



CORPORACION UNIVERSITARIA EMPRESARIAL

ALEXANDER VON HUMBOLDT

Universidad Autónoma De Bucaramanga UNAB



Niveles de Uso de Internet y Redes Sociales en Adolescentes

Entre los 12 y 18 Años de Edad pertenecientes a grado Octavo de una Institución Educativa de

Circasia Quindío

Preparado Por

Ana María Giraldo Ospina & Paula Andrea Rodríguez Riaño.

Armenia, Quindío

2014

TABLA DE CONTENIDO

1.	INTRODUCCIÓN.....	6
1.1	RESUMEN.....	8
1.2	ABSTRACT.....	8
2.	JUSTIFICACIÓN.....	9
3.	DESCRIPCION DEL PROBLEMA	12
4.	OBJETIVOS.....	14
4.1	Objetivo general.....	14
4.2	Objetivos Específicos.....	14
5.	ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	15
6.	MARCO TEORICO	26
6.1	Internet	27
6.2	Concepto de adicción a internet	27
6.3	Frecuencia del tiempo en internet	29
6.4	Redes sociales	30
6.5	Adicción a las redes sociales.....	30
6.6	Ventajas y Desventajas de las redes sociales	31
6.7	Factores de riesgo de la adicción a las redes sociales o internet.....	32
6.8	Nativos Digitales.....	33
6.9	Adolescencia y sus Características.....	34
6.10	Aspectos Biológicos:.....	34
6.11	Aspectos Psicológicos:.....	35
6.12	Biológico	37
6.13	Psicosocial.....	37

6.14	Actividades Básicas.....	38
6.15	Enfoque Cognitivo-Conductual.....	39
7.	DISEÑO METODOLÓGICO	43
7.1	Metodología	43
7.2	Instrumento.....	44
7.3	CUESTIONARIO CUPI	52
7.4	Población.....	55
7.5	Procedimiento de trabajo.....	55
8.	Análisis de las encuestas por factores.....	56
8.1	Factores	56
9.	ANÁLISIS TEÓRICO DESCRIPTIVO TEST CUPI.....	93
10.	Conclusiones	106
11.	Recomendaciones	109
12.	REFERENCIAS.....	113

TABLA DE ILUSTRACIONES

Tabla. 1 Valores Eigen y porcentajes de varianza	46
Tabla. 2 Solución factorial rotada del CUPI	46
Tabla. 3 Factor Reactivos que Constituyen al Factor	47
Tabla. 4 Dimensiones que evalúa cada factor	48
Tabla. 5 Matriz de categorías del instrumento realizada en base a los factores evaluados dentro de la prueba.....	49
Gráfico. 1 Distribución De Sexos de los Estudiantes	56
TABLA DE FRECUENCIA No. 6	57
GRÁFICO DE BARRAS No. 2	57
TABLA DE FRECUENCIA No.7	59
GRÁFICO DE BARRAS No. 3	59
TABLA DE FRECUENCIA No. 8	61
GRÁFICA DE BARRAS No. 4	61
TABLA DE FRECUENCIA No. 9	63
GRÁFICA DE BARRAS No. 5	63
TABLA DE FRECUENCIA No. 10	65
GRÁFICA DE BARRAS No. 6	65
TABLA DE FRECUENCIA No. 11	67
GRÁFICO DE BARRAS No. 7	67
TABLA DE FRECUENCIA No. 12	69
GRÁFICA DE BARRAS No. 8	69
TABLA DE FRECUENCIA No. 13	71
GRÁFICO DE BARRAS No. 9	71
TABLA DE FRECUENCIA No.	14
73	
GRÁFICO DE BARRAS No. 10	73
TABLA DE FRECUENCIA No. 15	75
GRÁFICA DE BARRAS No. 11	75
TABLA DE FRECUENCIA No. 16	77
GRÁFICA DE BARRAS No. 12	77
TABLA DE FRECUENCIA No. 17	79

GRÁFICA DE BARRAS No. 13.....	79
TABLA DE FRECUENCIA No. 18.....	81
GRÁFICA DE BARRAS No. 14.....	81
TABLA DE FRECUENCIA No. 19.....	83
GRÁFICA DE BARRAS No. 15.....	83
TABLA DE FRECUENCIA No. 20.....	85
GRÁFICA DE BARRAS No. 16.....	85
TABLA DE FRECUENCIA No. 21.....	87
GRÁFICA DE BARRAS No. 17.....	87
TABLA DE FRECUENCIA No. 22.....	89
GRÁFICA DE BARRAS No. 18.....	89
TABLA DE FRECUENCIA No. 23.....	91
GRAFICA DE BARRAS NO. 18.....	91

1. INTRODUCCIÓN

El siguiente proyecto se realiza como requisito de grado del programa de psicología de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Von Humboldt extensión UNAB, dicha investigación tiene como finalidad abordar la temática de los niveles de uso de Internet y redes sociales en jóvenes de una Institución Educativa de Circasia Quindío, pertenecientes al grado octavo del presente año.

Las redes sociales y el uso problemático de internet en general, no se encuentran contextualizados y conceptualizados en nuestra sociedad actual, es decir esta problemática aún no está siendo investigada a profundidad lo cual hizo interesante el tema a abordar y su posterior investigación, encontrando interesantes resultados que se analizan a lo largo del proyecto de investigación. Además, de mencionar importantes conceptos que deben ser tenidos presentes a la hora de hablar desde la perspectiva cognitivo conductual teniendo en cuenta el uso problemático de redes sociales e internet.

Posteriormente, se realiza la aplicación del cuestionario CUPI, *cuestionario de uso problemático de internet*, creado en el año 2011, por Marco Antonio Pulido Rull, Ruby Escoto de la Rosa & Dulce María Gutiérrez Valdovinos, pertenecientes a la Universidad Intercontinental de la Ciudad de México, identificando en su aplicación diferentes factores problema, teniendo en cuenta una metodología de corte cuantitativo exploratorio con base en el uso desmedido de internet y redes sociales en jóvenes que se encuentran en las aulas de clase.

A continuación, se apreciará un abordaje teórico sobre la temática establecida profundizando sobre la misma, encontrando nuevos horizontes para su clara comprensión y acercamiento al fenómeno de las redes sociales y en general el internet, lo cual puede ser

estudiado por futuros investigadores para su abordaje y solución a posibles problemáticas y dificultades a nivel social, familiar, educativo entre otros.

1.1 RESUMEN

Dicha investigación tiene como objetivo abordar la temática de los niveles de uso de Internet y redes sociales en jóvenes de una Institución Educativa de Circasia Quindío, pertenecientes al grado octavo del presente año.

Las redes sociales y el uso problemático de internet en general, no se encuentran contextualizados y conceptualizados en nuestra sociedad actual, es decir esta problemática aún no está siendo investigada a profundidad lo cual hizo interesante el tema a abordar y su posterior investigación sobre niveles de uso problemático de internet, encontrando interesantes resultados que se analizan a lo largo del proyecto de investigación, además de mencionar importantes conceptos que deben ser tenidos presentes a la hora de hablar sobre uso problemático de Internet y redes sociales.

1.2 ABSTRACT

Such research has as purpose address the issue of levels use of social networks and the Internet in young people of the college of Circasia Quindío, belonging to the eighth graders this year.

Social networks and problematic use of the internet as a whole are not contextualized and conceptualized in our current society that is to say this problem is not yet being investigated in depth which made the interesting issue to be tackled and its subsequent research on levels of problematic use internet Finding interesting results that are discussed throughout the research project in addition to mentioning important concepts that must be borne in mind when talking about problematic use social networks and the internet.

2. JUSTIFICACIÓN

En la actualidad, la civilización trae consigo un sinnúmero de invenciones, dentro de las cuales se encuentra el internet, una nueva visión del mundo por medio de dispositivos como los computadores, móviles, tabletas entre otros, lo cual le permite al adolescente del siglo XXI adquirir herramientas que le faciliten la interacción con el medio como las redes sociales, el correo electrónico, los aspectos multimedia entre otros haciendo que la vida se le facilite.

Se encuentra entonces que “lo que motiva especialmente a las personas jóvenes a las redes sociales virtuales es la accesibilidad, disponibilidad, intimidad, alta estimulación y anonimato que ofrece internet” (Echeburúa, 2012, p. 435). Aunque si bien es cierto, que el internet proporciona un gran beneficio y alcance a distintas tareas, investigaciones, búsquedas, relaciones sociales y demás, cuando se utiliza de una manera inadecuada o problemática, trae consigo una serie de consecuencias.

Asimismo, estas consecuencias tienen que ver con “cambios sociales que se producen de una forma muy rápida y repercuten directamente en las relaciones sociales y en la actitud de las personas ante las nuevas situaciones que provocan” (Belmonte, 2008, p. 315). Esto teniendo en cuenta, que si hablamos sobre el concepto de uso problemático a internet trae consigo un sinnúmero de repercusiones a los jóvenes. Dichas repercusiones se encuentran relacionadas con los cambios que presentan las personas en su comportamiento a nivel social, familiar y demás. La Institución Educativa de Circasia Quindío refiere que los adolescentes no están interiorizando el concepto de intimidad, respeto, sana convivencia. Es constante que se presenten riñas o pelas callejeras y se filmen estos conflictos y se suban a la red, sin especificar aspectos de matoneo o bullying. Se han

creado páginas donde menciona todo lo que sucede en la institución y que esta fuera del alcance del docente o directivas. Los conflictos ya no se resuelven por medio del dialogo o de un mediador, se resuelven por medio de insultos en la red, o llegando incluso a citaciones y concretar actos directos de violencia. Es alarmante para la institución que existiendo tantas dificultades económicas en los hogares, los estudiantes posean dispositivos con la mayor tecnología y planes de internet y redes sociales que contribuyen no directamente a su formación, sino a la promoción de estilos de vida diferentes y en muchas ocasiones inadecuados.

Teniendo en cuenta las repercusiones desde el ámbito social, se considera que las personas se convierten en individuos aislados, que prefieren estar en la computadora a cambio de salir con sus amigos a realizar algunas actividades comunes, por otro lado, en el ámbito familiar se descuidan las obligaciones del hogar, además de no establecer relaciones dentro del núcleo familiar y dar paso a un poco o falencia en la comunicación. Además las personas descuidan algunos aspectos personales, académicos y demás lo cual podría terminar con resultados no muy positivos en el ámbito escolar, haciendo que las personas disminuyan su rendimiento en diferentes sentidos de su vida.

El término adicción o uso problemático, se explica comprendiendo la pérdida de control y el uso dañino de dicha tecnología, entiéndase que el uso dañino tiene referencia con la cita anteriormente propuesta sobre los cambios sociales que se producen de forma rápida repercutiendo en las distintas esferas de la vida del adolescente. (Echeburúa, 2010).

En esta investigación se pretende indagar sobre el uso problemático del internet como una forma de acercamiento a la problemática que permita posteriormente generar planes de intervención.

Además de lo anterior, se encuentra poco contenido teórico o investigaciones acerca del uso problemático a internet y las redes sociales en la región, lo cual abre las puertas para su estudio y profundización

3. DESCRIPCION DEL PROBLEMA

En la vida actual atravesamos un sinnúmero de avances en muchos sentidos, ya sea psicológico, social, laboral entre otros que se ven afectados por los cambios fortuitos que ocurren con las nuevas tecnologías, las redes sociales, en pocas palabras el internet, una herramienta que permite comunicarnos, pensar de forma eficaz y eficiente, además de facilitar nuestras vidas.

Así como se obtienen algunas ventajas con la herramienta del internet la cual se encuentra ilimitadamente al mundo y la sociedad, también estamos hoy en día observando y tratando de explorar un nuevo camino, un nuevo fenómeno en el plantel educativo, ya que en pocas palabras el problema nace desde distintas peleas en internet por medio de redes sociales, identificando por parte de las directivas una dificultad en las relaciones sociales de los jóvenes estudiantes de la Institución Educativa de Circasia Quindío , pertenecientes al grado de octavo 8°.

Además de lo anterior se evidencian según los directivos; coordinador, orientador y profesores; peleas callejeras entre los jóvenes, producto de las diferencias que se evidencian a través de las redes sociales, además de presentarse mal manejo de los dispositivos móviles, en donde los profesores se quejan enfatizando en la utilización de los teléfonos celulares para interrumpir las clases o no prestar atención a las mismas.

Es por ello, que se evidencia en la actualidad una problemática en la cual se debería profundizar, para encontrar caminos nuevos que hagan que se puedan plantear soluciones para después de conocer el fenómeno de la adicción a internet saber a qué se enfrentan las nuevas sociedades. Desarrollar programas de intervención y prevención que ayuden a

contextualizar al mundo y dar a conocer a los demás que es algo que está afectando algunas esferas de la vida de muchas personas, además de profundizar sobre la temática establecida.

4. OBJETIVOS

4.1 Objetivo general

Describir los niveles de uso de internet y redes sociales en los adolescentes entre los 12 y 18 años de edad pertenecientes al grado Octavo de una Institución Educativa de Circasia Quindío.

4.2 Objetivos Específicos

- Evaluar los niveles de uso de internet y redes sociales
- Describir características propias de la etapa de la adolescencia y su relación con el uso de internet.
- Contribuir al desarrollo investigativo en la región sobre niveles de adicción a internet en población escolar.

5. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Para comenzar, es importante resaltar que la presente investigación toma focos exploratorios como primera medida de la existencia del fenómeno del uso problemático del Internet por medio de la revisión a lo largo de los últimos años sobre proyectos que se han establecido, abordando esta problemática actual que se encuentra inminente en medio de nuestras vidas.

Del mismo modo, se encuentran investigaciones en donde se habla del interrogante que existe sobre el internet y los teléfonos celulares, relacionándolo entre la moda y los trastornos actuales, una investigación llamada “la adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno?” En este orden de ideas se habla de que el internet y el teléfono móvil merecen una atención especial. En este artículo se pretende determinar mediante una revisión de la literatura científica publicada entre 1991 y 2005 e indexada en las bases de datos PsycINFO, Medline, Psycodoc, IME e ISOC, si el uso desadaptativo de las TIC se puede considerar un trastorno mental y en caso afirmativo, de qué tipo. Se describen los síntomas del uso desadaptativo a Internet y al móvil, encontrados en estas investigaciones, se revisan los estudios sobre prevalencia y grupos de riesgo, y se comentan algunas de las críticas hechas respecto de la existencia y clasificación de este cuadro.

Se habla entonces, de que el uso excesivo de Internet representa un trastorno mental de tipo adictivo que puede afectar sobre todo a personas con necesidades emocionales especiales y a jóvenes y adolescentes. Entre las aplicaciones específicas de Internet, la posibilidad de adicción se centra en el uso de aplicaciones comunicativas y sincrónicas como chats y juegos de rol en línea, porque permiten la comunicación híper personal, el juego de identidades, las proyecciones y la disociación sin consecuencias en la vida real. Además, se dice que se pueden adquirir adicciones por parte de páginas de índole sexual o los juegos que se convierten en patológicos. De otro modo, se dice que el uso del móvil no es concebido como adictivo pues se considera que

su utilidad no facilita alteraciones emocionales o juego de identidad lo cual si se podría presentar en el caso del internet como tal.

Tal y como lo menciona Bauman (2003) citando a Lacroix, (2001) “Vivimos en una sociedad en la que prevalece la emoción por encima de los sentimientos, donde la publicidad, el tipo de diversión, los valores sociales, el arte e incluso las relaciones personales conducen a que el hombre moderno valore la emoción choque por encima de la emoción sentimiento” (Carbonell, Beranuy et al, 2008, p, 150). El chat, los correos electrónicos y los SMS son canales adecuados para expresar las emociones rápidas y fugazmente. Algunos canales comunicativos de Internet se desarrollan porque se adaptan perfectamente a las necesidades emocionales light de la sociedad actual. Mediante Internet y el móvil, la persona es un elemento activo que ejerce una conducta gratificante y como tal, susceptible de adicción.

Otra de las revisiones acerca de “las nuevas tecnologías y los jóvenes, estado de la cuestión” analiza el estado de las investigaciones y estudios relacionados con los jóvenes y el uso de las nuevas tecnologías en donde se llega a la conclusión de que el internet efectivamente según sus resultados de tipo cuantitativo, cambia considerablemente la forma en que los jóvenes organizan sus vidas.

En este sentido los jóvenes llegan a sus hogares después de clases y durante las noches establecen amistades a través de los chats, haciendo que su contacto cada vez se convierta en una conexión mucho más estrecha aunque a prueba de las distancias. Además de esto, concluyen que entre las chicas lo más importante en este medio es la comunicación, mientras que para los hombres es un lugar en donde se olvidan de lo malo, se entretienen y se divierten. También se encuentra que existen distinciones en las edades en donde los más jóvenes disfrutan de este fenómeno, mientras que los adultos son más prácticos en su navegación. Teniendo en cuenta, que

para los últimos existe un choque cultural debido a su generación la cual es de diferente índole, así que para los más jóvenes, este fenómeno se puede ir convirtiendo en costumbre y algo con lo que crecieron estando inmersos en constantes cambios tecnológicos de los últimos años.

En este orden de ideas se encuentra la validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a internet y el abuso del móvil, en lo cual se construyen dos cuestionarios, los cuales serán aplicados a una muestra de 1.879 estudiantes de la población de Cataluña pertenecientes a centros educativos de los cuales 322 estudiaban psicología, educación física, enfermería, fisioterapia o comunicación en la Universidad Ramón Lull investigación realizada entre los años 2005 al 2007. Evaluando entonces el primer cuestionario las experiencias interpersonales e intrapersonales relacionadas con el uso del internet. El segundo evaluaba experiencias relacionadas con el móvil, conflictos relacionados con el abuso del mismo, problemas debido al uso emocional y comunicacional.

Los resultados de esta investigación indican que el móvil no produce el mismo grado de adicción; más bien se puede hablar de uso problemático. Los hombres presentaron un uso más adictivo de Internet, mientras las mujeres se caracterizaron por usar el móvil como medio para expresar y comunicar las emociones.

Parece que el uso de ambas tecnologías es más problemático en la adolescencia y se normaliza con la edad hacia un uso más profesional, menos lúdico y con menos consecuencias negativas.

También, en la investigación realizada sobre conductas adictivas a internet entre los adolescentes de distintos países de Europa, tales como Polonia, los países bajos, España, Rumania, Grecia y Alemania, liderada por Artemis, Janikian, Mari et al, se evalúa la prevalencia de las conductas adictivas, se concientiza a la población de la existencia de la misma, reforzando

el conocimiento previo para adquirir de esta manera herramientas para la intervención y la prevención del fenómeno. (Artemis, Janikian, Mari et al, 2012)

Los resultados que se encuentran frente a la anterior investigación, arrojan un porcentaje de que el 1.2 % presenta conductas adictivas a internet, mientras un 12,7% de la población presenta un riesgo de conductas adictivas a internet (CAI). Además en Alemania e Islandia presentan la menor prevalencia de conductas adictivas a internet (CAI). También se encuentra que en España, Rumania y Polonia presentan una mayor prevalencia de conductas disfuncionales en internet (CDI), los adolescentes mayores y los padres que tienen un menor nivel educativo tienden a ser propensos a presentar conductas disfuncionales en internet CDI. Finalmente, se dice que cuanto más utilizan los adolescentes el computador y el internet para realizar sus deberes, menos propensos están a desarrollar conductas disfuncionales en internet (CDI). (Artemis, Janikian, Mari et al, 2012, p 4-8).

Además de lo anterior, se revisan estudios empíricos españoles sobre la adicción a internet y el móvil con el objetivo de determinar los factores que diferencian en uso de internet y móvil saludable del uso patológico encontrando que los jóvenes que utilizan de mal manera o abusan del internet y del móvil podrían tener posibilidades de padecer insomnio, depresión, disfunciones en la esfera social, consumo de alcohol, ansiedad, pensamientos negativos, disfunción sexual entre otros. (Carbonell, Fuster, et. al. 2012, p 86)

De igual modo, otra de las investigaciones encontradas es acerca de la adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes, en la cual se trata de identificar cuáles son los riesgos, consecuencias, estrategias de prevención y tratamiento a la adicción a internet y a las redes sociales debido a que el internet llega al mundo facilitando la vida de muchas personas, y esto lo hace atractivo ante la sociedad, lo cual permite que toda esta facilitación de relaciones

sociales, adquisición de dinero, compras, juegos y una vida en fin virtual, se convierta en un factor que hace vulnerable al ser humano ante éste.

