

EFFECTOS PSICOLÓGICOS DEL ABUSO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TIC) EN ADOLESCENTES DE UNA SECUNDARIA DEL MUNICIPIO DE SOLEDAD GRACIANO SÁNCHEZ EN SAN LUIS POTOSÍ

FLOR AZENETH BRIONES TORRES
GABRIELA IRENE RODRÍGUEZ GÓMEZ
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SAN LUIS POTOSÍ

TEMÁTICA GENERAL: TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN
(TIC) EN EDUCACIÓN

RESUMEN

Las tecnologías de la información y comunicación (TIC) impactan en nuestra vida diaria y los cambios que hacen en ella son acelerados debido a su fácil acceso, en especial para los adolescentes, por lo cual es importante analizar la forma en la que ellos interactúan con las TIC. De manera que, el objetivo del presente estudio es explorar la influencia del internet con los adolescentes, el crecimiento que tiene el internet es cada vez mayor por lo que se ha convertido en una herramienta básica, especialmente para ellos al ser un medio de comunicación posible y de fácil acceso para los adolescentes. Dicho estudio pretende identificar como los adolescentes usan el internet, así como evidenciar los efectos que trae al hacer un mal del mismo enfocándose en aspectos psicológicos; exploratorio transversal mixto con enfoque dominante. Por lo tanto, es necesario comprender la relación entre los adolescentes y el internet con el objetivo de prevenir y tratar oportunamente posibles adicciones o patologías.

Palabras clave: conducta, adolescentes, internet, usuarios, tecnologías de la información y comunicación (TIC)

Introducción

La sociedad de la información se caracteriza por el impacto que la era digital tiene sobre la comunicación y el conocimiento, lo que hace que el uso de la ciencia y la tecnología en desarrollo, sea determinante. La socialización es una necesidad que tenemos como seres humanos, por tal motivo se han desarrollado distintos medios para llevarla a cabo, entre los que se encuentran el uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), las cuales constituyen un medio para interactuar, sin embargo, su uso requiere modelos educativos que permitan su uso con cierto equilibrio, tanto en el plano académico-científico, laboral-productivo o el personal y social.

El uso del internet y las nuevas tecnologías ha crecido a tal grado que nos obliga a vivir apresuradamente, los cambios son tan grandes que nos mantienen en expectativa sobre el futuro, lo que provoca en el hombre ansiedad e inseguridad al estar llenos de momentos que van más rápido que nuestro juicio y habilidades, esto implica que esta forma de vida impacte e influya en nuestra salud ya sea física o mental. Indudablemente cuando se habla de este impacto en la salud física o mental nos referimos con más énfasis a aquellos grupos de población en los que estos niveles de ansiedad e inseguridad ligados a las nuevas tecnologías impactan de manera definitiva en su salud debido a su nivel de vulnerabilidad, como es el caso de los adolescentes. (Henaó, 2016)

Preguntas de investigación:

1. ¿El uso de las redes sociales en los adolescentes contiene elementos adictivos?
2. ¿Existe una relación entre el uso excesivo a internet y algunas conductas patológicas?
3. ¿Qué efectos tiene el uso excesivo de las redes sociales en la salud de los adolescentes?

Objetivos específicos:

- Obtener información sobre el tiempo que los adolescentes están conectados a internet.
- Identificar si existe relación entre el uso y abuso de internet y las habilidades sociales.
- Medir las habilidades sociales de los adolescentes y ver la relación que existe con el uso y abuso de internet

Desarrollo

Actualmente vivimos uno de los cambios más importantes en la tecnología, tanto en el presente como en la historia. Las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) han irrumpido a la actividad humana; cambio que nos afecta directamente en todo lo que hacemos, desde la manera de producir, en la forma en que consumimos, vivimos, morimos e inclusive en hacer el amor; la tecnología está a punto de sufrir un salto dimensional al llegar con el fin de las computadoras, ya que

la tecnología puede ser enviada, por medio de pequeños instrumentos manuales y esto traerá como resultado cambios en la organización del trabajo y la economía (Castell, 2000).

