A (2019). Uso problemático de redes sociales virtuales y miedo a quedar afuera (FoMO), *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología UNC* 4, (4) 64-80.

Martín, R.; Fernández Réndina, L. (2021). ¿Cómo no estoy ahí? Presentación de un estudio de correlación entre el uso de Redes Sociales y el sentimiento del FOMO en el contexto local. *Jornadas de Sociología, Universidad Nacional de Cuyo*. https://itp.bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/17130/54-martin ponencia-ed.pdf

Medrano, L. y Trógolo, M. (2014). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13 (4), 1345-1356. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.vedr>

Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N. y Koestner, R. (2018). Fear of missing out: prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO. *Motivation and Emotion* 42 (5), 725-737. DOI:10.1007/s11031-018-9683-5

Morán, V. E., Cupani, M., Azpilicueta, A. E., Piqueras, J. A., & García-López, L. J. (2019). Rasch Model analysis of the Brief Version of the Social Phobia and Anxiety Inventory (SPAI- B) in Argentinean and Spanish samples. *Revista De Psicopatología y*

Psicología Clínica, 23(3), 211–220. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.3.2018.22516>

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

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior* 29 (4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>

Reer, F., Wai, W. Y. & Quandt T. (2019). Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out. *New Media & Society*, 21 (7), 1486-1505. <https://doi.org/10.1177/1461444818823719>

Resett, S. (2016). Cyberbullying, correlatos psicológicos y diferencias de sexo en una muestra de adolescentes argentinos. *Investigaciones en Psicología* 21 (3), 59-66.

Resett, S, González, P. y Mesurado, B. (2022). Emotional problems, dark personality, sexting and grooming in adolescents: the role of gender and age. *CES Revista de psicología* 15, 23 – 43.

Roberts, J. A., & David, M. E. (2019). The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity, Connection, and Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1–7. doi:10.1080/10447318.2019.1646517

Rogers, A. P. y Barber L. K. (2019). Addressing FoMO and telepressure among university students: Could a technology intervention help with social media use and sleep disruption? *Computers in Human Behavior*, 93, 192-199. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.016>.

Rozgonjuk, D., Sindermann C., Elhai, J.D. & Montag, C. (2020). Fear of Missing Out (FoMO) and social media's impact on daily-life and productivity at work: Do WhatsApp, Facebook, Instagram, and Snapchat Use Disorders mediate that association? *Addictive Behaviors*, 110. 10.1016/j.addbeh.2020.106487

Santana-Vega, L. E., Gómez-Muñoz, A. M. y Feliciano-García, L. (2019). Uso problemático del móvil, fobia a sentirse excluido y comunicación familiar de los adolescentes. *Comunicar*, 59 (28), 40-47 <https://doi.org/10.3916/C59-2019-04>

Schönfeld, F. S., & Mesurado, B. (2020). Escala de Necesidades Psicológicas Básicas: adaptación al ámbito educativo en una muestra de adolescentes argentinos. *Revista Iberoamericana de Psicología* 13 (3), 218-229.

Stead, H. y Bibby, P. A. (2017). Personality, Fear of Missing Out and Problematic Internet use and their relationship to Subjective Well-Being. *Computers in Human Behavior* 76, 534–540. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.016>

Sutanto, F., Sahrani, R. & Basaria, D. (2020). Fear of missing out (FoMO) and psychological wellbeing of late adolescents using social media. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research* 478, 463-468.

Tanhan, F., Özok, H. İ., & Tayiz, V. (2022). Fear of Missing Out (FoMO): A Current Review. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 14 (1), 74-85.

Tarullo, R. (2020). ¿Por qué los y las jóvenes están en las redes sociales? Un análisis de sus motivaciones a partir de la teoría de usos y gratificaciones *Revista Prisma Social* 29, 223-239.

Torres-Serrano, M. (2020). Fear of missing out (FoMO) y el uso de Instagram: análisis de las relaciones entre narcisismo y autoestima. *Aloma*, 38(1), 31-38. <http://dx.doi.org/10.51698/aloma.2020.38.1.31-38>

Turner, S. M., Beidel, D. C., Dancu, C. V., & Stanley, M. A. (1989). An empirically derived inventory to measure social fears and anxiety: The Social Phobia and Anxiety Inventory. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1(1), 35–40. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.1.1.35>

Uram, P. & Skalski, S. (2020). Still logged in? The link between facebook addiction, FoMO, self-Esteem, life satisfaction and loneliness in social media users. *Psychological Reports*, 0 (0), 1-14.

van Dierendonck, D. (2004) The construct validity of Ryff's scale of psychological well-being and its extensión with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36, 629-643.

Varchetta, M., Frascetti, A., Mari, E., & Giannini, A. M. (2020). Adicción a redes sociales, Miedo a perderse experiencias (FOMO) y Vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria* 14 (1). <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1187>.

Widyana, R. (2020). Fear of missing-out mediated by social media addiction influence academic motivation among emerging adulthood? *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 9 (3), 259-275. <http://dx.doi.org/10.12928/jehcp.v9i3.15977>

Wolniewicz, C. A., Tiarniyu, M. F., Weeks, J. W. y Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, 262, 618-623. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.058>