Asimismo, al ser el Internet un medio facilitador para las personas en la actualidad, puede llegar a convertirse en una conducta adictiva, ya que está controlado inicialmente por reforzadores positivos, pero terminan siendo controladas por reforzadores negativos, el alivio de la tensión emocional, especialmente. Es decir, una persona que no tiene ningún problema puede hablar por el móvil o conectarse a internet por la utilidad o el placer de la conducta en si misma; una persona que tiene problemas a la hora de utilizar alguno de estos medios tecnológicos, por el contrario lo hará en búsqueda del alivio de un malestar o síntoma emocional ya sea la soledad, la ira, el aburrimiento la depresión entre otros. (Echeburúa & Coral 2010, p, 91).

Por otro lado, se encuentra “las redes sociales en internet” un proyecto que busca definir, conceptualizar y clasificar las diferentes tipologías de redes sociales existentes. Así mismo según el ONTSI (observatorio nacional de telecomunicaciones y de las SI, 2011) una red social es un sitio en la red en el cual se permite relacionarse, comunicarse y compartir contenidos formando comunidades con otras personas convirtiendo a las personas en receptores y emisores de información y contenidos.

También se encuentra “redes sociales y uso patológico de internet (piu): síntomas y efectos negativos en jóvenes. Un análisis de contenido” con el objetivo de determinar algunas categorizaciones y explicativas respecto del uso patológico del internet por parte de usuarios jóvenes en algunas de las redes sociales, las categorizaciones explicadas fueron: predisposición cultural, predisposición cognitiva emocional (síntomas preexistentes), presencia de síntomas del problema y efectos negativos o consecuencias en los jóvenes. (Navarro y Barraza, s.f p, 6).

De las cuatro sub-categorías descritas, la de mayor presencia en los textos y demás objetos de análisis, es la presunción, la cual se explica por la serie de “poses que adopta un usuario y que tienden a impresionar y a ejercer dominio por sobre los demás navegantes en línea, el horror inducido, es otra sub-categoría que está asociada a la presunción, se trata de atrapar y dominar, inculcando odio y violencia. Tanto la presunción como el horror inducido tienden a propiciar el uso patológico del internet”. (Navarro y Barraza s.f, p, 7)

Una segunda categoría de análisis, trata lo relativo a la predisposición cognitivo emocional de los usuarios en línea para la manifestación de problemas en el uso del internet. Esto se refiere a las manifestaciones problemáticas en la conducta, emociones y personalidad de los cibernautas que son pre-existentes al análisis. Dicha categoría se explica a través de cuatro sub-categorías: inestabilidad emocional, alteración y deterioro psíquico, control emocional y dependencia. La inestabilidad emocional, con mayor número de registros, refieren al manejo inadecuado de las emociones, se incluyen la ira, explosividad, tristeza, desesperanza y religiosidad, ésta última como asidero para el manejo de las propias emociones, ésta subcategoría es la que de forma más definida se orienta a propiciar los problemas en el uso de la internet. (Navarro y Barraza, s.f, p,)

Una tercera categoría de análisis es: los Síntomas en la Manifestación de Problemas en el Uso de la Internet, dicha categoría se integra desde los textos e imágenes analizados con ocho sub-categorías las cuales son, en orden decreciente por su número de registros o códigos: Estrés, depresión, angustia, soledad, adicción a la internet, agotamiento, personalización y ansiedad. (Navarro y Barraza, s.f, p, 7)

“Los resultados obtenidos en este estudio son consistentes con los ya encontrados por (Caplan 2002 citado por Navarro y Barraza, s.f, p, 8), en cuanto al conjunto de síntomas del

PIU, alteraciones en los estados del ánimo, depresión, y soledad. En este estudio la equivalencia encontrada resultó en estrés, depresión, angustia y soledad”. Navarro y Barraza, s.f, p, 8 Además de encontrar que en la investigación se conoce la adicción al internet con otra denominación apoyada por las anteriores categorías mencionadas, revisando bibliografías en donde se encuentra y establece como uso patológico del internet.

Por otra parte, se descubren investigaciones de “Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia” la cual tiene el objetivo de revisar sistemáticamente la literatura abordando aspectos como la definición, epidemiología, sustrato neurobiológico, grupos de riesgo, comorbilidades, eventuales consecuencias en los usuarios y alternativas de tratamiento, de manera de lograr un enfoque global de la actual discusión.

Debido a lo anterior, se habla de que “junto con la aparición de internet, ha ido cobrando interés problemas de salud emergentes asociados al uso de las nuevas tecnologías. La discusión no sólo se ha dado en los medios de comunicación, sino también a nivel académico. Inicialmente asociado al reporte de casos de "adicción a internet", para luego llegar al punto de incluso considerar su incorporación al futuro DSM-V, ya sea homologando el fenómeno a la adicción a sustancias, o como un fenómeno emparentado con los trastornos por control de impulsos”. Berner y Santander 2012, p, 1).

Por ende, “a los consensos sobre el tema de la adicción a internet, el más importante pareciera ser la necesidad de llegar a un acuerdo sobre la naturaleza del fenómeno. Por una parte existe la tendencia de querer incorporarlo en la próxima versión del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM) editado por la Asociación Americana de Psiquiatría. Pero antes pareciera menester decidir si debiera compartir un lugar junto con las adicciones químicas, o si más bien debiera considerarse un trastorno de control de impulsos. La

creación de una categoría de adicciones conductuales también es una solución propuesta”.(Berner y Santander 2012, p, 8)

Por otra parte, todavía existen quienes consideran que internet no es más que una herramienta tan útil que lleva a un uso excesivo para estar a la altura de las exigencias actuales y de considerarse un trastorno debería también extenderse a otras actividades como el conducir un automóvil o escuchar la radio. (Berner y Santander 2012, p, 186)

Un elemento central en esta discusión es la constante evolución de las tecnologías involucradas. “Hace algunos años se describió la adicción al teléfono móvil y su uso tradicional como es el simplemente tener una conversación, que podría llevar a consecuencias deletéreas como una cuenta abultada a fin de mes. Hoy en cambio, la atención está centrada en cómo los teléfonos celulares son una puerta de entrada a internet y sus aplicaciones”. (Berner y Santander 2012, p, 9)

De lo anterior se encuentran revisiones según Berner y Santander (2012) sobre la relación e interacción que tienen los niños y los jóvenes con los nuevos medios (internet y pánico moral), poseen diferentes riesgos para niños y adolescentes que están involucrándose en edades tempranas a este tipo de herramientas que pueden ser útiles, pero que a la vez puede convertirse en medios peligrosos para los mismos los cuales pueden ser el cyberbullying, diferenciando la víctima y victimario en donde los niños y adolescentes que tienen pocos vínculos de amistad cara a cara, dedican gran parte de su tiempo a actividades sociales a internet y además de esto tienen prevalencia a tener un perfil activo en las redes sociales. (Berner y Santander 2012, p, 9)

Igualmente, se abordan investigaciones como la adicción a internet... ¿consecuencia emocional? En la cual se busca determinar los factores que causan adicción a internet en los jóvenes de algunas zonas de México en los niveles de secundaria o bachillerato encontrando que

las personas que son vulnerables a sufrir del abuso de internet se caracterizan por ser introvertidos, tener baja autoestima, baja estimulación en su ámbito social o interpersonal, padres ausente u ocupados en fin familias disfuncionales. (Hernández y Hernández, s.f.)

Otra de las investigaciones trata de la “relación entre autovaloración de consumo de internet y puntuación de adicción a internet en una muestra universitaria” es una investigación que tiene como objetivo analizar la relación entre el nivel de riesgo estimado por el test de Young, con la autopercepción de inferencia del uso de internet en la vida cotidiana en una muestra universitaria. Los resultados arrojados teniendo en cuenta la administración del TAI son que de un total de 100% un 51.38% estaban conectados menos de 2 horas diarias, un 37.61% de la muestra afirmaban conectarse de 2 a 5 horas diarias y el 7.34% dice haber estado conectado más de 5 horas diarias en internet y la mayoría de ellos se conectaban desde su residencia.

(Matas y Estrada, 2012, p, 6)

Lo anterior se encuentra en jóvenes universitarios por tanto no se generaliza en la población total. No obstante, se pueden utilizar con buena orientación los resultados obtenidos en este contexto. Sin embargo, puede ser que los estudiantes universitarios no demuestren estar muchas horas en internet pero si no tener un pleno control sobre las redes sociales y el manejo del mismo.

Una de las investigaciones importante y con contenido interesante fue “tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a internet y videojuegos”, en el cual se emplea un tratamiento planteando un estudio de caso durante 19 semanas, empleando un seguimiento exhaustivo del uso controlado del ordenador, el internet y los videojuegos centrándose entonces no en una medida autoritaria en donde se debe dejar el manejo del internet y los videojuegos ,

sino más bien un manejo adaptativo y procedimental de estas herramientas para crear un ambiente más sano para las personas. (Cholíz, Marco y Mariano, 2013, p, 1)

Este proyecto tiene como participante a un hombre de 22 años, soltero profesional en ciencias políticas y sociología, actualmente desempleado, procedente de una familia de nivel socioeconómico medio sin ninguna dificultad en el ámbito familiar, para tal intervención se realiza una evaluación multi- métodos, se llevan a cabo dos entrevistas clínicas semi estructuradas y se le administra una serie de pruebas como el cuestionario de autoevaluación de ansiedad estado-rasgo (STAI), el Test de dependencia de videojuegos (TDV), inventario de depresión de Beck (BDI), la escala de impulsividad (UPPS) y el inventario de alianza terapéutica y teoría del cambio (WATOCI). La intervención es individual se realiza en 19 sesiones por semana estructurando el tratamiento en 5 fases. (Cholíz, Marco y Mariano, 2013).

Para el registro del uso de videojuegos se emplean auto registros estándar con columnas de fecha y hora; situación, lugar, compañía y actividades realizadas en este momento como sus pensamientos, comportamientos y emociones, el nombre del juego o aplicación del internet utilizado además del grado de pérdida de control calificándolo desde 0 a 10. (Cholíz, Marco y Mariano, 2013)

Los resultados que arroja la intervención son que el joven de 22 años desde la sexta semana demuestra disminución en la pérdida de control, además de afirmar que a partir de la séptima semana no experimentó impulsividad a la hora de realizar la conducta, ya no se presentaba el reforzamiento negativo como el sentir que cuando realizaba esta conducta evadía los problemas. En la octava semana y la novena aumenta su conducta de juego en internet con cierta pérdida de control, asociado según lo dice el paciente a una dificultad económica, sin

embargo, en las siguientes sesiones se produjo una notable mejoría del mismo. (Cholíz, Marco y Mariano, 2013)

Además de lo anterior, también se encuentra una investigación de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Von Humboldt en convenio con la Universidad Autónoma de Bucaramanga Colombia, con el nombre de “contribución al desarrollo conceptual de la adicción a internet a través del psicoanálisis”, es una investigación en donde los investigadores trabajan sobre los conceptos teóricos encontrados en libros y materiales que aportan al desarrollo conceptual de la adicción a internet. (Medina, Gómez y Guerrero, 2013, p 16).

La investigación se hace desde una corriente psicoanalítica de tipo documental, como conclusión plantean que hay ambigüedad en el concepto adicción o concepto patológico que se desarrolla a partir del mal uso de las tecnologías. También relaciona sus resultados con la comorbilidad con trastornos psicoafectivos y algunas perversiones debido a la alta carga pulsional que según el psicoanálisis se posa bajo cada una de las modalidades de internet, siendo la adicción a internet el posible diagnóstico preponderante a una alteración mixta o derogada de otro trastorno psiquiátrico. Asimismo se encuentran obstáculos con la temática planteada, la cual no está catalogada como categoría y que su diagnóstico diferencial apenas se está desarrollando, planteando propuestas para la inclusión en el DSMV debido al impacto que ha tenido el internet en el modelo comunicacional y las posibilidades de tipo psíquico y conductual. (Medina, Gómez y Guerrero, 2013, p 25).

6. MARCO TEORICO

El marco teórico, que se desarrolla a continuación, permite conocer los conceptos básicos necesarios para el entendimiento del desarrollo de esta investigación.

Primero se partirá con la definición de las palabras claves que integran el título de la investigación como las siguientes: internet, ventajas y desventajas del internet, adicción al internet, redes sociales, adicción a las redes sociales, ventajas y desventajas de las redes sociales, factores de riesgo de la adicción al internet y redes sociales y adolescencia y sus características y Nativos digitales. Lo anterior se realiza con el fin de comprender cada uno de estos conceptos que permitirán llevar a cabo el proceso de la investigación.

Finalmente, en el cuestionario de (CUPI) *Cuestionario de uso problemático de internet* (Pulido Rull, 2011), se obtienen unas categorías como las siguientes: psicosocial, actividades básicas, relaciones interpersonales, relaciones familiares, autocontrol, habilidades sociales, ansiedad, autoestima, introversión e impulsividad. Estas se toman con el fin de conocer los diferentes aspectos que podrían ser de gran relevancia e influencia para que los adolescentes lleguen a sumergirse en esta práctica como es la del Internet y redes sociales si los mismos no proporcionan un buen manejo.

6.1 Internet

“Una red de redes de ordenadores que comparten datos y recursos. Existe una conexión de redes a nivel mundial que permite a los ordenadores (y a las personas) comunicarse entre sí en cualquier parte del mundo. Esto nos permite tener acceso a información y personas que de otra forma no sería posible. Internet es una herramienta a la que se le atribuyen innumerables ventajas para la educación, el comercio el entretenimiento y en última instancia para el desarrollo del individuo”, (López, 2004, p. 23.).

Por ende, “es el anonimato en las interacciones, lo cual hace que la comunicación por vía electrónica tenga una característica que la diferencian de la que se puede dar en la vida real: la desinhibición, la cual consiste en una pérdida del pudor y del miedo a expresarse libremente, lo cual provee a la persona de un sentimiento de protección y libertad al mismo tiempo”. (Greenfield 1999 citado por López, 2004, p 30)

Finalmente, el internet “constituye una red mundial de ordenadores interconectados de tal manera que, con un bajo coste cualquier persona puede tanto añadir información en esta red como recibir la información que esté circulando por ella”. (Fontano, 2011, p, 12).

6.2 Concepto de adicción a internet

La adicción a Internet es un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. Es decir, la persona 'netdependiente' realiza un uso excesivo de Internet lo que le genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales. (Young, 1996 p, 5).

De acuerdo con la definición planteada por Young, se puede decir que la adicción al internet puede llegar a afectar a una persona en todas sus esferas ocasionando que sus metas o proyecto de vida se vea perturbada (familia, trabajo, relaciones interpersonales etc.). Para Echeburúa, la adicción al Internet puede considerarse una adicción específicamente psicológica (como la adicción al sexo, las compras, el trabajo, los videojuegos, la televisión, etc...), con características comunes a otro tipo de adicciones: pérdida de control, aparición de síndrome de abstinencia, fuerte dependencia psicológica, interferencia en la vida cotidiana y pérdida de interés por otras actividades, (Echeburúa, Adicción a Internet: conceptualización y Propuesta de Intervención, 2004).

Respecto a la definición anterior, se puede lograr evidenciar que para este autor la adicción al Internet es igualmente una adicción como muchas otras, que hacen que se generen ciertos síntomas en las personas que afectan los objetivos que han venido planteando durante su vida.

Según Echeburúa y Corral (2010, p. 516) cualquier conducta normal placentera es susceptible de convertirse en un comportamiento adictivo. Se podrían hacer usos anormales de una conducta en función de la intensidad, de la frecuencia o de la cantidad de dinero invertida y, en último término, en función del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y laborales de las personas implicadas. Los componentes fundamentales de los trastornos adictivos serían la pérdida de control y la dependencia. Por lo tanto, lo importante en la adicción no es la actividad concreta que genera la dependencia, sino la relación que se establece con ella.

Es una relación negativa, incluso destructiva que el sujeto se muestra incapaz de controlarse. (López, 2004, p, 26).

Posteriormente, se concibe la adicción al internet como “el mayor riesgo del uso excesivo de las nuevas tecnologías es la posibilidad de generar un comportamiento adictivo que lleve no solo a una dedicación desmedida (lo que puede apartar al chico o chica de otro tipo de actividades más saludables y muy necesarias a ciertas edades), sino a una verdadera dependencia y falta de control sobre sus conductas. Esta adicción es más probable que se genere en el adolescente que en el adulto, debido a que su corteza prefrontal se encuentra aún inmadura y su autocontrol no ha alcanzado aún el nivel adulto,” (Oliva citado por Delgado, 2012, p, 30).

6.3 Frecuencia del tiempo en internet

Teniendo en cuenta, que los adolescentes pueden conectarse en las universidades en nuestro caso en los colegios, en las calles o centros comerciales, bibliotecas u otros lugares ajenos al hogar se dice que la frecuencia del tiempo en internet se obtiene con el ultimo acceso que el sujeto tuvo a internet o distribución en porcentaje del número de veces que utiliza esta herramienta diariamente por algún medio de equipamiento o tecnología de acceso y desde cualquier lugar sea el hogar o fuera del mismo. (*Observatorio Nacional de telecomunicaciones de España (ONTSI, 2012)*).

6.4 Redes sociales

Las redes sociales son entendidas como “estructuras sociales conformadas por personas enlazadas que comparten, se relacionan, interactúan, en un cruce de intereses que responden a diversos temas: ocio, compras, relaciones personales, aprendizaje, educación, difusión del conocimiento, etc. Podríamos afirmar que una red social es un grupo de personas que se relacionan entre sí, que se comunican y que establecen unos vínculos basados en la transmisión de información sobre cualquier tema. En Internet las redes sociales han encontrado un espacio de desarrollo que no tiene precedentes, “(Guanarteme, Fundación Mapfre, p, 22)

6.5 Adicción a las redes sociales

La adicción a las redes sociales genera dependencia y supeditación del estilo de vida al mantenimiento del hábito conforme al núcleo central de la adicción. Lo que caracteriza, por tanto, a la adicción a las redes sociales no es el tipo de conducta implicada, sino la forma de relación que el sujeto establece con ella, (Echeburúa y Corral en Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto, 2010, p, 440)

6.6 Ventajas y Desventajas de las redes sociales

Es oportuno conocer las ventajas y desventajas que pueden aportar las redes sociales a un público como es la de los Adolescentes, ya que son estos las que le dan un uso continuo y diario.

Las ventajas de las redes sociales son las siguientes:

- Sitios gratuitos
- Ahorran tiempo
- Eliminan distancias y costos
- Nos permite contactar persona (familiares, artistas, amistades)
- Compartir intereses y necesidades
- Promover movimientos e ideologías

Consecuentemente, las desventajas de las redes sociales son:

- Los adolescentes no están totalmente consientes de la información que comparten
- El concepto de amistad en las redes no es él es más adecuado
- Aceptar invitaciones en las redes sociales sin conocer a la persona
- Robo de identidad (Campos, 2012, p, 18).

6.7 Factores de riesgo de la adicción a las redes sociales o internet

Es preciso tener en cuenta, las características de los adolescentes que pueden tener una tendencia o vulnerabilidad de sumergirse en el mundo del internet y las redes sociales, causando que lleguen a tener cierta adicción a los mismos, por lo anterior es preciso citar a algunos autores que hablan sobre este tema:

Los adolescentes constituyen un grupo de riesgo porque tienden a buscar sensaciones nuevas y son los que más se conectan a Internet, además de estar más familiarizados con las nuevas tecnologías, (Labrador y Villadangos 2009 citados por Echeburúa, en Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto, 2010, p, 437).

Además, otros autores indican que ciertas características de personalidad o estados emocionales aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones: la impulsividad; la disforia, la intolerancia a los estímulos displacenteros, tanto físicos (dolores, insomnio o fatiga) como psíquicos (disgustos, preocupaciones o responsabilidades); y la búsqueda exagerada de emociones fuertes, timidez excesiva, baja autoestima o rechazo de la imagen corporal, estilo de afrontamiento inadecuado ante las dificultades cotidianas. (Estévez y Bayón 2005 citados por Echeburúa, en Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto, 2010, p, 441).

Por ende, es pertinente conocer las principales señales de alarma que denotan una dependencia a las TIC o a las redes sociales y que pueden ser un reflejo de la conversión de una aficción en una adicción.

Según Echeburúa y Corral (2010) las principales señales de alarma son las siguientes:

- a) Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la Red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
- b) Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- c) Recibir quejas en relación con el uso de la Red o del “smartphone” de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
- d) Pensar en la Red o en el “smartphone” constantemente, incluso cuando no se está conectado, y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
- e) Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
- f) Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego.
- g) Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
- h) Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del “smartphone”.