Bauman (2001) describe la globalización como una puerta a enigmas presentes y futuros y una ventana para unos a la felicidad mientras que para otros a la infelicidad; y les da definición a las palabras “comprensión tiempo/espacio” que enmarca la continua evolución multifacética de los estándares humanos.

Actualmente vivimos en una etapa de transformación en nuestra vida denominada: la era de la información; podemos verlo a la velocidad en que vamos al enviar información, elegimos usar el chat o el correo electrónico, usamos la computadora más que la pluma y el papel por ser rápido y menos cansado, además optamos por buscar en algún navegador en lugar de ir a una biblioteca. (Balderas, 2009).

Para Tello (2007), la Sociedad de la información, ocasiona cambios en nuestro mundo; dicha evolución es impulsada por los medios de comunicación útiles para crear y divulgar información por medio de las tecnologías digitales. La creciente información, las comunicaciones y los mecanismos de coordinación se están digitalizando en muchas partes de la sociedad, proceso que se convierte progresivamente en nuevas formas de organización social y productiva.

El surgimiento de las TIC ha desplazado a lo que tenemos como medios de comunicación; cada vez es mayor el número de usuarios que se unen a las TIC, dando como resultado: crecimiento en la población, una mejor calidad de vida en las sociedades occidentales, fácil acceso a las tecnologías y edad temprana para acceder a ellas; ha sido tan grande el impacto y el uso de ellas que empieza a generar problemas asociados por su consumo como es aislamiento y construcción de una realidad mediática diferente a la realidad sociocultural en la que viven, o la formación de un mundo de soledades conectadas. (Cabero Almenara, 2005).

En 1995 Iván Goldeberg (en Navarro-Mancilla & Rueda-Jaimes, 2007) planteó el término adicción al internet para referirse al uso compulsivo patológico de Internet. El crecimiento precipitado estimula a replantear los obstáculos que puede desarrollar su constante usanza. En la literatura científica, actualmente, la conducta de uso y abuso de la tecnología ha recibido diferentes nombres: adicciones comportamentales, sociadicciones, y adicciones no farmacológicas; Además, para referirse al empleo de manera disfuncional, se utilizan los conceptos de uso patológico, dependencia y uso excesivo entre otros. Ante esta falta de claridad en la terminología científica, se ha hecho difícil una revisión bibliográfica exacta. (Pérez, 2013)

Herrera, Pacheco, Palomar & Zavala (2010) refieren que no existe una definición concreta de lo que se pudiera considerar adicción a internet; se han encontrado síntomas particulares: preocupación, impulsividad incontrolable, tolerancia, síndrome de abstinencia, uso y esfuerzo excesivo invertido en internet y dificultad para tomar decisiones.

La American Psychiatric Association (A.P.A.) presenta, en la quinta edición del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5), la adicción a una aplicación a internet, como los videojuegos en línea, pero no tiene en cuenta la adicción a internet; también afirma que no agrega otras adicciones conductuales como adicción al sexo, adicción al ejercicio o adicción a las compras al no tener evidencia para establecer los criterios diagnósticos y las descripciones del curso de la enfermedad forzadas para determinar estas conductas como trastornos mentales. (Carbonell, 2014).

Echeburúa y De Corral (2010) citan a Young (1998), quien define ocho síntomas de riesgo que muestran dependencia a las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), y que pueden ser la señal de un apego en una adicción:

- Privarse de dormir (<5 horas) para estar conectado a la red.
- Descuidar otras actividades importantes, tales como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- Obtener quejas por el uso del internet por parte de familiares cercanos.
- Pensar en la red continuamente aun y cuando no se está conectado y molestarse cuando la conexión falla o es lenta.
- Pretender restringir el tiempo de conexión, pero sin alcanzarlo y olvidar el tiempo de uso.
- Falsear sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego.
- Alejarse socialmente, estar irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
- Sentirse emocionado y aceleración anómala cuando se está delante de la computadora.

Por otro lado Belçaguy, Cimas, y Cryan (2015) mencionan que el uso de las TIC trae desventajas en la salud, manifestándose una serie de trastornos físicos (citan a Álvarez, 2013) y problemas psicológicos (citan a TechHive, 2013) al utilizar el internet, celular y redes sociales de forma desmedida e impropia, presentando mayor influencia en los adolescentes y jóvenes.