6.8 Nativos Digitales

Según Prensky, autor principal del concepto Nativos Digitales, da a conocer que son todos aquellos que “Nacieron en la era digital y son usuarios permanentes de las tecnologías con una habilidad consumada. Su característica principal es sin duda su tecnofilia. Sienten atracción por todo lo relacionado con las nuevas tecnologías. Con las TICs satisfacen sus necesidades de entretenimiento, diversión, comunicación, información y, tal vez, también de formación”, (Prensky 2010, p, 5).

6.9 Adolescencia y sus Características

Es indispensable, definir el concepto de la población con la cual se va a trabajar durante la investigación, para esto se tomó como referencia la Organización Mundial de la Salud. La cual considera que esta etapa, “Abarca los momentos intermedios y finales de la adolescencia y los primeros de la edad adulta. En un encuadre social comprende grupos etarios entre 15 y 25 años... Predominan los logros (o frustraciones), durante la madurez de la personalidad, socialización, y comienzo de la integración en la producción dentro de la sociedad a la cual pertenece.”, OMS, Organización Mundial de la Salud, 2012, p 11) Posteriormente, se da a conocer los principales eventos que caracterizan a la adolescencia, los cuales son:

6.10 Aspectos Biológicos:

Crecimiento corporal dado por aumento de peso, estatura y cambio de las formas y dimensiones corporales, aumento de la masa y de la fuerza muscular más marcadas en el varón, aumento de la capacidad de transportación de oxígeno, incremento de los mecanismos amortiguadores de la sangre, maduración de los pulmones y el corazón, dando por resultado un mayor rendimiento y recuperación más rápida frente al ejercicio físico. Al incrementarse la velocidad del crecimiento se cambian las formas y dimensiones corporales, esto no ocurre de manera armónica, por lo que es común que se presenten trastornos como son: torpeza motora, incoordinación, fatiga, trastornos del sueño, esto puede ocasionar trastornos emocionales y conductuales de manera transitoria.

Desarrollo sexual caracterizado por la maduración de los órganos sexuales, aparición de caracteres sexuales secundarios y se inicia la capacidad reproductiva, (Diverio, 2012).

6.11 Aspectos Psicológicos:

Búsqueda de sí mismos, de su identidad, necesidad de independencia ,tendencia grupal, evolución del pensamiento concreto al abstracto, manifestaciones y conductas sexuales con desarrollo de la identidad sexual, tendencia a contradicciones en las manifestaciones de su conducta y fluctuaciones del estado anímico, relación especial que puede llegar a ser conflictiva con los padres, actitud social reivindicativa. Los y las adolescentes se hacen más analíticos, formulan hipótesis, corrigen falsos preceptos, consideran alternativas y llegan a conclusiones propias.

Tendencia a la elección de una ocupación y la necesidad de capacitación para su desempeño. Necesidad de formulación y respuesta para un proyecto de vida, (Nobel y Aberastuy, 1972, P, 14).

Teniendo en cuenta la población con la cual se llevará a cabo la investigación, se ubica a los jóvenes en los Estadios Psicosociales de Erikson llamados: Identidad versus confusión de roles (Adolescencia de 12 a 20 años) entendido este como “El período de la pubertad y de la adolescencia se inicia con la combinación del crecimiento rápido del cuerpo y de la madurez psicosexual, que despierta intereses por la sexualidad y formación de la identidad sexual. La integración psicosexual y psicosocial de esta etapa tiene la función de la formación de la identidad personal en los siguientes aspectos:

- a) Identidad psicosexual por el ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida.
- b) La identificación ideológica por la asunción de un conjunto de valores que son expresados en un sistema ideológico o en un sistema político.

- c) La identidad psicosocial por la inserción en movimientos o asociaciones de tipo social
- d) La identidad profesional por la selección de una profesión en la cual poder dedicar sus energías y capacidades de trabajo y crecer profesionalmente.
- e) La identidad cultural y religiosa en la que se consolida su experiencia cultural y religiosa, además de fortalecer el sentido espiritual de la vida. La fuerza distónica es la confusión de identidad, de roles, la inseguridad y la incertidumbre en la formación de la identidad.

La relación social significativa es la formación de grupo de iguales, por el cual el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos con los cuales puede establecer relaciones autodefinitorias; superar la confusión de roles; establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad; consolidar las formas ideológicas o las doctrinas totalitarias y enfrentar la realidad de la industrialización y globalización. (Erikson, 1987, p, 56)

La fuerza específica que nace de la constancia en la construcción de la identidad es la fidelidad y la fe. La fidelidad es la solidificación y asunción de los contenidos y proceso de su identidad, una vez establecida como proyecto de vida, son resumidos en la frase: “Yo soy el que puedo creer fielmente” (Erikson, 1987, p 56).

Es interesante a la vez, dar a conocer los logros del desarrollo del adolescente, los cuales se pueden alcanzar cuando los mismos están cumpliendo de una manera favorablemente la etapa de la adolescencia, para esto se tomó como apoyo el libro de Anameli Monroy “Salud y Sexualidad en la adolescencia y Juventud”, (Monroy, 2002). Los logros que se pueden alcanzar son los siguientes:

6.12 Biológico

- Capacidad para reproducirse
- Finalización del crecimiento personal

6.13 Psicosocial

- Intimidad: capacidad para las relaciones maduras, tanto sexuales como emocionales. Se da a conocer que es “Una cualidad de relación entre dos personas que se interesan profundamente una por otro”. (Alberti y Emmons 1993, p, 5).
- Identidad: sentido coherente de “quien soy”, a lo largo del tiempo, que no cambia significativamente de un contexto a otro (Cusminsky y Vojkovic, 1992 citados por Alberti y Emmons 1993).
- Integridad: consiste en la integración de ideales, convicciones, normas y creencias, por una parte, y la conducta por otra.
- Independencia económica: Una capacidad de dejar a la familia y ganarse el propio sustento: ingreso, vivienda, transporte.
- Autonomía: capacidad humana para la supervivencia, el pensamiento y el discernimiento independientes, tiene que ver con cuán intrínseca o extrínseca es la fuente de aprobación de sí mismo, (Branden, 1994 citados por Alberti y Emmons 1993).
- Confianza: percepción de que uno posee las habilidades y herramientas necesarias para afrontar los desafíos básicos de la vida, (Pittman y Wright, 199, citados por Alberti y Emmons 1993).

-Responsabilidad: sentimiento de ser el principal agente causal de la propia vida y conducta, (Branden, 1994 citados por Alberti y Emmons 1993).

Los conceptos definidos con anterioridad, son relevantes en la investigación, ya que la población joven o adolescente es la cual se va abordar en el proceso de la investigación, para cuyo aspecto se debe tener una amplia información con características determinantes que generen mayor profundidad en el estudio que se llevará a cabo a lo largo de la investigación.

6.14 Actividades Básicas

Las actividades básicas de los adolescentes con problemas de adicción al internet tienden a hacer alterados, por este motivo será pertinente conocer que ámbitos en la vida cotidiana de los mismos son perturbadas.

Un indicador destacable es que la intensidad de los síntomas aumenta gradualmente. En el momento en que se permanece muchas horas conectado y/o se pierde la noción del tiempo, si bien no es posible establecer un límite temporal que diferencie el uso seguro del uso adictivo. Se descuida el aspecto, se pierden horas de sueño y se alteran los hábitos de alimentación. Así mismo, podemos observar cómo se utiliza Internet para obtener satisfacción inmediata y huir de los problemas, (Castellana, 2007, p, 85).

Según Echeburúa y Corral (2010), expresan que el uso es positivo, siempre que no se dejen de lado el resto de las actividades propias de una vida normal (estudiar, hacer deporte, ir al cine, salir con los amigos o relacionarse con la familia). Otra cosa es cuando el abuso de la tecnología provoca aislamiento, induce ansiedad, afecta a la autoestima y le hace perder al sujeto su capacidad de control.

6.15 Enfoque Cognitivo-Conductual

La presente investigación, se abordará desde el modelo cognitivo-conductual, ya que se encontró que muchas de las investigaciones relacionadas con el uso problemático del Internet y las redes sociales en adolescentes entre los 12 y 18 años se tomaron a partir de escalas e instrumentos relacionados con este modelo.

Según, John Suler (1996) señala la existencia de dos modelos adictivos básicos de la hipotética adicción a internet:

- Sujetos muy aficionados e interesados por sus ordenadores que utilizan la Red para escoger información, jugar en solitario, obtener nuevos programas, etc. pero sin establecer ningún tipo de contacto interpersonal (como meta específica). Serían sujetos necesitados de control, introvertidos y que huían de la aparente anarquía de los chats.
- Sujetos que frecuentan los Chats, Moods y listas de correo. Todos ellos tienen en común la búsqueda de estimulación social. Las necesidades de carácter afectivo/afiliativo son las relevantes en este contexto. Estos sujetos serían de naturaleza extrovertida.

Consecuentemente, son varios los refuerzos y otros mecanismos psicológicos que llevan a la formación del hábito:

- Aplicaciones adictivas: Se encuentra que las aplicaciones que más poder adictivo tienen son las que permiten al usuario interactuar con otros, como los chats y los MUDs. Al parecer, si hay algo que diferencia a los usuarios dependientes de los que no lo son, es el tipo de aplicaciones que utilizan. Los usuarios no dependientes

usan Internet para encontrar información y mantener relaciones preexistentes, mientras que los dependientes la usan para socializarse y conocer nueva gente, para implicarse en un grupo. De acuerdo con esto se determinan tres principales áreas de reforzamiento: apoyo social, realización sexual y creación de un personaje. (Young, 1997, p. 25)

- Apoyo social: Los grupos se forman rápido en el ciberespacio. Las visitas continuadas a un determinado chat o MUD hacen que se establezca una intimidad con los demás miembros, alentada por la desinhibición que se muestra en la red. Esta desinhibición es consecuencia directa del anonimato que proporciona la comunicación mediada por ordenador. Estos grupos llenan la necesidad de apoyo que tenga la persona en situaciones estresantes de enfermedad, jubilación o divorcio. (Young, 1997, p. 25)
- Satisfacción sexual: Hay multitud de chats que han sido diseñados para la interacción erótica, desde los más clásicos basados en texto a los más novedosos que incorporan vídeo en tiempo real. Estas aplicaciones permiten al usuario elegir la fantasía sexual que le apetezca en el momento con solo pulsar un botón (desde la homosexualidad hasta las diversas parafilias). En estos lugares se sienten libres de ataduras por el anonimato y el sentimiento de practicar "sexo seguro". Por otro lado las personas que se sienten poco atractivas físicamente se ven liberadas de este problema. (Young, 1997, p. 25).
- Creación de personalidad ficticia: Internet permite crear una personalidad virtual modificando las propias características físicas que en el mundo real son inamovibles. Es una forma de reinventarse a sí mismo, de cubrir necesidades psicológicas previamente no afrontadas enmascarando la inseguridad interpersonal. Dos de estas

necesidades psicológicas previamente no afrontadas enmascarando la inseguridad interpersonal. Dos de estas necesidades psicológicas son la expresión de un rasgo de personalidad reprimido y los sentimientos de reconocimiento y poder. (Young, 1997, p. 25).

- Personalidades reveladas: Internet puede ayudar a sacar a la luz aspectos de la personalidad que estaban ocultos o reprimidos, como puede ser la agresividad. Una vez sacados a la luz, se debe de aprender a incorporarlos a la propia personalidad y no limitar esos roles al ciberespacio. (Young, 1997, p. 25).
- Reconocimiento y poder: Este es un elemento que se deriva de los juegos MUD, en los que se crea un personaje que va aumentando su poder a medida que consigue puntos, pudiendo llegar al liderato de otros jugadores subordinados, (López, 2004 citado por (Young, 1997, p. 26).

Por otro lado, Echeburúa (2003) un hecho muy importante a tener en cuenta es que todas las conductas potencialmente adictivas comienzan a ser controladas por reforzadores positivos pero acaban siéndolo por reforzadores negativos (el alivio del malestar). Por lo tanto, tres serían las características principales de las conductas adictivas; a saber:

1. Control inicial por reforzadores positivos.
2. Control final por reforzadores negativos.
3. Síndrome de abstinencia, (Bataller, 2006 citado por Echeburúa 2003).

Los anteriores autores, como John Suler, Young y Echeburua proporcionan un aporte significativo hacia el fenómeno de investigación, ya que con sus teorías dan a conocer aspectos relevantes e importantes sobre el abuso al internet y redes sociales, asimismo, su aporte lo realizan desde una perspectiva cognitivo-conductual, ya que es el enfoque que han

manejado durante años para indagar a profundidad sobre este fenómeno que en la actualidad ha sido de gran controversia. Es en este sentido, que se tendrán en cuenta sus teorías para desarrollar el análisis de la investigación.

7. DISEÑO METODOLÓGICO

7.1 Metodología

La metodología que se pretende implementar en la presente investigación, es de corte cuantitativo exploratorio, el cual se utiliza por el hecho de que el contenido no se encuentra categorizado, ni sus consecuencias están concebidas como dañinas a cualquier aspecto o esfera del ciclo vital del ser humano, es por ello que se encamina a explorar el concepto a profundidad, para entender que sucede con el uso problemático del Internet en el ámbito escolar, y tener en cuenta si es un tema existente o de lo contrario los niveles son bajos en estos adolescentes.

De igual forma, se utilizará el instrumento CUPI (cuestionario de uso problemático de internet) el cual será pertinente para medir el nivel de adicción a internet en adolescentes entre los 12 y 18 años de edad de una Institución Educativa de Circasia Quindío pertenecientes al grado de Octavo de Circasia Quindío.

7.2 Instrumento

El cuestionario que se utilizara en la investigación con el fin de conocer el nivel de uso problemático de Internet en los estudiantes es el cuestionario de uso problemático de internet (CUPI) como se viene mencionando con anterioridad, fue creado por Marco Antonio Pulido Rull, Ruby Escoto de la Rosa & Dulce María Gutiérrez Valdovinos en el año 2011, de la universidad Intercontinental de la Ciudad de México.

Sus creadores estudiaron su validez empírica, estructura factorial y estructura interna aplicándolo a 697 estudiantes universitarios en los meses de marzo y abril en el año 2010, junto con el cuestionario de depresión de Beck ya que se encuentra una relación directa con dicha problemática, además de aplicarse con una prueba de habilidades sociales, en lo cual se encuentra que el Cuestionario CUPI posee validez empírica. (Pulido, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 28).

Asimismo, se debe decir, que se eligieron una serie de reactivos para cada ítem, “Una vez codificados, los reactivos fueron procesados mediante el programa SPSS versión 17.0. Con la finalidad de determinar la consistencia interna del instrumento, se aplicó una prueba de alfa de Cronbach. Adicionalmente, con el objetivo de obtener el análisis dimensional del instrumento, se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio por el método de componentes principales con rotación Varimax.” (Pulido, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 28).

De igual manera, “Con la finalidad de seleccionar e interpretar los factores integrantes, se tomó como criterio de elección a aquellos valores Eigen iguales o superiores a 2.0 (y que tuvieran al menos 2 reactivos por factor). De igual forma, para poder elegir a un reactivo como perteneciente a un factor, se tomó como criterio de selección que su carga

factorial fuese de .400 o mayor (y que ésta fuese positiva).” (Pulido, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p 29)

Además se tiene en cuenta que “En caso de que un reactivo apareciera en más de un factor, se clasificó al mismo en aquel factor en el cual su carga factorial fuese más alta).

Con base en los criterios anteriores, el instrumento arrojó cinco factores que agruparon 18 reactivos y que en conjunto explicaron 67.383% de la varianza total”. (Pulido, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 29)

Teniendo en cuenta lo anterior se encuentra la siguiente tabla con la explicación de cada factor, seguido del número de reactivos del mismo, su valor Eigen y el porcentaje de varianza simple y acumulado, además “La prueba de esfericidad de Bartlett mostró un valor aceptable (Chi (171)=7465.207, $p<.001$), la prueba KMO también mostró un valor aceptable

(949>.5). La rotación alcanzó la convergencia en 9 iteraciones”. (Pulido, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 29)

Validez y confiabilidad de un cuestionario de uso problemático de internet CUPI.

Tabla. 1 Valores Eigen y porcentajes de varianza

Factor	Reactivos	Valor Eigen	% de varianza	% de varianza acumulada
1	5	3.048	16.044	16.044
2	3	2.571	13.533	29.577
3	4	2.479	13.045	42.622
4	3	2.441	12.846	55.468
5	3	2.264	11.915	67.383

Tabla. 2 Solución factorial rotada del CUPI

Factor 1 Ítem/ peso	Factor 2 Ítem/peso	Factor 3 Ítem/peso	Factor 4 Ítem/peso	Factor 5 Ítem/peso
19 / .783	2./727	6/.760	3./671	13./761
15/ .727	1/.716	7./725	8./661	12./757
18/.724	5./588	14./504	4./654	11./476
17/.552		9./488		
10/.493				
Alfa factor .855	Alfa factor .774	Alfa factor .847	Alfa factor .776	Alfa factor .800
				Alfa global .942

Tabla. 3 Factor Reactivos que Constituyen al Factor

Factor	#item	Reactivos que constituyen al factor
1	19	¿Con qué frecuencia prefiere quedarse en casa conectado a Internet que salir con sus amigos o familiares a algún lugar?
	15	¿Con qué frecuencia prefiere estar en Internet que pasar tiempo con su pareja?
	18	¿Ha actuado agresivamente hacia los demás porque lo interrumpen cuando está en línea?
	17	¿Con qué frecuencia piensa que la vida sin Internet sería aburrida, vacía y triste?
	10	¿Con qué frecuencia va rápidamente a su casa o trabajo con el fin de conectarse a Internet?
2	2	¿Con qué frecuencia se conecta a Internet a pesar de sus esfuerzos de no hacerlo?
	1	¿Con qué frecuencia le ha resultado difícil dejar de usar el Internet?
	5	¿Con qué frecuencia duerme poco por estar usando Internet hasta tarde?
3	9	¿Qué tan seguido piensa en Internet, aun cuando no está conectado?
	6	Una vez que ya se desconectó, ¿Con qué frecuencia piensa en cuando volverá a conectarse?
	7	¿Con qué frecuencia se ha sentido frustrado o irritado por no poder usar Internet?
	14	¿Ha fracasado en tratar de usar menos el Internet?
4	3	¿Con qué frecuencia otras personas le han sugerido que use menos el Internet?
	8	¿Ha pensado que debe usar menos Internet?
	4	¿Con qué frecuencia prefiere usar Internet en lugar de pasar tiempo con otras personas?
5	13	¿Qué tan seguido usa Internet para escapar de sentimientos negativos?
	12	¿Cuándo se siente mal anímicamente ¿Se conecta a Internet?
	11	¿Con qué frecuencia interfiere Internet en el cumplimiento de sus obligaciones cotidianas?

Autor: Pulid, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 30.

Tabla. 4 Dimensiones que evalúa cada factor

Factor	Aspectos
1	Sustituye el internet por otras actividades.
2	Pérdida de control.
3	Anticipación.
4	Reconocimiento de falta de control.
5	Evasión de sentimientos y pensamientos negativos o desagradables.

Autor: Pulid, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 31.

Tabla. 5 Matriz de categorías del instrumento realizada en base a los factores evaluados dentro de la prueba

FACTORES	CONCEPTO	DEFINICION	Categoría o dimensión	ITEM
	ADOLESCENCIA Y SUS CARACTERISTICAS	Identidad vs confusión de roles (12 a 20 años) logros, frustraciones, madurez de la personalidad, identidad ideologica,cultural, psicosexual, psicosocial y profesional (Erikson, 1987)	Aspectos biológicos: crecimiento corporal, maduración de los órganos reproductivos (hombre y mujer). Aspectos psicológicos: búsqueda de identidad, independencia, socialización, identidad sexual, fluctuaciones de estado de ánimo etc.	
PERDIDA DE CONTROL (2)	IRRITABILIDAD	Reacción psicológica de menor control de temperamento con arrebatos verbales	No estar conectado No poderse conectar o que le nieguen la	

	FRECUENCIA DE TIEMPO EN INTERNET	o comportamentales. No. De veces y No. De horas utilizando la herramienta.	posibilidad de hacerlo. No. de horas, dedicadas a internet diariamente No. de veces que se utiliza diariamente la herramienta	
EVASION DE PENSAMIENTOS DESAGRADABLES (5)	EVASION DEPRESION	Eximirse de sentimientos molestos no afrontando la realidad. Disforia y pérdida en la capacidad de disfrutar de lo que rodea al individuo.	Cansancio exagerado Bajo nivel de actividad Disforia Incapacidad para disfrutar la vida.	

<p>SUSTITUYE EL INTERNET POR OTRAS ACTIVIDADES (1) Y RECONOCIMIENTO DE FALTA DE CONTROL(4)</p>	<p>ACTIVIDADES BASICAS</p> <p>HABILIDADES SOCIALES</p> <p>INTROVERSION</p>	<p>Hábitos o comportamientos cotidianos.</p> <p>Conexiones intimas con otras personas</p> <p>Tendencia al distanciamiento o aislamiento.</p>	<p>Alimentación</p> <p>Sueño</p> <p>Familiares: marco de referencia primario de un individuo.</p> <p>Interpersonales: comportamientos con otras personas ajenas al marco familiar.</p>	
<p>PERDIDA DE CONTROL (2)</p>	<p>AUTOCONTROL</p> <p>IMPULSIVIDAD</p>	<p>Estrategia para modificar la probabilidad de una respuesta.</p> <p>Actos sin reflexionar a consecuencia de un impulso.</p>		
<p>ANTICIPACION (3)</p>	<p>ANSIEDAD</p>	<p>Valoración que vincula elementos simbólicos anticipatorios de incertidumbre.</p>		

Autor: las autoras, 2014.

7.3 CUESTIONARIO CUPI

Cuestionario de uso problemático de internet

Puntaje según la respuesta

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido
0	1	2	3	4

Estas son las instrucciones de la aplicación de la prueba

“Muchas gracias por su colaboración en este estudio. La finalidad de esta investigación es conocer algunas características del uso de Internet en estudiantes universitarios. Por favor lea con cuidado el siguiente cuestionario y conteste todas las preguntas de la manera más honesta posible. No existen respuestas correctas o incorrectas. Si tiene cualquier duda acerca de las preguntas o las instrucciones le solicitamos que consulte al aplicador. Cuando termine de contestar guarde su cuestionario en el sobre que recibió y ciérrelo herméticamente. Cuando haya concluido espere a que todos los alumnos terminen. Una vez que esto ocurra, el aplicador pasará con cada uno de ustedes. Por favor depositen el sobre en la urna que éste lleva. Los resultados del presente estudio sólo serán utilizados con fines de investigación. Gracias por su colaboración”. (Pulido, Escoto De la Rosa y Baldovinos, 2011, p, 31)

1. ¿Con qué frecuencia le ha resultado difícil dejar de usar el Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

2. ¿Con qué frecuencia se conecta a Internet a pesar de sus esfuerzos de no hacerlo?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

3. ¿Con qué frecuencia otras personas le han sugerido que use menos el Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

4. ¿Con qué frecuencia prefiere usar Internet en lugar de pasar tiempo con otras personas?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

5. ¿Con qué frecuencia duerme poco por estar usando Internet hasta tarde?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

6. ¿Qué tan seguido piensa en Internet, aun cuando no está conectado?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

7. Una vez que ya se desconectó, ¿Con qué frecuencia piensa en cuando volverá a conectarse?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

8. ¿Ha pensado que debe usar menos Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

9. ¿Ha fracasado en tratar de usar menos el Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

10. ¿Con qué frecuencia va rápidamente a su casa o trabajo con el fin de conectarse a Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

11. ¿Con qué frecuencia interfiere Internet en el cumplimiento de sus obligaciones cotidianas?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

12. ¿Cuándo se siente mal anímicamente ¿Se conecta a Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

13. ¿Qué tan seguido usa Internet para escapar de sentimientos negativos?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

14. ¿Con qué frecuencia se ha sentido frustrado o irritado por no poder usar Internet?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

15. ¿Con qué frecuencia prefiere estar en Internet que pasar tiempo con su pareja?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

17. ¿Con qué frecuencia piensa que la vida sin Internet sería aburrida, vacía y triste?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

18. ¿Ha actuado agresivamente hacia los demás porque lo interrumpen cuando está en línea?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

19. ¿Con qué frecuencia prefiere quedarse en casa conectado a Internet que salir con sus amigos o familiares a algún lugar?

Nunca	Rara vez	A veces	Seguido	Muy seguido

7.4 Población

La población que se tendrá en cuenta, serán los alumnos del grado octavo 8°, de una Institución Educativa de Circasia Quindío.

7.5 Procedimiento de trabajo

Se procederá entonces a la aplicación del cuestionario CUPI (cuestionario de uso problemático de internet), la cual pretende medir los niveles de uso problemático del Internet de los estudiantes de la Institución de los grados mencionados.

En primera instancia se realizará la entrega de consentimientos informados a los padres de familia en la reunión de padres que se realizará en las instalaciones de la institución, se explicará el procedimiento, la participación voluntaria en el procedimiento de aplicación, el tiempo que demora el procedimiento entre otros puntos a tener en cuenta.

En segundo lugar, se realizará una próxima visita a la institución para la aplicación de la prueba a los estudiantes de los grados correspondientes, entregándoles el material de la prueba y demás.

8. Análisis de las encuestas por factores

8.1 Factores

1. Sustitución del Internet por otras actividades.
2. Pérdida de control.
3. Anticipación.
4. Reconocimiento de falta de control.
5. Evasión de pensamientos desagradables.

Gráfico. 1 Distribución De Sexos de los Estudiantes



La mayoría de los adolescentes estuvieron en un rango de 12 a 18 años, en la cual hubo un 35.29% de mujeres y un 64.71% de hombres, por ende, participaron más hombres que mujeres en la aplicación de la prueba.

Factor 1

Sustitución del Internet por otras actividades

Preguntas:

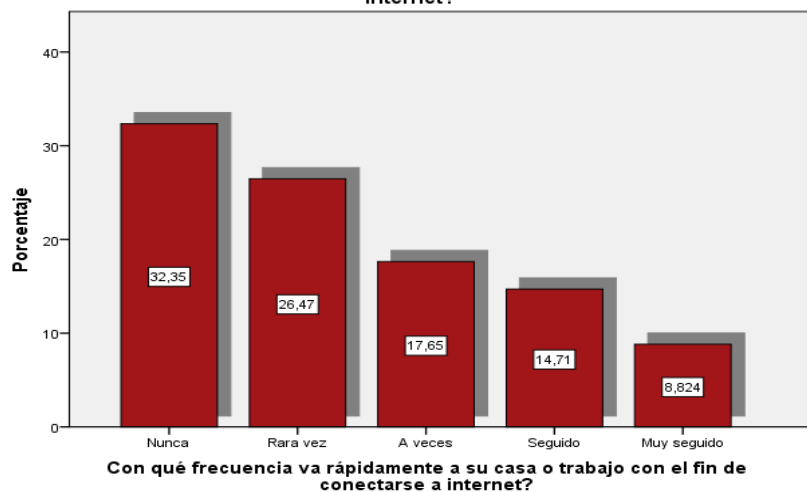
10- ¿Con qué frecuencia va rápidamente a su casa o trabajo con el fin de conectarse a Internet?

TABLA DE FRECUENCIA No. 6

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	11	32,4	32,4
	Rara vez	9	26,5	58,8
	A veces	6	17,6	76,5
	Seguido	5	14,7	91,2
	Muy seguido	3	8,8	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICO DE BARRAS No. 2

Con qué frecuencia va rápidamente a su casa o trabajo con el fin de conectarse a internet?



Estadísticos		
Con qué frecuencia va rápidamente a su casa o trabajo con el fin de conectarse a internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,41
Mediana		2,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,328
Varianza		1,765

Según la gráfica de barras #1, a la pregunta ¿Con qué frecuencia va rápidamente a su casa con el fin de conectarse a Internet?, arrojó el siguiente resultado:

El 32.4 % de los encuestados contestaron “NUNCA” seguido del 26.5% los cuales contestaron “RARA VEZ”, consecuentemente el 17.5% contestaron “A VECES” e Igualmente, el 14.7 % contestaron “SEGUIDO”. Por último, EL 8.8% de los encuestados eligieron la opción “MUY SEGUIDO”

En conclusión, la opción “NUNCA” ocupa el primer lugar con un porcentaje del 32.4%, seguido de la opción “RARA VEZ” con un porcentaje del 26.5% ocupando el segundo puesto. Como se puede observar en los datos estadísticos la “MODA” se ubica en la opción “NUNCA” de esta pregunta, lo cual significa que esta tuvo más relevancia dentro de la encuesta.

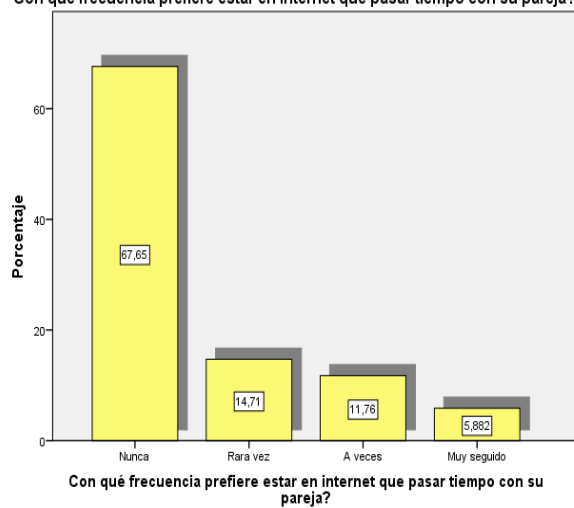
15. ¿Con que frecuencia prefiere estar en Internet que pasar tiempo con su pareja?

TABLA DE FRECUENCIA No.7

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	23	67,6	67,6	67,6
Rara vez	5	14,7	14,7	82,4
Válidos A veces	4	11,8	11,8	94,1
Muy seguido	2	5,9	5,9	100,0
Total	34	100,0	100,0	

GRÁFICO DE BARRAS No. 3

Con qué frecuencia prefiere estar en internet que pasar tiempo con su pareja?



Estadísticos		
¿Con qué frecuencia prefiere estar en internet que pasar tiempo con su pareja?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		1,62
Mediana		1,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,101
Varianza		1,213

En determinada pregunta se puede observar que la mayoría de los encuestados representados por el 67.7% optaron por la opción “NUNCA” dejan de pasar más tiempo en internet que con su pareja, seguido del 14.7% respondieron “RARA VEZ” dejan de hacerlo. Esto quiere decir que pueden emplear el tiempo en otras actividades que no sea el Internet.

Además de lo anterior, según las estadísticas la opción elegida con mayor frecuencia es “NUNCA” y el promedio de opción se aproxima a “RARA VEZ”.

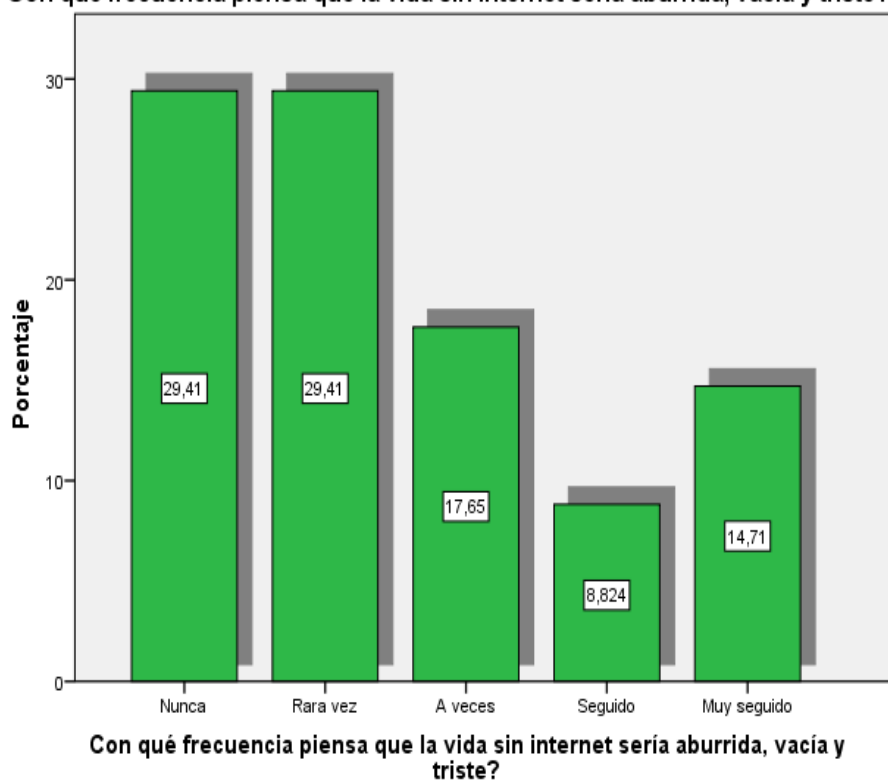
17- ¿Con qué frecuencia piensa que la vida sin internet sería aburrida, vacía y triste?

TABLA DE FRECUENCIA No. 8

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	10	29,4	29,4	29,4
Rara vez	10	29,4	29,4	58,8
A veces	6	17,6	17,6	76,5
Seguido	3	8,8	8,8	85,3
Muy seguido	5	14,7	14,7	100,0
Total	34	100,0	100,0	

GRÁFICA DE BARRAS No. 4

Con qué frecuencia piensa que la vida sin internet sería aburrida, vacía y triste?



Estadísticos		
Con qué frecuencia piensa que la vida sin internet sería aburrida, vacía y triste?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,50
Mediana		2,00
Moda		1 ^a
Desviación Estándar		1,398
Varianza		1,955
a. Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.		

En el análisis de la gráfica #3, se puede notar que el término “MODA” tiene varios resultados, es decir, se califica en la mayoría de oportunidades, ya que la opción “NUNCA” y “RARA VEZ” aparecen en diez ocasiones. Esto quiere decir que en la mayoría de los casos, los encuestados “NUNCA” y “RARA VEZ”, piensan que la vida sin Internet sería aburrida, triste y vacía con un porcentaje de 29.41% en ambos casos; seguido de un porcentaje de 17.6%, quienes piensan que “A VECES” piensan que la vida sin internet sería aburrida y triste atendiendo a un promedio de respuesta de “RARA VEZ”.

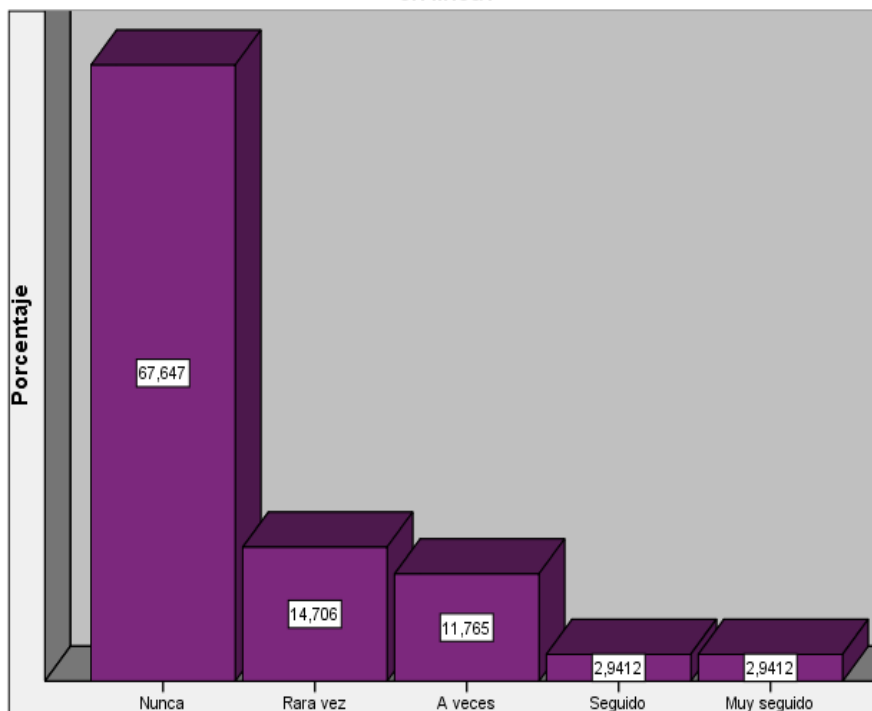
18- ¿Ha actuado agresivamente hacia los demás porque lo interrumpen cuando está en línea?

TABLA DE FRECUENCIA No. 9

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	23	67,6	67,6
	Rara vez	5	14,7	82,4
	A veces	4	11,8	94,1
	Seguido	1	2,9	97,1
	Muy seguido	1	2,9	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 5

Ha actuado agresivamente hacia los demás porque lo interrumpen cuando esta en línea?



Estadísticos		
Ha actuado agresivamente hacia los demás porque lo interrumpen cuando está en línea?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		1,59
Mediana		1,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,019
Varianza		1,037

En las anteriores tablas y graficas se observa una clara y marcada relevancia por las acciones o comportamientos no agresivos hacia los demás, por interrupciones en el momento de estar en internet, denotando un porcentaje de un 67.6% quienes dicen que “NUNCA” han actuado de esta manera, convirtiéndose esta en la opción con mayor frecuencia elegida por los encuestados con un promedio de opción aproximado a “RARA VEZ”.

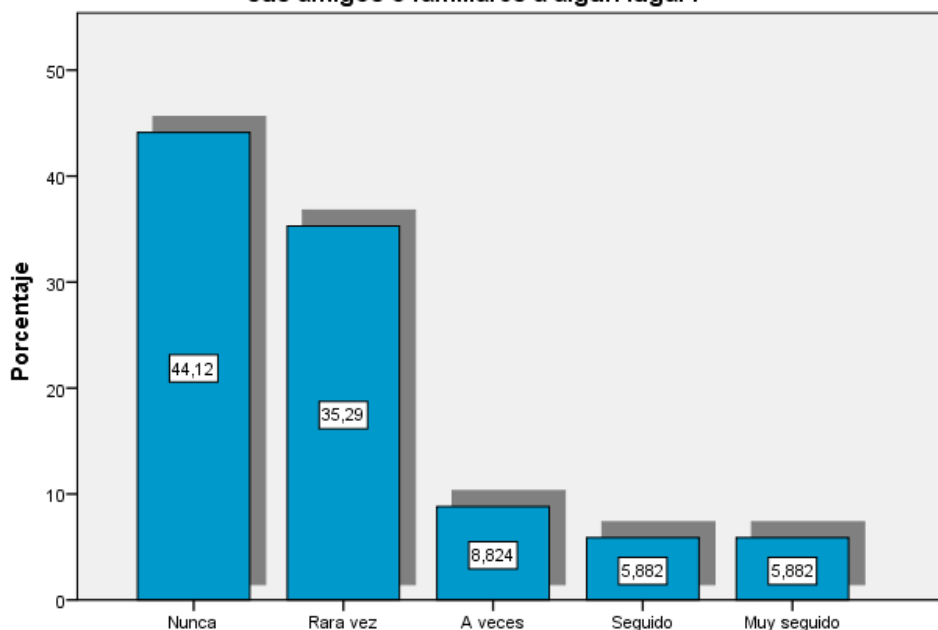
19- ¿Con qué frecuencia prefiere quedarse en casa conectado a internet que salir con sus amigos o familiares a algún lugar?

TABLA DE FRECUENCIA No. 10

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	15	44,1	44,1
	Rara vez	12	35,3	79,4
	A veces	3	8,8	88,2
	Seguido	2	5,9	94,1
	Muy seguido	2	5,9	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 6

Con qué frecuencia prefiere quedarse en casa conectado a internet que salir con sus amigos o familiares a algún lugar?



Con qué frecuencia prefiere quedarse en casa conectado a internet que salir con sus amigos o familiares a algún lugar?

Estadísticos		
Con qué frecuencia prefiere quedarse en casa conectado a internet que salir con sus amigos o familiares a algún lugar?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		1,94
Mediana		2,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,153
Varianza		1,330

En el análisis de la gráfica de barras #5 los encuestados con un porcentaje de 44.1% dicen que “NUNCA” prefieren quedarse en casa conectados a Internet y mejor prefieren salir con sus amigos a algún lugar. Asimismo, el 35.3% de ellos dicen que “RARA VEZ”, prefieren quedarse en casa que salir con sus amigos a algún lugar. Finalmente, el promedio de los encuestados es la opción “RARA VEZ”.

Factor 2

Pérdida de control

Preguntas:

1- ¿Con qué frecuencia le ha resultado difícil dejar de usar el internet?

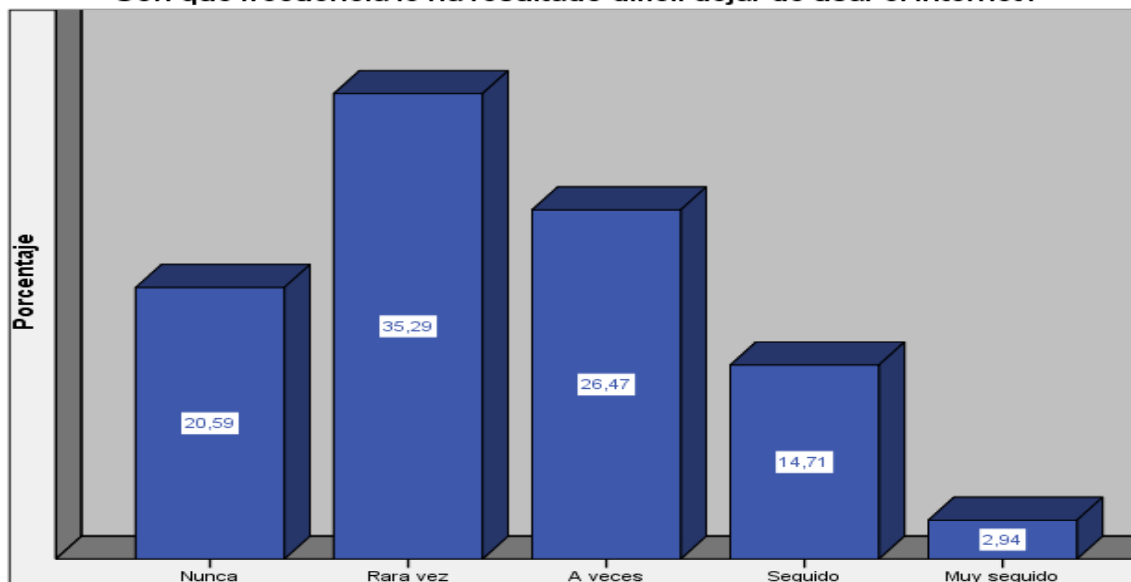
TABLA DE FRECUENCIA No. 11

Con qué frecuencia le ha resultado difícil dejar de usar el internet?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	7	20,6	20,6
	Rara vez	12	35,3	55,9
	A veces	9	26,5	82,4
	Seguido	5	14,7	97,1
	Muy seguido	1	2,9	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICO DE BARRAS No. 7

Con qué frecuencia le ha resultado difícil dejar de usar el internet?



Estadísticos		
Con qué frecuencia le ha resultado difícil dejar de usar el internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,44
Mediana		2,00
Moda		2
Desviación Estándar		1,078
Varianza		1,163

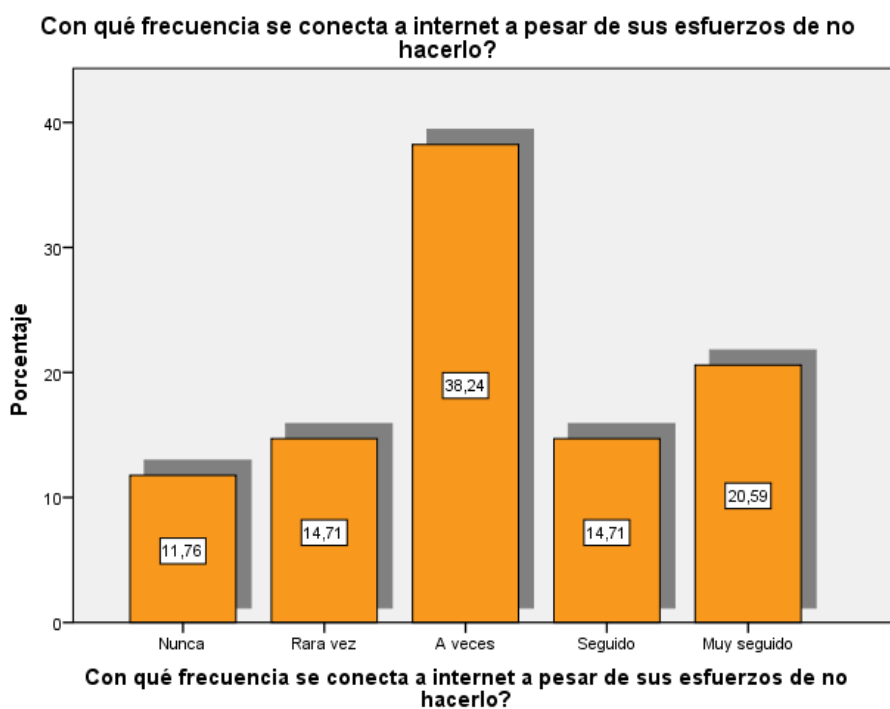
En esta pregunta se puede reflejar que el porcentaje de 35.3 % de encuestados dicen que “RARA VEZ”, les ha resultado difícil dejar de usar el internet, seguido de un 26.5% quienes dicen que “A VECES” les ha resultado un poco difícil hacerlo. Además de un 20.6 % que mencionan que “NUNCA” les ha resultado difícil dejar de usar este medio, evidenciándose entonces que la opción con mayor frecuencia marcada fue “RARA VEZ “, cuyo promedio se puede ver en la gráfica #5.

2- ¿Con qué frecuencia se conecta a internet a pesar de sus esfuerzos de no hacerlo?

TABLA DE FRECUENCIA No. 12

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	4	11,8	11,8
	Rara vez	5	14,7	26,5
	A veces	13	38,2	64,7
	Seguido	5	14,7	79,4
	Muy seguido	7	20,6	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 8



Estadísticos		
Con qué frecuencia se conecta a internet a pesar de sus esfuerzos de no hacerlo?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		3,18
Mediana		3,00
Moda		3
Desviación Estándar		1,267
Varianza		1,604

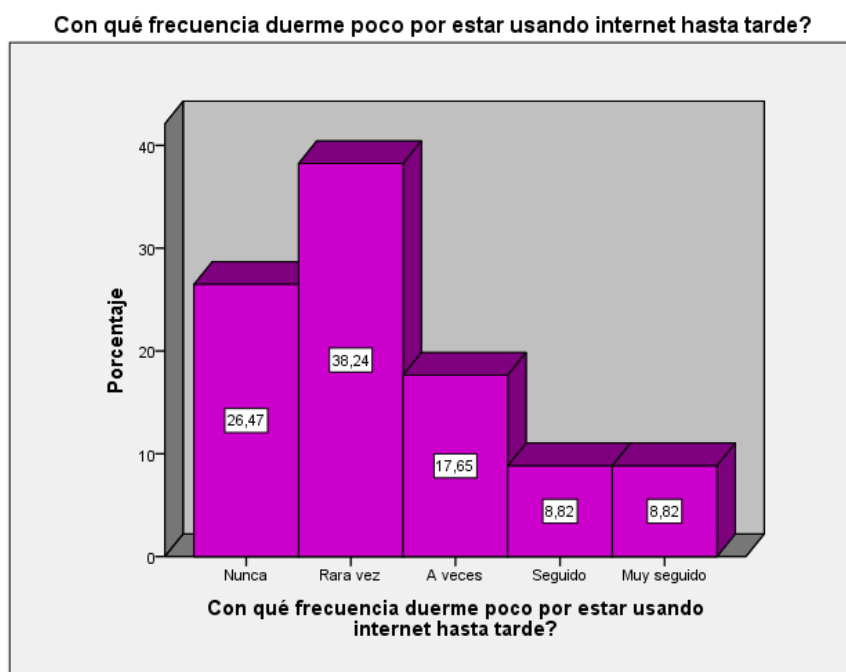
En la pregunta ¿Con qué frecuencia se conecta a internet a pesar de sus esfuerzos de no hacerlo?, los encuestados con un porcentaje de 38.2% dicen que “A VECES”, lo cual comienza a ser representativo, encontrándose índices moderados de autocontrol en los encuestados. Además de esto, se puede corroborar que un 20.6% de los encuestados marcaron la opción “MUY SEGUIDO”, notándose altos niveles de autocontrol en los mismos. De la misma forma, se puede evidenciar en la gráfica #6 que la opción con mayor promedio de frecuencia es “A VECES”.

5- ¿Con qué frecuencia duerme poco por estar usando internet hasta tarde?

TABLA DE FRECUENCIA No. 13

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	9	26,5	26,5
	Rara vez	13	38,2	64,7
	A veces	6	17,6	82,4
	Seguido	3	8,8	91,2
	Muy seguido	3	8,8	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICO DE BARRAS No. 9



Estadísticos		
Con qué frecuencia duerme poco por estar usando internet hasta tarde?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,35
Mediana		2,00
Moda		2
Desviación Estándar		1,228
Varianza		1,508

En los casos en que se quiso evaluar en el test condiciones o comportamientos frente al sueño o actividades básicas, se encuentra que la mayoría de los encuestados con un porcentaje de 38.2% “RARA VEZ” duermen poco por estar usando internet hasta tarde, seguido de un 26.5% quienes “NUNCA” duermen poco por estar usando este medio, seguido por un 17.7% lo cual es considerablemente importante tener en cuenta, ya que este porcentaje de encuestados “A VECES” tienen malas condiciones de sueño durante el uso de la herramienta del internet hasta tarde. En pocas palabras, la opción con mayor frecuencia marcada o “MODA” de esta pregunta es “RARA VEZ” y el promedio de casos en que se duerme poco por estar usando internet hasta tarde se evidencia en la gráfica #7 en la opción “RARA VEZ”.

Factor 3
Anticipación

Preguntas:

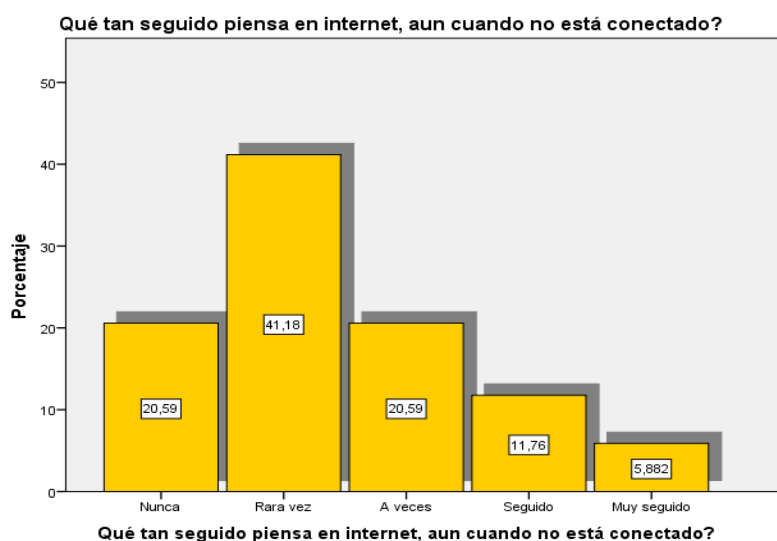
6- ¿Qué tan seguido piensa en internet, aun cuando no está conectado?

TABLA DE FRECUENCIA No. 14

Qué tan seguido piensa en internet, aun cuando no está conectado?

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	7	20,6	20,6
	Rara vez	14	41,2	61,8
	A veces	7	20,6	82,4
	Seguido	4	11,8	94,1
	Muy seguido	2	5,9	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICO DE BARRAS No. 10



Estadísticos		
Qué tan seguido piensa en internet, aun cuando no está conectado?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,41
Mediana		2,00
Moda		2
Desviación Estándar		1,131
Varianza		1,280

En este caso se observa que con un porcentaje de 41.2% los encuestados "RARA VEZ" piensan en internet, aun cuando no están conectados, siendo esta la opción con mayor frecuencia obtenida en los resultados, seguido de las opciones de "NUNCA" y "A VECES", ambas con un porcentaje de 20.6%, con un promedio de respuesta con la opción "RARA VEZ" pensando en internet aun cuando no están conectados como se observa en la gráfica #8.

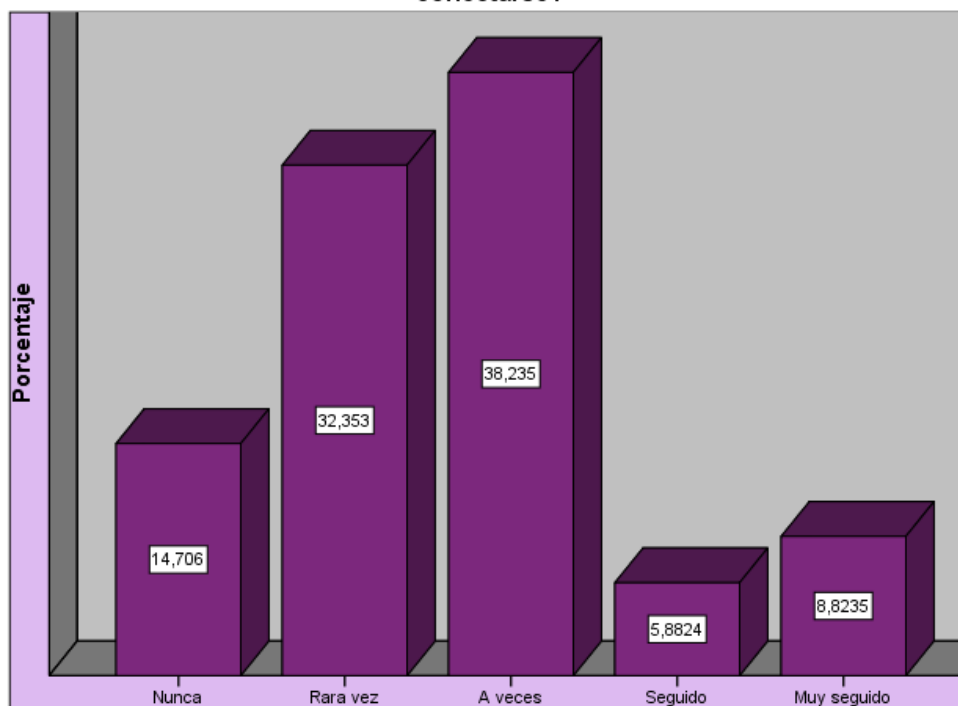
7- Una vez que ya se desconectó, ¿Con qué frecuencia piensa en cuando volverá a conectarse?

TABLA DE FRECUENCIA No. 15

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	5	14,7	14,7
	Rara vez	11	32,4	47,1
	A veces	13	38,2	85,3
	Seguido	2	5,9	91,2
	Muy seguido	3	8,8	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 11

Una vez que ya se desconectó, ¿Con qué frecuencia piensa en cuando volverá a conectarse?



Estadísticos		
Una vez que ya se desconectó, ¿Con qué frecuencia piensa en cuando volverá a conectarse?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,62
Mediana		3,00
Moda		3
Desviación Estándar		1,101
Varianza		1,213

Con un porcentaje de 38.2% los encuestados eligieron como respuesta que “A VECES” piensan en cuando volverán a conectarse, después de haberse desconectado, seguido de 32.4% quienes dicen que “RARA VEZ” piensan en cuando volverán a conectarse. Además de un 14.7% quienes dicen que “NUNCA” piensan de esta manera una vez desconectados de internet, lo cual arroja mayor elección a la opción “A VECES” siendo esta la de más relevancia de promedio como lo muestra la gráfica #9.

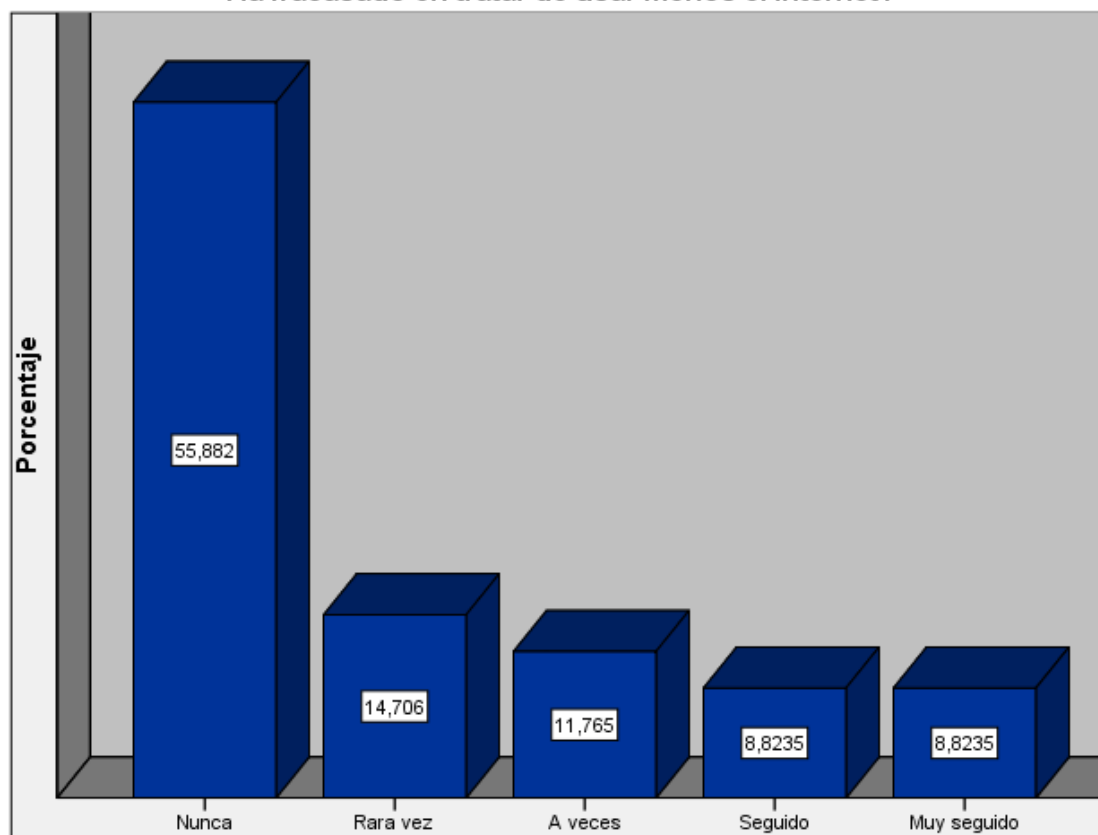
9- ¿Ha fracasado en tratar de usar menos el internet?

TABLA DE FRECUENCIA No. 16

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	19	55,9	55,9
	Rara vez	5	14,7	70,6
	A veces	4	11,8	82,4
	Seguido	3	8,8	91,2
	Muy seguido	3	8,8	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 12

Ha fracasado en tratar de usar menos el internet?



Estadísticos		
Ha fracasado en tratar de usar menos el internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,00
Mediana		1,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,371
Varianza		1,879

En esta pregunta se puede analizar que la mayoría de encuestados eligieron que “NUNCA” han fracasado en tratar de usar menos el internet con un porcentaje de 55.9%, siendo esta la opción de mayor frecuencia. Además, un 14.7% de los encuestados respondieron que “RARA VEZ” han fracasado en tratar de usar menos esta herramienta. A la vez, el 11.8 % de ellos respondieron que “A VECES” fracasan en tratar de usar menos esta herramienta con un promedio de opción de 2 en la opción “RARA VEZ”.

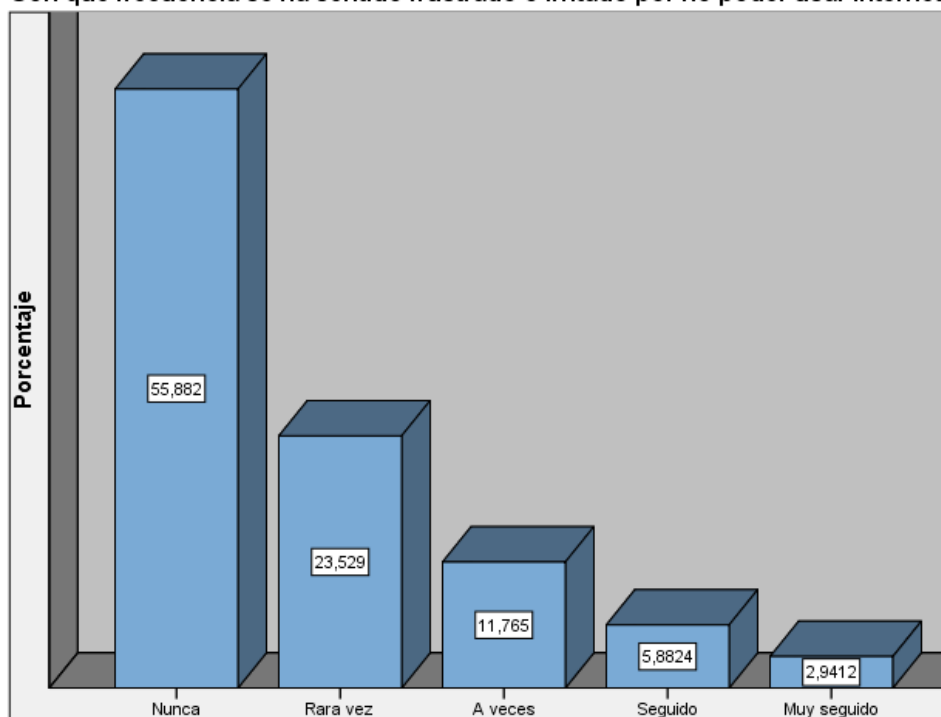
14- ¿Con qué frecuencia se ha sentido frustrado o irritado por no poder usar internet?

TABLA DE FRECUENCIA No. 17

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	19	55,9	55,9
	Rara vez	8	23,5	79,4
	A veces	4	11,8	91,2
	Seguido	2	5,9	97,1
	Muy seguido	1	2,9	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 13

Con qué frecuencia se ha sentido frustrado o irritado por no poder usar internet?



Estadísticos		
Con qué frecuencia se ha sentido frustrado o irritado por no poder usar internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		1,76
Mediana		1,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,075
Varianza		1,155

En la pregunta ¿Con qué frecuencia se sienten irritados por no poder usar el internet? el 55.9% contestaron que “NUNCA” se habían sentido de este modo, siendo esta la opción con mayor frecuencia, además un porcentaje de 23.5%, dijeron que “ RARA VEZ” se sienten irritados por no poder usar internet, seguido de un 11.8% quienes colocaron que “A VECES” se habían sentido frustrados por no poder usar el internet, con un promedio de respuesta en donde se encuentra “RARA VEZ” en la tabla de frecuencia.

Factor 4

Reconocimiento de falta de control

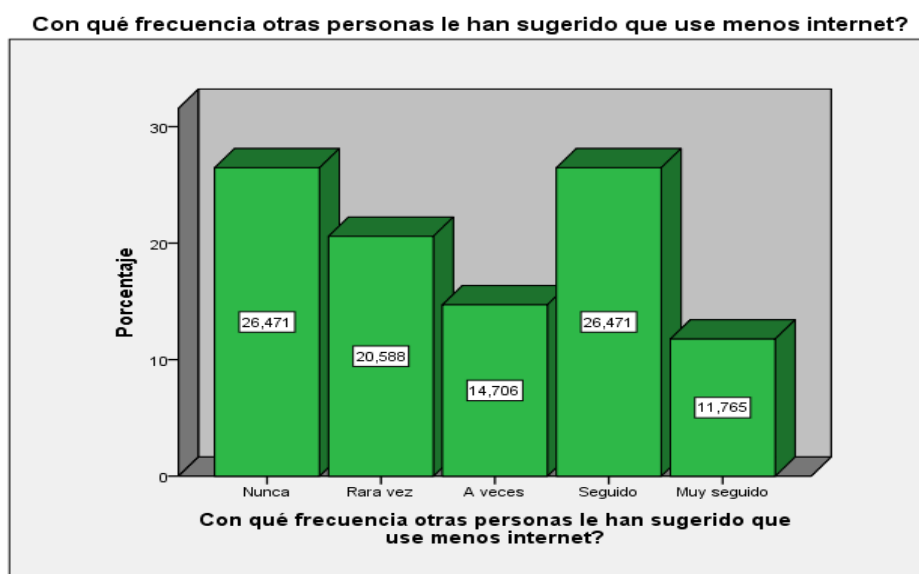
Preguntas:

3- ¿Con qué frecuencia otras personas le han sugerido que use menos el internet?

TABLA DE FRECUENCIA No. 18

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	9	26,5	26,5
	Rara vez	7	20,6	47,1
	A veces	5	14,7	61,8
	Seguido	9	26,5	88,2
	Muy seguido	4	11,8	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 14



Estadísticos		
Con qué frecuencia otras personas le han sugerido que use menos internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,76
Mediana		3,00
Moda		1 ^a
Desviación Estándar		1,415
Varianza		2,004
a. Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.		

En esta ocasión se puede observar que la “MODA” se presenta en las opciones “NUNCA” y “SEGUIDO”, siendo estas las más elegidas en la encuesta, ambas con un porcentaje de 26.5%. Un 20.6% escogieron la opción “RARA VEZ” les han sugerido que usen menos el Internet. El 14.7% dijeron que “A VECES” les sugirieron que usen menos esta herramienta. Por último, el 11.8% que marcaron la opción “MUY SEGUIDO” les sugirieron que usen menos este medio. Como se puede apreciar el promedio de respuesta está en la opción “A VECES”.

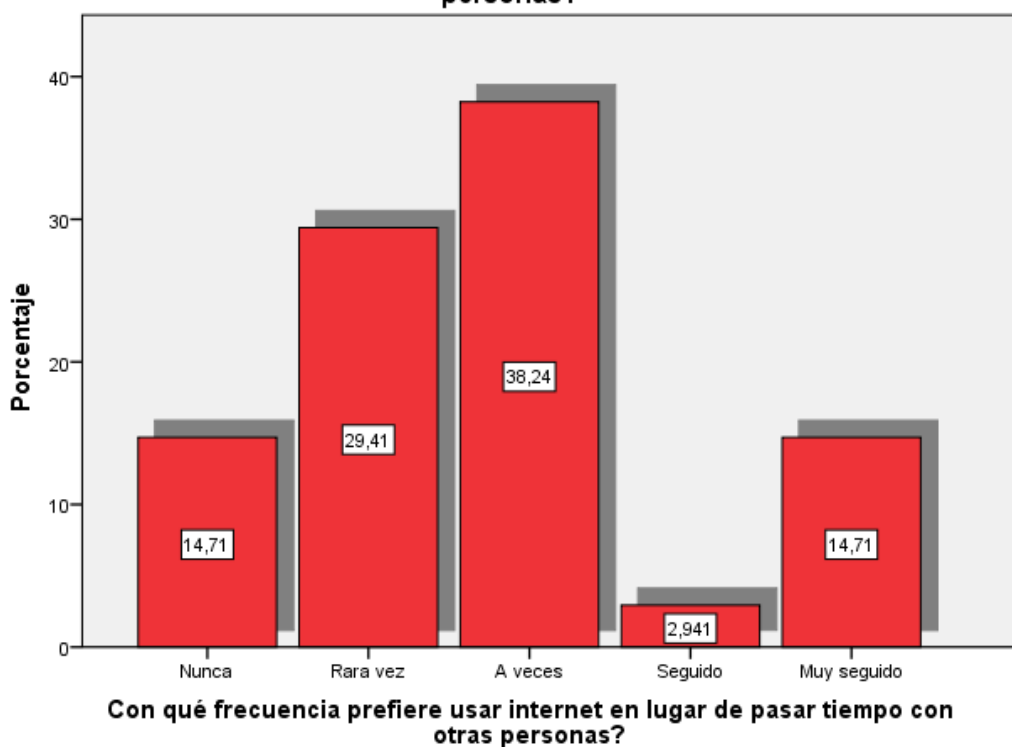
4-¿Con qué frecuencia prefiere usar internet en lugar de pasar tiempo con otras personas?

TABLA DE FRECUENCIA No. 19

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	5	14,7	14,7	14,7
Rara vez	10	29,4	29,4	44,1
A veces	13	38,2	38,2	82,4
Seguido	1	2,9	2,9	85,3
Muy seguido	5	14,7	14,7	100,0
Total	34	100,0	100,0	

GRÁFICA DE BARRAS No. 15

Con qué frecuencia prefiere usar internet en lugar de pasar tiempo con otras personas?



Estadísticos		
Con qué frecuencia prefiere usar internet en lugar de pasar tiempo con otras personas?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,74
Mediana		3,00
Moda		3
Desviación Estándar		1,214
Varianza		1,473

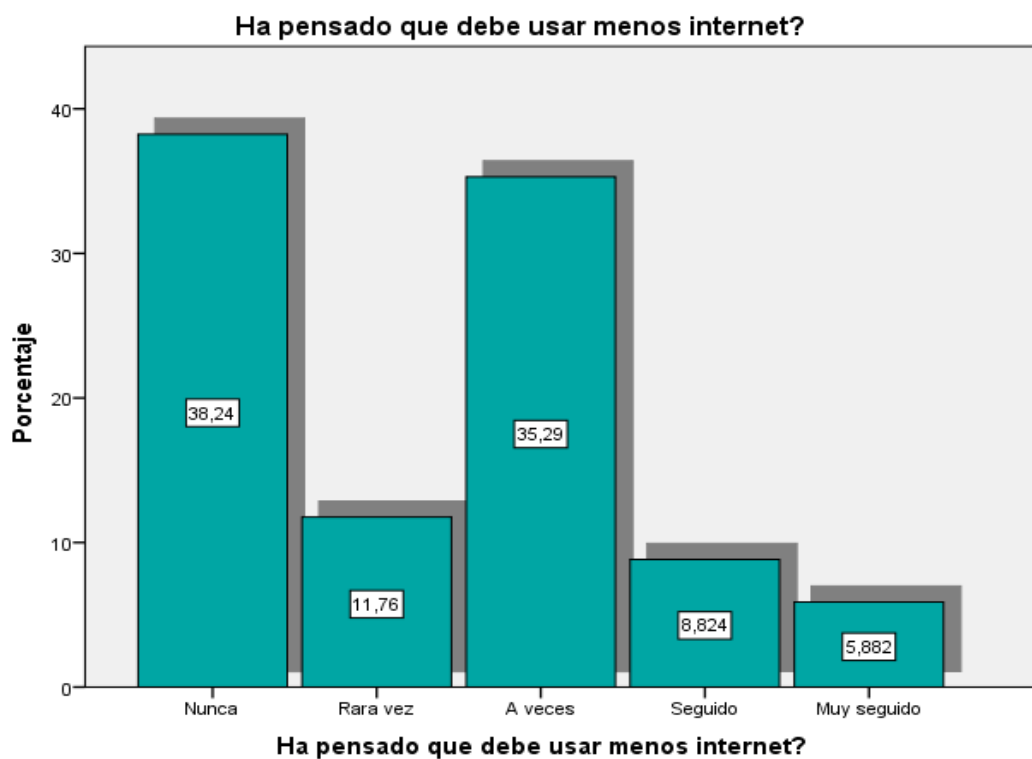
Con una frecuencia de 38.2% los encuestados dijeron que “A VECES” prefieren usar internet en lugar de pasar tiempo con otras personas, siendo esta la opción con mayor frecuencia escogida por los encuestados. Un 29.4% dijeron que “RARA VEZ” prefieren hacerlo. Otro 14.7%, manifestaron que “NUNCA” lo hacen, siendo este el mismo porcentaje para la opción “MUY SEGUIDO”, con un promedio de respuesta reflejado en la opción “A VECES”.

8- ¿Ha pensado que debe usar menos internet?

TABLA DE FRECUENCIA No. 20

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	13	38,2	38,2
	Rara vez	4	11,8	50,0
	A veces	12	35,3	85,3
	Seguido	3	8,8	94,1
	Muy seguido	2	5,9	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 16



Estadísticos		
Ha pensado que debe usar menos internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,32
Mediana		2,50
Moda		1
Desviación Estándar		1,249
Varianza		1,559

En esta pregunta ¿Ha pensado que debe usar menos el Internet? se pretende evaluar si la persona es consciente que puede tener una dificultad con el uso del Internet. En este caso la respuesta con mayor frecuencia elegida es” NUNCA”, es decir con un 38.2% los encuestados Nunca han pensado en que deben usar menos el Internet. Por otra parte, un 35.3% dijeron que “A VECES” han pensado en usarlo menos. Seguidamente el 11.8% eligieron la opción “RARA VEZ” además de que el 11.8% en su elección dicen que Rara vez lo han pensado, con un promedio de respuesta de Rara vez.

Factor 5

Evasión de pensamientos desagradables

Preguntas:

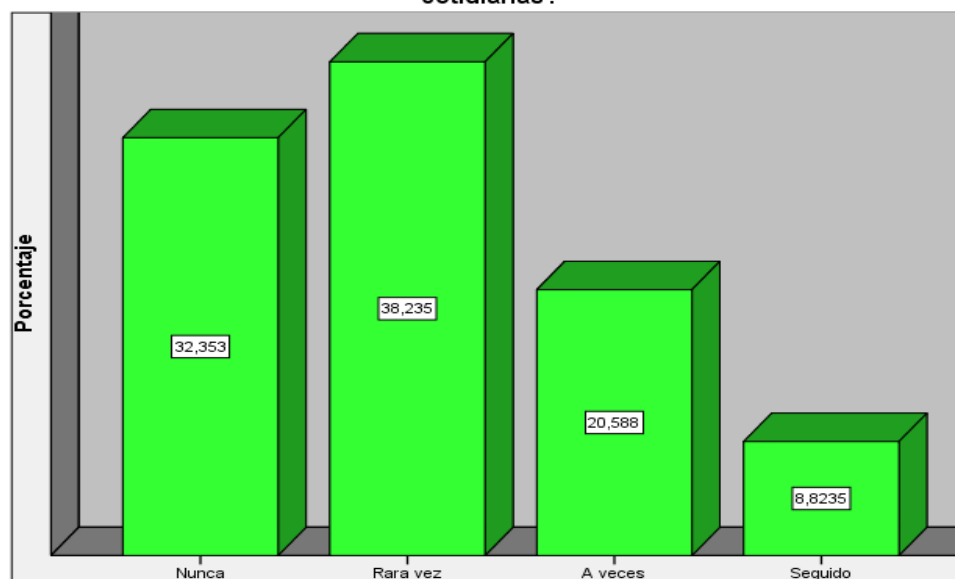
11- ¿Con qué frecuencia interfiere internet en el cumplimiento de sus obligaciones cotidianas?

TABLA DE FRECUENCIA No. 21

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	11	32,4	32,4	32,4
Rara vez	13	38,2	38,2	70,6
Válidos A veces	7	20,6	20,6	91,2
Seguido	3	8,8	8,8	100,0
Total	34	100,0	100,0	

GRÁFICA DE BARRAS No. 17

Con qué frecuencia interfiere internet en el cumplimiento de sus obligaciones cotidianas?



Estadísticos		
Con qué frecuencia interfiere internet en el cumplimiento de sus obligaciones cotidianas?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,06
Mediana		2,00
Moda		2
Desviación Estándar		,952
Varianza		,906

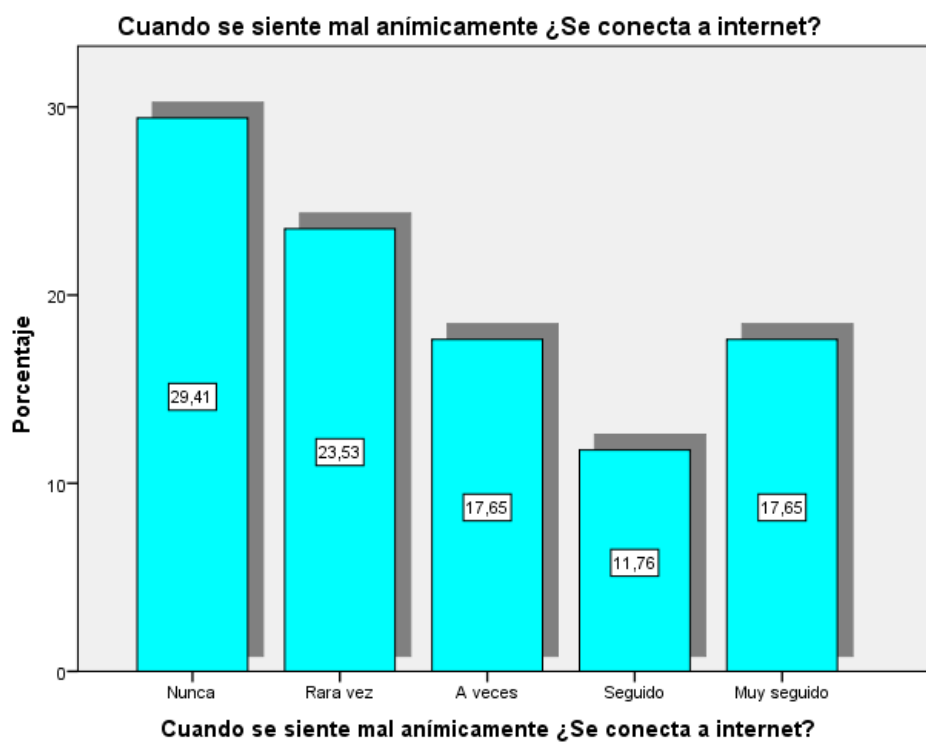
En la pregunta ¿Con qué frecuencia interfiere el internet en el cumplimiento de las obligaciones cotidianas? .Con un porcentaje de 38.2% de los encuestados contestaron que “RARA VEZ” sucede, siendo esta la opción elegida con mayor frecuencia. Del mismo modo, 32.4% dijeron que “NUNCA”, les ha ocurrido lo anteriormente mencionado. Seguidamente, un 20.6% marcaron que “A VECES” el uso del internet interfiere en el cumplimiento de las obligaciones diarias, donde sobresale un promedio de respuesta en la opción “RARA VEZ”.

12- ¿Cuándo se siente mal anímicamente ¿Se conecta a internet?

TABLA DE FRECUENCIA No. 22

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	10	29,4	29,4
	Rara vez	8	23,5	52,9
	A veces	6	17,6	70,6
	Seguido	4	11,8	82,4
	Muy seguido	6	17,6	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRÁFICA DE BARRAS No. 18



Estadísticos		
Cuando se siente mal anímicamente ¿Se conecta a internet?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,65
Mediana		2,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,475
Varianza		2,175

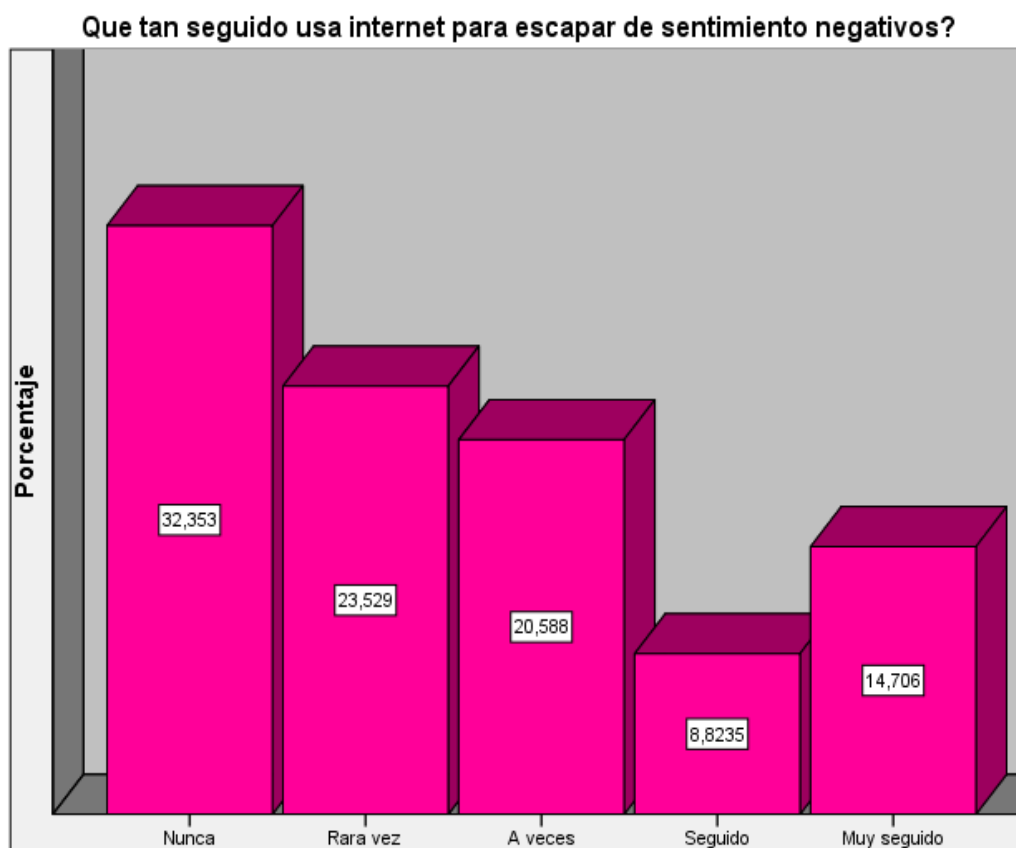
Con un porcentaje de 29.4% los encuestados respondieron que “NUNCA” se conectaban a internet cuando se sentían mal anímicamente, siendo esta la opción con mayor frecuencia. A la vez, un 23.5% marcaron que “RARAVEZ” se conectaban a Internet cuando se sentían mal. Un 17.7% marcaron las opciones “A VECES” y “MUY SEGUIDO” se conectaban por esta causa, donde se refleja el promedio de respuesta en la opción “A VECES”.

13- ¿Qué tan seguido usa internet para escapar de sentimientos negativos?

TABLA DE FRECUENCIA No. 23

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Nunca	11	32,4	32,4
	Rara vez	8	23,5	55,9
	A veces	7	20,6	76,5
	Seguido	3	8,8	85,3
	Muy seguido	5	14,7	100,0
	Total	34	100,0	100,0

GRAFICA DE BARRAS NO. 18



Estadísticos		
Que tan seguido usa internet para escapar de sentimientos negativos?		
N	Válidos	34
	Perdidos	0
Media		2,50
Mediana		2,00
Moda		1
Desviación Estándar		1,420
Varianza		2,015

Las respuestas a la pregunta ¿Qué tan seguido usa el Internet para escapar de sentimientos negativos?, un 32.4% de los encuestados respondieron la opción “NUNCA” usan el Internet para escapar de sentimientos negativos, en lo cual se evidencia la respuesta elegida con mayor frecuencia. Por otro lado, se encuentra un 23.5% que eligieron la opción “RARA VEZ” usan esta herramienta para escapar de sentimientos desagradables. Luego un 20.6% manifestaron que “A VECES” lo hacen. Después un 14.7% emplearon la opción “MUY SEGUIDO” para decir que utilizaban el Internet para escapar de dichos sentimientos.

Finalmente, un 8.8% de los encuestados eligieron la opción “SEGUIDO”, los cuales actuaban de la misma manera, donde se muestra en la encuesta que el promedio de respuesta está en la opción “A VECES”.

9. ANÁLISIS TEÓRICO DESCRIPTIVO TEST CUPI

Partiendo de los datos arrojados anteriormente por la encuesta de CUPI aplicada a los estudiantes de Grado Octavo de una Institución Educativa de Circasia Quindío, se pretende realizar un análisis de acuerdo a teorías que puedan sustentar dichos resultados, con el fin de encontrar respuestas a los interrogantes sobre niveles y datos o características relevantes en la investigación sobre el uso del Internet y las redes sociales.

En este sentido, se puede decir que autores expertos en el tema como Echebúrua, Prensky, Corral y Young han investigado por años la existencia de este fenómeno catalogándolo como causante de múltiples efectos negativos especialmente en los adolescentes, ya que las personas adultas lo utilizan como medio práctico para su vida laboral y personal, lo cual no quiere decir que estas no utilicen medios sociales, sino que le dan mejor uso y manejo al internet.

Cabe aclarar que los adultos están haciendo una transición con el uso de la nueva tecnología, mientras que los jóvenes y niños actuales han nacido dentro del concepto llamado nativo digital el cual consiste en que estas personas jóvenes son quienes llegan al mundo en la etapa de la generación tecnológica, lo cual quiere decir que tienen una mayor capacidad y manejo de las TICs, logrando utilizar múltiples medios como las redes sociales, correos, multimedia entre otros que hacen de la nueva generación algo útil, aunque en ciertos casos están propensos a abusar de este medio sin establecer un límite en su manejo.

Según Prensky, (2010) autor principal del concepto Nativos Digitales, da a conocer que son todos aquellos que “Nacieron en la era digital y son usuarios permanentes de las tecnologías con una habilidad consumada. Su característica principal es sin duda su tecnofilia. Sienten atracción por todo lo relacionado con las nuevas tecnologías. Con las TICs satisfacen

sus necesidades de entretenimiento, diversión, comunicación, información y, tal vez, también de formación”, (Prensky 2010, p, 5).

Teniendo en cuenta lo anterior, es relevante establecer que la población que se abordó se encuentra dentro de esta etapa de formación, donde encuentran más interesante el relacionarse con otras personas por medio de las Tics, ya que por ser adolescentes nacidos en la etapa de las grandes invenciones se les puede conocer como Nativos Digitales quienes tienen la facilidad y manejo de este medio para encontrar entretenimiento, amistad e información logrando establecer fácilmente e instantáneamente relaciones y comunicación con otras personas sean de su mismo país o de otro y no por medio de una interacción cara a cara como lo hacían en años pasados los inmigrantes digitales, los cuales se les ha dificultado utilizar los medios tecnológicos para relacionarse con otras personas o simplemente buscar información.

Teniendo en cuenta esto, se puede contrastar la teoría planteada por Prensky y Echeburúa, debido a que ambos hablan sobre la población que es objeto de estudio en la investigación, las edades en las que se encuentran quienes son vulnerables al uso problemático de internet, evidenciándose entonces según Echeburúa la primera etapa de reforzadores positivos, encontrando diferentes factores que estimulan el manejo de las nuevas herramientas tecnológicas y hace que se sientan mejores emociones llevando a cabo dichas conductas., identificándose como Nativos digitales según lo dice Prensky en su definición, debido a su fácil y eficaz manejo del internet.

Tomando como punto de partida, la población que se abordó en la investigación, la cual es adolescentes entre los 12 y 18 años de edad, se puede decir que entre los resultados que arrojó el cuestionario de CUPI y los ítems planteados por este llevan a identificar los

efectos negativos que pueden presentarse en los adolescentes cuando estos no le dan un buen uso al internet sino que abusan del mismo como aquellos que están relacionados con perturbaciones emocionales, falta de habilidades sociales, falta de autocontrol, ansiedad entre otras que pueden llevar a la persona a tener una calidad de vida desequilibrada.

Por tal motivo, es importante resaltar que la población presenta bajos niveles de abuso de internet y redes sociales y por tanto se debe educar e informar sobre los riesgos que puede traer este medio si no se le brinda un manejo adecuado y sin el apoyo de su familia y educadores a la hora de establecerse límites tanto en su manejo como en lo que se está efectuando.

Igualmente, es necesario e indispensable resaltar que no todos los adolescentes por estar en esta etapa de desarrollo son propensos a abusar de este medio tecnológico, posiblemente por las normas y valores que son inculcados en su núcleo familiar.

Según, Echebúrua y Corral, señalan que el adolescente puede descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud, al tener un pensamiento constante hacia la red, incluso cuando no se está conectado, asimismo sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta. Contrastando lo anterior con los resultados del cuestionario, se podría deducir que la población que se abordó en algunas ocasiones vivencia dificultades a la hora de relacionarse con sus pares o familia e igualmente sus emociones y pensamientos se pueden ver alterados cuando están utilizando las herramientas del internet.

Tomando el anterior apartado, se podría decir, que los estudiantes de Octavo Grado de Bachillerato probablemente hasta el momento presentan bajos niveles de dificultad en cuanto a la hora de utilizar esta herramienta dejando de lado la capacidad de autocontrol, aunque si

bien en los resultados del cuestionario se evidencian aspectos en donde los adolescentes utilizan con mayor frecuencia esta herramienta como medio de distracción y entretenimiento, ya sea porque causa en ellos mayor expectativa o simplemente porque lo que se ofrece por este medio les ofrece más opciones de diversión que lo que se le puede ofrecer por fuera del mismo.

Según Alonso-Fernández (1996), señala que los problemas aparecen cuando "existe una absoluta necesidad de desarrollar esa actividad (Internet) y se experimenta ansiedad si no se lleva a cabo", (López, 2004, pp.23).

Se evidencia que posiblemente en ocasiones el adolescente dependiendo de la actividad que ha estado realizando en internet, puede sentirse más ansioso por llevarla a cabo, teniendo pensamientos o emociones que puedan generar en el mismo, malestar, incomodidad o tensión si no se cumple a cabalidad lo que desea.

Es por esta razón, que se deben identificar aquellos signos o síntomas que hacen que una persona pueda llegar a tener ansiedad por darle manejo a los medios electrónicos y cumplir a cabalidad con lo que se está realizando allí.

Teniendo en cuenta lo anterior, para Echeburúa, (1994), la adicción al Internet puede considerarse una adicción específicamente psicológica (como la adicción al sexo, las compras, el trabajo, los videojuegos, la televisión, etc...), con características comunes a otro tipo de adicciones: pérdida de control, aparición de síndrome de abstinencia, fuerte dependencia psicológica, interferencia en la vida cotidiana y pérdida de interés por otras actividades

Estas últimas concepciones de interferencia en la vida y pérdida de interés relacionadas con el comportamiento observado en los resultados de las encuestas, en donde se

obtiene un porcentaje de 35.3% de los adolescentes rara vez prefieren estar en internet que pasar más tiempo con la familia o amigos.

Según Kanfer define el autocontrol, como todas aquellas estrategias que puede llegar a emplear una persona para modificar la probabilidad de respuesta de algún estímulo o de influencias externas existentes.

Es por lo anterior, que se puede decir, que la población a la cual se abordó en su gran mayoría fracasa en tratar de usar menos el internet, piensan en cuando se volverán a conectar, y que tan seguido se piensa en ello, lo cual puede reflejar una posible falencia a largo plazo para manejar el autocontrol.

Lo cual puede reflejar posiblemente en un futuro que alguno de estos adolescentes pueda llegar a perder el control de sí mismo si desde ahora no le da un manejo adecuado a este medio tecnológico llegando a contraer una adicción al internet como una necesidad psicológica de escape, ya sea de sus emociones o pensamientos, entre otros aspectos que pueden ser relevantes en la vida del mismo.

Entonces, se puede decir según Echeburúa que en la adicción existe una pérdida de control, catalogando este como un factor más observado en el proceso de investigación, se encuentra que los estudiantes entre los 12 y 18 años de edad rara vez les resulta difícil dejar de usar la herramienta, debido a sus atractivos, su facilidad de acceso, las nuevas relaciones que se establecen por allí, las culturas y divergencias que se observan alrededor del mundo y demás e innumerables técnicas y métodos que permiten que su vida se torne de modo más fácil, útil y eficaz.

De igual forma se habla de que en algunos casos considerables, se evidencia también que el estado anímico, tiene una notable relación con la dependencia a este medio, teniendo

presente que según Echeburrua y Corral (1994), “cualquier conducta que produzca placer puede ser adictiva, explicando esto como una situación en la cual el menor se trata de olvidar de su realidad, dificultad, problemática, y demás, buscando nuevas sensaciones, nuevas expectativas que tengan contenido placentero”. Igualmente, teniendo en cuenta que la herramienta del internet ofrece esta y un sinnúmero de emociones incalculables por los pocos límites y restricciones que se encuentran en ella.

Consecuentemente, se hablaba en la justificación acerca de las pocas restricciones que existen en la internet, citando a Odriozola, (2012) “lo que motiva especialmente a las personas jóvenes a las redes sociales virtuales es la accesibilidad, disponibilidad, intimidad, alta estimulación y anonimato que ofrece internet”, (párr. 5), esta accesibilidad de la que se habla es aquella que les brinda todo tipo de emociones placenteras y una alta estimulación que hace que vean en esta herramienta un abrigo para sus emociones y sentimientos.

Relacionando lo anterior, con los resultados del cuestionario teniendo en cuenta el factor de la Evasión de pensamientos desagradables, se podría decir que los adolescentes posiblemente buscan como un abrigo o refugio a sus emociones en ocasiones el acceso al internet o redes sociales, ya sea para establecer relaciones o simplemente porque allí pueden expresar o darse a conocer sin impedimentos ni restricciones. Además, pueden escapar de las obligaciones cotidianas escapando de la realidad y sumergiéndose en este medio como son las TICS.

Por otra parte, según Greenfield (1999), es el anonimato en las interacciones, lo cual hace que la comunicación por vía electrónica tenga una característica que la diferencia de la que se puede dar en la vida real: la desinhibición, la cual consiste en una pérdida del pudor y del miedo a expresarse libremente, lo cual hace que las personas se sientan libres al expresar

lo que sienten, sin pensar en que podrán ser juzgados cara a cara lo cual se convierte en un escudo de protección a distintos estímulos que pueden provenir del medio, en el proceso de desarrollo de su adolescencia, enfrentando distintas crisis de desarrollo a las cuales no saben cómo responder.

Como se menciona anteriormente, la adolescencia trae consigo un sinnúmero de cambios tanto biológicos como psicológicos, a lo cual se le da el nombre de crisis de desarrollo. Esto quiere decir que la crisis va acompañada de bastantes cambios en el desarrollo de las personalidades, los cuales son constantes y vienen en algún momento de la vida, para dar nuevas oportunidades, nuevas miradas, nuevos caminos a la vida de las personas, lo cual puede causar respuestas adversas o benéficas, que ayuden a adquirir mayor madurez y nuevos puntos de vista hacia proyectos de vida diferentes o más elaborados.

En este sentido, se entiende entonces que los adolescentes por medio de la tecnología específicamente el internet y las redes sociales, pueden encontrar una y mil salidas a sus problemas, pensando en otras cosas, hablando con personas que pueden darles sus puntos de vista sobre la vida y sus estados actuales, conociendo gente que permita polarizar todas aquellas emociones de irritabilidad y sentimientos desagradables que puedan estar sintiendo en distintas ocasiones de su vida.

Pero aun así, se entiende que no estarían poniendo frente a las situaciones, y que por tanto evaden cada dificultad que se les presente en su vida cotidiana con esta herramienta, remitiéndose entonces a un mal uso o uso excesivo de la misma, lo cual podría acarrear diferentes problemáticas asociadas a la baja tolerancia a la frustración que pueden desarrollar en un futuro posibles situaciones adversas de su vida.

Aunque si bien, también se necesita de una interacción cara a cara y poder establecer relaciones por fuera de la red para que se genere una identidad adecuada en el adolescente, ya que podría haber fallas en el proceso social del mismo si no se le da un buen manejo a este fenómeno que actualmente ha generado controversia.

Desde una perspectiva de la Psicología Social se da a conocer que los adolescentes valoran aquellas actividades que les suponen un reto creciente y hacen que se desarrollen sus habilidades en el entorno en que se desenvuelven. Disfrutan cuando participan en deportes, aficiones, arte, música, etc. y con sus amigos. Esto hace que se aumenten sus habilidades y conocimientos y se sientan a gusto consigo mismos.

Si no tienen estas oportunidades los adolescentes frecuentemente se buscan otras alternativas que les suponga un desafío. La evidencia nos hace deducir que los adolescentes disfrutan y buscan las situaciones que les hace sentirse competentes. Si estas situaciones no existen, las inventan, (Rivero, 2005, pág. 2) Si bien es cierto, que la psicología social da su punto de vista desde las investigaciones que han encontrado en el transcurso de los años, creando sus propias ilustraciones acerca de lo que es la adolescencia.

Es en este sentido, que se puede decir que el Internet en la actualidad se ha convertido en medio de la práctica diaria de los adolescentes como algo necesario para buscar nuevas experiencias y alternativas de relacionarse con otras personas y así establecer grupos o comunidades con las cuales puedan sentirse identificados y no buscar por fuera de este medio tecnológico lo que en años atrás se podía encontrar teniendo interacción social directa.

Teniendo en cuenta, las señales de alarma que plantean Echeburua y Corral (2010), las cuales se mencionan en el apartado del marco teórico, se dice que los estudiantes rara vez duermen poco por hacer uso del internet. Asimismo, descuidan otras actividades importantes

identificando que a veces pasan mayor tiempo en internet que compartiendo con otras personas de su entorno social o familiar.

Por otro lado, los encuestados a veces han recibido de parte de familiares y conocidos sugerencias de disminuir el tiempo que pasan en internet, cumpliendo con uno de los requisitos a tener en cuenta como alarma. Además de que rara vez experimentan situaciones como pensar en la red o en el “Smartphone” constantemente.

Teniendo en cuenta lo anterior, se dice entonces que los estudiantes encuestados por medio de la herramienta de uso problemático de internet se encuentran con posibles dificultades que pueden generarse en un futuro y que por tanto deben tenerse en cuenta. Se encuentra entonces que los niveles de uso problemático de internet son existentes en bajos porcentajes y debe empezarse a emplear la propuesta de prevención e intervención en la comunidad educativa.

Así pues, se debe decir que existe un contenido cultural en la actualidad que da paso a este fenómeno, el cual se considera como factor fundamental y no se debe dejar de lado. Se dice que en los antepasados las personas no contaban con la herramienta del internet, por tanto su comunicación se concentraba en las cartas enviadas en barcos en casos de estar a mucha distancia de familiares o conocidos, o por correos al interior del país, correos físicos, por medio de cartas las personas tenían mayor comunicación visual, acercamiento, y una verdadera relación de cuerpos cercanos el uno del otro para interactuar en contexto.

En este caso, todas las relaciones interpersonales, tenían mayor efectividad, en pocas ocasiones existían errores de comunicación y las consultas se debían realizar en las bibliotecas del pueblo en donde se encontraban con otras personas que permitían dar a conocer sus saberes, por medio de un cuento, una poesía, ya no existe este mismo mundo, el trabajo tenía

mayor proceso, las personas tenían un mayor número de cosas por hacer, debían salir e ir a la biblioteca, caminar desde sus casas, buscar el libro indicado entre otras cosas, lo cual hoy día no ocurre, todo está adscrito a la inmediatez de las nuevas tecnologías que permiten que el mundo por una parte se vuelva más facilitado y eficaz.

En pocas palabras, el fenómeno del internet al pasar los años avanzará aún más y la tecnología se convertirá en una herramienta tan común como nuestros hábitos básicos, teniendo presente que la tecnología encierra todo un sinnúmero de invenciones que hoy generan expectativa entre las cuales se encuentra el internet y las redes sociales.

Esto último, teniendo presente sus riesgos, sus beneficios, o su expresión nociva, excesiva y su utilización desmedida pero también y más importante su conocimiento, sus investigaciones, su gran flujo de entretenimiento, acercamiento virtual para una real comunicación entre otros muchos aspectos positivos a los cuales se les puede sacar un buen provecho.

Asimismo, se debe tener presente lo anterior para generar consciencia y brindar pautas sobre alarmas que pueden llegar a producir dificultades en algún aspecto de la vida de las personas que hacen uso de esta herramienta del internet y las redes sociales, y más si se trata de adolescentes que se encuentran en una etapa de desarrollo facilitadora a su fácil uso problemático.

Finalmente, se realizará un paralelo desde una perspectiva Cognitivo- Conductual y los resultados que se obtuvieron en las encuestas aplicadas a los adolescentes entre los 12 y 18 años de una Institución Educativa de Circasia Quindío, para esto es necesario tener en cuenta algunos autores que han sido relevantes desde el inicio de la investigación como John Suler,

Young y Echebúrua, los cuales han dado a conocer sus puntos de vista del fenómeno actual desde lo que han investigado y adquirido años atrás.

Según John Suler, (1996), señala la existencia de dos modelos adictivos básicos de la hipotética adicción a internet:

- Sujetos muy aficionados e interesados por sus ordenadores que utilizan la Red para escoger información, jugar en solitario, obtener nuevos programas, etc. pero sin establecer ningún tipo de contacto interpersonal (como meta específica). Serían sujetos necesitados de control, introvertidos y que huían de la aparente anarquía de los chats.
- Sujetos que frecuentan los Chats, Moods y listas de correo. Todos ellos tienen en común la búsqueda de estimulación social. Las necesidades de carácter afectivo/afiliativo son las relevantes en este contexto. Estos sujetos serían de naturaleza extrovertida.

Tomando como punto de partida lo anterior, se puede decir que los adolescentes a los cuales se les aplicó el cuestionario de CUPI, obtuvieron bajos porcentajes en los ítems relacionados con la categoría (sustitución del Internet por otras actividades), puntuando así como opción de respuesta en algunos ítems que hacen parte de esta “Rara Vez” y “A Veces”, lo cual quiere decir, que los participantes hasta el momento han tenido algún tipo de dificultad a la hora de relacionarse con su medio, es decir tener una interacción directa (cara a cara) con sus amigos, familiares entre otras personas, igualmente se encuentran bajos porcentajes en cuanto a tener pensamientos y emociones constantes hacia la conectividad del Internet o realizar cualquiera de las actividades que allí se hallan, llegando a tal punto de sumergirse en la red y no tener una relación (afiliativo) con su medio social, familiar o afectivo.

Teniendo en cuenta la observación conductual, los adolescentes entre los 12 y 18 años a los cuales se les aplico el cuestionario de CUPI, tienden a ser personas más sociables, extrovertidos, establecen mayores relaciones interpersonales, debido a su etapa de desarrollo, en la cual sus objetivos son formar grupos, pertenecer a ellos, y ser reconocidos socialmente, entre otros, además de conocer nuevas personas por internet, evidenciándose que según los resultados del cuestionario, sustituyen sus labores diarias por estar conectados a internet, teniendo en cuenta su etapa de desarrollo para socializar y mantener relaciones preexistentes de su entorno, lo cual hace que no sean dependientes a este medio, ayudándolos a tener como objetivo una búsqueda de identidad característica principal de la adolescencia.

Teniendo en cuenta lo anterior, se evidencia que dentro de las tres principales áreas de reforzamiento que plantea Young, que son apoyo social, creación sexual, y realización de un personaje, la que más se ajusta en este caso es la de apoyo social, debido a lo ya mencionado.

Por otro lado, se mencionan las personalidades reveladas, en donde posiblemente los participantes en ocasiones tienen más facilidad para expresar sus emociones y pensamientos ocultos o reprimidos, puesto que las opciones de respuesta en algunos ítems de las categorías dan a conocer que escogían con preferencia las opciones “A veces” o “Rara vez”, lo cual quiere decir, que probablemente los adolescentes en ocasiones ingresan a este medio como es el internet o redes sociales para interactuar, ya sea con sus amigos o simplemente para conocer nuevas personas haciendo que rechacen otras alternativas o propuestas como salir con sus amigos, familia entre otras, ya que en ese momento este medio tecnológico les está ofreciendo en el momento satisfacción y comodidad instantánea y asimismo reforzando positivamente en ellos aspectos que pueden ser importantes para el adolescente en el instante.

Por otro lado, según Echeburúa (2003), un hecho muy importante a tener en cuenta es que todas las conductas potencialmente adictivas comienzan a ser controladas por reforzadores positivos pero acaban siéndolo por reforzadores negativos (el alivio del malestar). Por lo tanto, tres serían las características principales de las conductas adictivas; a saber:

1. Control inicial por reforzadores positivos.
2. Control final por reforzadores negativos.
3. Síndrome de abstinencia, (Bataller, 2006).

En este caso y de acuerdo con los resultados obtenidos en el cuestionario, se puede decir que los adolescentes están en una etapa inicial de acuerdo a las características principales de las conductas adictivas planteadas por Echeburúa, ya que en los resultados obtenidos y en la observación conductual que se realizó, se pudo evidenciar que el internet es un refuerzo positivo para los mismos, debido a que por este medio, se puede ingresar a las redes sociales, multimedia, correos y diferentes tipos de entretenimiento y diversión que hacen que recurran a este frecuentemente, lo cual a largo plazo se puede convertir de acuerdo a la teoría de Young por el apoyo social y las personalidades reveladas, en un control final de reforzadores negativos, ya que al no dar un buen uso al internet los adolescentes pueden llegar a abusar del mismo convirtiéndose en una dificultad para sus vidas y asimismo en un síndrome de abstinencia, ocasionando diferentes efectos negativos en estos, tanto físicos, psicológicos, emocionales y conductuales.

10. Conclusiones

Se puede afirmar que los adolescentes de una Institución Educativa de Circasia Quindío, se encuentran en la primera etapa de las conductas adictivas lo cual se conoce como control de reforzadores positivos, lo cual quiere decir que presentan bajos niveles de uso problemático de internet, teniendo emociones altamente satisfactorias para ellos que en un futuro pueden acarrear efectos negativos, como por ejemplo el sentirse bien al momento de estar conectados chateando, escuchando música, visualizando diferentes contenidos multimedia entre otros, que más adelante pueden convertirse según su uso en abuso, uso problemático y finalmente adicción a internet.

La investigación realizada crea nuevos horizontes frente al fenómeno de uso problemático de internet y redes sociales en la región, debido a que existía muy poca información y contextualización de la temática planteada, entonces es importante haber realizado la investigación, encontrando un panorama sobre bajos niveles de uso problemático del mismo que deben ser intervenidos, y conceptualizaciones básicas que deben abordarse para comprender profundamente a lo que se enfrenta actualmente nuestra sociedad.

Mediante la aplicación del Cuestionario CUPI, se dice que existe un 33.5% de adolescentes que prefieren estar en internet que pasar mayor tiempo con la familia o los amigos. Además de esto se encuentra que probablemente presentan falencias a largo plazo de autocontrol, teniendo en cuenta que estos, contestan que piensan frecuentemente en volver a estar en internet, lo cual anticipa un contenido de ansiedad en ellos respecto al uso de esta herramienta, teniendo presente que es por este medio que encuentran mayor estimulación, debido al entretenimiento, fortalecimiento y establecimiento de redes sociales entre otros factores que no encuentran con facilidad en su entorno real cotidiano.

Los adolescentes, rara vez buscan evadir pensamientos desagradables dedicando mayor porcentaje de su tiempo a estar en internet, ya que, encuentran diferentes fuentes de fácil acceso que les brinda entretenimiento y tiempos libres de ocio, expresando en muchas ocasiones sus emociones y sentimientos frente a diferentes situaciones de su vida personal.

También se logra evidenciar, que a veces descuidan sus actividades u oficios diarios por estar en internet, y por ello reciben constantes sugerencias de sus familiares o amigos sobre el uso que le dan al internet, el cual debe disminuir, percibiéndose de manera excesiva por parte de estos.

Se considera que las características propias de los adolescentes son la identificación y la pertenencia a un grupo, las relaciones sociales, interpersonales, y la formación de su personalidad, hace que los jóvenes hagan uso del internet expresando sentimientos o emociones reprimidas, lo cual los refuerza positivamente, haciendo que se sientan cómodos con ello, sin saber que este aspecto a largo plazo puede causar efectos negativos como la poca comunicación con quienes los rodean y demás, presentándose falta de control y otros aspectos necesarios para una vida social saludable.

En la etapa de la adolescencia se presentan cambios que pueden ser considerados como una crisis, la cual se relaciona con un desequilibrio, en el cual el ser humano está sujeto a enfrentar la vida de un modo distinto al que empleaba antes, esto quiere decir que en esta etapa se vivencian cambios notables pasando de ser niños a personas maduras, en cuanto a las relaciones sociales, la pertenencia a un grupo entre otros, lo cual desarrolla un sinnúmero de problemáticas tanto físicas, psicológicas como emocionales, asimismo, el estar propensos a abusar del internet, en donde salen uno a uno los pensamientos negativos y expresiones

emocionales que no pueden expresarse en el medio social cotidiano, sino a través de un aparato electrónico que hace que el ser evada el enfrentamiento al mundo real, produciendo un alivio de malestar, pero que al final se puede convertir en hábito y finalmente uso adictivo o problemático del internet, produciendo consecuencias negativas respecto a sus esferas de desarrollo cotidiano, como la educativa, la afectiva, familiar entre otros.

Si bien es cierto que para los adolescentes estos comportamientos pueden ser hábitos que se han fomentado desde su nacimiento y por costumbre los llevan a cabo, teniendo en cuenta la etapa digital que surge en estos tiempos.

Los Nativos Digitales son considerados aquellos que nacen en la etapa de invención y desarrollo de nuevas tecnologías, incluidas el internet y las redes sociales. Este es el caso de la población que se aborda en la investigación, posiblemente nace en la etapa en la cual existen los computadores, el internet y un gran número de invenciones tecnológicas, empezando a desarrollar habilidades para el manejo de dichas herramientas y que por tanto son hábitos ya establecidos, entendiendo que las costumbres son todas aquellas conductas que emplean en su vida cotidiana respecto al uso del internet.

Por tanto se deben tomar medidas desde el área directiva del plantel educativo para establecer labores preventivas frente a la situación en mención, que pretendan generar consciencia frente al fenómeno de uso problemático de internet que en la institución es bajo y puede volverse aún mayor si no se toman medidas a tiempo.

11. Recomendaciones

- Se considera pertinente que tanto los padres de familia como los directivos de una Institución Educativa de Circasia Quindío se informen o instruyan acerca de los efectos negativos a nivel emocional, social, psicológico, familiar y físicos que puede presentar los adolescentes al abusar de las nuevas tecnologías como es el Internet, redes sociales entre otras, que puedan llevar al mismo a una adicción al internet. Igualmente, se considera pertinente que se realicen actividades de prevención con los estudiantes en donde se les dé a conocer los principales signos y síntomas que puede llevarlos a caer en este fenómeno actual que ha causado tanta controversia.
- Teniendo en cuenta, que en Colombia se han establecido proyectos por parte del ICBF con la ayuda de la Procuraduría General de la Nación, el Ministerio de Tecnologías de la información y las comunicaciones, con el apoyo de los medios de comunicación y la academia y organizaciones no gubernamentales sobre el manejo responsable del internet en los niños y adolescentes, es importante que estos no solo inviertan en páginas web donde informe sobre los usos y abusos que se le puede dar al internet, sino también que puedan utilizar otras alternativas en los colegios, universidades entre otros, para que se pueda brindar información más completa a la población Colombiana. Además, se hace indispensable que a pesar de que no se encuentre en el momento un alto índice de adicción a internet en los adolescentes, si es necesario que estos tengan herramientas que les pueda servir a corto o largo plazo para prevenir una posible caída en la adicción a este medio.
- Es indispensable que se trabaje con esta población desde un modelo cognitivo-conductual el aspecto de apoyo social y familiar, teniendo presente los reforzadores

positivos y negativos a nivel social, ya que para esta etapa es fundamental y necesaria la interacción con los demás, ya sea teniendo una comunicación directa (cara a cara) o por medio de las redes sociales, puesto que es desde allí donde estos pueden llegar a asumir diferentes problemáticas que se les pueda presentar en el transcurso de su vida. Es por este motivo, que se debe buscar medios y alternativas a nivel institucional dando a conocer a los mismos información sobre la etapa de desarrollo que están en el momento y los cambios que se generan en este, teniendo a la vez presente que pertenecen a una generación llamada “Nativo Digitales”, y que por tal motivo se les hace más fácil hacer uso y manejo de las nuevas tecnologías. A pesar, de los resultados expuestos por el cuestionario CUIPI, dando a conocer que probablemente en el momento no existe en si una adicción al internet, es indispensable realizar una prevención primaria sobre el tema para prevenir en el futuro posibles sucesos, dándoles a conocer información relevante tanto a los padres de familia como a los directivos del plantel educativo.

- Por otro lado, es necesario trabajar en los adolescentes el manejo adecuado de los pensamientos, emociones y conductas, ya que en esta etapa se evidencia distintos cambios y desequilibrios que pueden ser de fácil acceso para que estos puedan acudir o refugiarse en estos nuevos medios tecnológicos brindándoles a los mismos un mal uso.
- Es indispensable fomentar un programa Cognitivo-Conductual, en donde se establezca primeramente una línea base sobre la problemática en donde se realice un autoregistro del uso que proporciona al internet y las redes sociales, teniendo en cuenta aspectos como: Fecha y hora Tiempo de uso (desde-hasta). Situación (lugar, compañía, qué hacía, pensaba y sentía antes), Conducta (Que hizo en el ordenador o en internet) y Consecuencias (cómo se sintió después, qué paso). De acuerdo a lo anterior, es

importante establecer sesiones en donde se pueda trabajar aspectos conductuales, emocionales y de pensamiento, tomando temas relacionados con técnicas de reestructuración cognitiva, estrategias de afrontamiento y exposición. Además de esto, tener en cuenta, redes de apoyo como la familia y educadores que puedan servir de ayuda para el proceso psicológico del adolescente.

- A nivel departamental, se debe informar a la población sobre este fenómeno realizando diferentes actividades que ayude a desarrollar conciencia en los mismos sobre el uso que se le está propiciando a las nuevas tecnologías y que aspectos del internet pueden ser causantes de que una persona pueda encontrar allí diferentes alternativas para que se refugie o abuse del mismo, dejando de lado, actividades que diariamente realizaba o simplemente dejando de lado las interacciones sociales (cara a cara) para relacionarse solo por el ciberespacio.
- Finalmente, se recomienda que se realicen más investigaciones a nivel nacional (Colombia) sobre este fenómeno que ha causado tanta controversia en la actualidad, ya que con mayor facilidad se encuentra información en otros países como España, México entre otros, que en el momento de realizar la investigación hacen que se dificulte un poco el desarrollo, ya que las poblaciones son diferentes tanto en cultura como en costumbres.
- Es indispensable que se realicen más estudios cualitativos sobre este fenómeno a nivel regional, ya que al ser un tema de controversia es necesario profundizar y analizar aspectos como los efectos o causantes que en el momento probablemente no han sido explícitos en anteriores investigaciones. Indagar por el fenómeno con otro tipo de

técnicas puede llevar a obtener datos más profundos y ricos para la Psicología educativa y para los contextos educativos

- Se recomienda que los futuros aspirantes a presentar proyectos de grado pertenecientes a la CUE, tengan presente a la hora de aplicar la prueba o el cuestionario, realizar una prueba piloto en donde puedan verificar si a la población con la cual se está realizando la investigación se les facilita el entendimiento de las preguntas establecidas por el mismo. Además es pertinente analizar el uso de test psicométricos en poblaciones escolares, donde en algunos casos se puede llegar a perder la confiabilidad de la información.

12. REFERENCIAS

- Aguilar, M. (2003). *21 subfactores de la personalidad una nueva metodología de evaluación psicodiagnóstica*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- Artemis, Mari, Eleni et al, (2012), Investigación sobre conductas adictivas a internet entre adolescentes europeos, p, 3-11, obtenido de http://www.protegeles.com/docs/estudio_conductas_internet.pdf
- Azurín, K. Y. (2006). *Saludísima*. Obtenido de <http://info.saludisima.com/la-adiccion-a-internet/>
- Barraza, N. y. (s.f.).
- Bataller, S. A. (2006). Tratamiento de un caso crónico de adicción a internet. *medicina psicosomatica y psiquiatria de enlace*, 74.
- Belmonte, C. F. (2008). "JÓVENES Y NUEVAS TECNOLOGÍAS, ESTADO DE LA CUESTION".
- Berner Y Santander. (2012). Abuso y dependencia de internet: La epidemia y su controversia. *Revista chilena de neuropsiquiatria*, obtenido de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272012000300008
- Campos, P. G. (2012). *Ventajas y desventajas del uso de las redes sociales*. Primavera.
- Castellana. (2007). EL ADOLESCENTE ANTE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN: INTERNET, MÓVIL Y VIDEOJUEGOS. *Papeles del psicologo*, 1.
- Carbonell, Beranuy et al, (2008) p, 150 citando a Bauman 2003 y a Lacroix, (2001), La adicción a internet o al movil, ¿moda o trastorno?, obtenido de <http://www.adicciones.es/files/Sanchez-Carbonell.pdf>
- Chóliz, M. (Marzo de 2013). tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adiccion a internet y videojuegos. *13* . Valencia, España.
- Delgado, A. O. (2012). *Uso y riesgo de adicciones las nuevas tecnologias entre adolescentes y jovenes Andaluces*. España: Aguaclara.

- Diverio, I. S. (2012). *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. Madrid: Injuve.
- Echeburúa, C. &. (2010). *Adicciones.es*. Recuperado el marzo de 2014, de <http://www.adicciones.es>
- Echeburúa, E. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y Propuesta de Intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 24.
- Echeburúa, E. (2010). En *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. san sebastian, País Vasco.
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 437-438.
- Erikson, E. (1987). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista De Investigación*, 56.
- Esparcia, A. J. (2006). *Psicopatología*. Barcelona: UOC.
- Estévez citado por Xavier Carbonell, H. F. (2012). Adicción A Internet Y Móvil: Una Revisión De Estudios Empíricos Españoles. Barcelona, España.
- Fontano, S. M. (2011). *Ventajas y Desventajas de Internet en el uso empresarial*. Obtenido de jcyl: http://www.jcyl.es/jcyl/cee/dgeae/congresos_ecoreg/CERCL/531333.PDF
- Fuster, E. G. (2007). *Psicología Social de la Familia*. Chile.
- García, Y. M. (2012). *Saquele provecho a la Internet*. Cali, Colombia.
- González, N. I. (2001). *La autoestima*. México: uaemex.
- Gratch, L. O. (2009). *El trastorno por déficit de atención (ADD-ADHD)*. Argentina: Médica Panamericana.
- Guanarteme, F. M. (s.f.). *Las Redes Sociales: Información para Jóvenes*. Obtenido de http://fundacionmapfreguanarteme.es/files/archivos/actividad_didactica/info_charlas_informativas_redes_sociales.pdf
- Herrera, E. (2003). *Tecnologías y redes de transmisión de datos*. Mexico: Limusa.

Hernández Y Hernández. (s.f), Adicción a internet, ¿Consecuencia Emocional?, Centro Educativo Cruz Azul, Oaxaca Mexico, obtenido de <http://www.acmor.org.mx/cuamweb/reportescongreso/2012/Sociales/408.pdf>

J.J. Casas Rivero, M. C. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Unidad de Medicina del Adolescente.*, 2.

Krauskopof, M.-B. c. (1999). *Scielo*. Obtenido de El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios obtenido de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000200004

Lopez, L. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 29-30.

López, L. (2004). Adicción a Internet: Conceptualización y Propuesta de Intervención. *Revista profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 23.

Matas y Estrada (2012), Relación entre autovaloración de consumo de internet y puntuación de adicción a internet en una muestra universitaria, *Revista Iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo*, Vol. 2, No. 4.

Monroy, A. (2002). *Salud y Sexualidad en la Adolescencia y Juventud*. Mexico : Pax Mexico.

Navarro y Barraza, (s.f) Redes sociales y uso patológico del internet PIU, síntomas y efectos negativos en jóvenes. Un análisis de contenido, XI Congreso Nacional de Investigación Educativa / 7. Entornos Virtuales de Aprendizaje / Ponencia, obtenido de http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v11/docs/area_07/0295.pdf

Nobel y Aberastuy. (1972). En I. S. Diverio, *La adolescencia y su interrelación con el entorno* (págs. 13-14). Madrid, España: Injuve.

Nobel, A. y. (2012). En I. S. Diverio, *La adolescencia y su interrelación con su entorno* (págs. 13-14). Madrid: Injuve.

ONTSI *Observatorio Nacional de telecomunicaciones de España* (2012), obtenido de <http://www.ontsi.red.es/ontsi/es/search/node/pueden%20conectarse%20en%20las%20universidades%20en%20nuestro%20caso%20en%20los%20colegios%2C%20en%20las%20calles%20o%20centros%20comerciales%2C%20bibliotecas%20u%20otros>

- OMS Organización Mundial De La Salud, . (2012). En I. S. Diverio, *La adolescencia y su interrelación con el entorno* (pág. 11). Madrid: Injuve.
- Paula, I. (2007). *¡No puedo más! Intervención cognitiva conductual ante sintomatología depresiva en docentes*. Madrid: Praxis.
- Polaino, A. (2003). *Fundamentos de la psicología de la personalidad*. España: Rialp, S.A
- Prensky, M. (2010). Nativos e inmigrantes digitales, Institucion Educativa SEK, Harvard, p. 1-20
obtenido de [http://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20\(SEK\).pdf](http://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20(SEK).pdf)
- Pulido Rull, R. E. (abril de 2011). *Revista Electronica de psicología Iztacala, Uso problematico de las nuevas tecnologias de la informacion en estudiantes universitarios*, vol. 3. Obtenido de redalyc.org: <http://www.redalyc.org>
- Ramirez, L. ((1996)). En L. O. Ramirez, *Caracteristicas del uso de internet en Jovenes del Grado 10 de una institución de Alcalá Valle* (pág. 50). Armenia-Quindio.
- Sabino, D. c. (1983). EL GRUPO DE PARES Y EL DESARROLLO PSICOSOCIAL DEL ADOLESCENTE. *Universidad del País Vasco*, 1.
- Santana. (2012). Adiccion a internet una adiccion de comportamiento. Ciudad de Mexico, distrito federal, Mexico. Obtenido de file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/118-363-1-PB.pdf
- Santander, B. y. (2012). Abuso y dependencia de internet la epidemia y su controversia. *Revista chilena de neuropsiquiatria*, 5.
- Satir, V. (1988). *Relaciones Humanas en el Nucleo Familiar*. Mexico: Editorial Pax Mexico.
- Scharfetter, C. (1988). *Introduccion a psicopatologia general*. Madrid: Morata.
- Tabera, M. V. (1994). *Intervención con familias y atención a menores*. España: Editex, S.A.
- Velázquez. (2001). *curso elemental de psicología*. Mexico: Printed.
- Vidal, A. M. (2007). Relacion entre autovaloracion de ocnsumo de internet y puntuacion de adiccion a internet en una muestra universitaria. Malaga, España.
- Xabier Carbonell, H. F. (2012). *papelesdelpsicologo.es*. Obtenido de <http://www.colp.es/papeles>

Young, K. (1996). Adicción a Internet: conceptualización y Propuesta de Intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 25.