- Trastornos físicos:
 - ✓ Lesiones por movimientos repetitivos al usar computadoras, tablets, smartphones y celulares.
 - ✓ Tensión muscular por durar más de 8 horas en la pantalla.
 - ✓ Sobrepeso u obesidad debido al uso excesivo de estar frente a la computadora o celulares por lo que propicia un estilo de vida estacionario.
 - ✓ Insomnio en los adolescentes se desarrolla por usar varias redes sociales disponibles.
- Problemas psicológicos, que requieren investigación
 - ✓ Llamada imaginaria: el usuario alguna vez imagina escuchar sonar o vibrar el celular sin que este lo hubiera hecho.

- ✓ Nomofobia: se deriva de las palabras “no”, “móvil” y “fobia” el usuario presenta angustia por no poder usar el celular, puede sentir una leve sensación de incomodidad o incluso un ataque grave de ansiedad.
- ✓ Depresión del Facebook: indica que los usuarios se deprimen al tener muchos o pocos contactos en la red; lo usual en la red social, es enaltecer a los amigos, publicar fotos o escribir un evento importante; los usuarios que frecuentan las redes sociales de otros contactos suelen ser usuarios deprimidos al comparar su vida con lo que ven de otros usuarios.
- ✓ Efecto Google: el cerebro se cierra a recordar información por la facilidad de acceder al internet en cualquier momento, el usuario no considera importante aprender de memoria ya que la accesibilidad al internet es instantánea.
- ✓ Síndrome del doble check: se relaciona con el Whatsapp, el usuario presenta
- ✓ ansiedad al darse cuenta que el destinatario recibió el mensaje y no contestó, pero ha estado conectado o está “en línea”. Se le nombra así porque en Whatsapp al enviar un mensaje se puede ver si el destinatario recibe el mensaje aparecen dos “ticks” o “vistos” enseñan que llegó el mensaje y la hora de conexión.

El uso de Internet se ha multiplicado en una década: en el año 2005, eran 1000 millones de usuarios, la cifra apreciada a fines de 2015 es de 3200 millones. China es el país con más usuarios de Internet, le sigue Estados Unidos, India, Japón y Brasil (World Bank, 2016).

En México casi el 60% de la población es usuaria de internet -lo que corresponde a 65 millones de habitantes-, del cual 34% son usuarios menores de 18 años y el 15% son menores de 13 años. En relación con la población usuaria de internet, el 79% menciona el uso de las redes sociales como principal actividad que se lleva a cabo en este recurso (Asociación Mexicana de Internet, 2016).

Existen centros de atención para el uso y abuso del internet en diferentes países a nivel mundial, con el objetivo de ofrecer tratamiento y aprender a usar las TIC de una manera adecuada.

Estados Unidos abrió el primer centro de adicción a internet en Pennsylvania; el tratamiento consiste; en someterse a una evaluación exhaustiva y una "desintoxicación digital" que prohíbe el uso de teléfono, tableta o Internet durante al menos 72 horas. Al término se asiste a sesiones de terapia y seminarios educativos. El objetivo del programa es que los pacientes aprendan a usar el internet de una forma saludable. El programa de intervención fue diseñado por la psicóloga Kimberly Young (ABC NEWS, 2003).

China, se trata la adicción a internet en centros de entrenamiento militar, es el primer país en clasificar como “trastorno clínico” el uso excesivo y la dependencia a internet. La rehabilitación consiste en mantener a los internos tras las rejas y custodiados por soldados. El tratamiento dura de tres a cuatro meses y son sometidos a entrenamiento físico militar. Existen 400 centros de

desintoxicación en Asia, para adolescentes de 13 a 18 años para la adicción a internet y en particular a los juegos en la red (UNOCERO, 2014).

Corea del Sur, ha crecido el uso del internet en los adolescentes, ya que es fácil llevar sus dispositivos tecnológicos a la escuela y la conexión a Wifi es accesible para ellos; razón por la cual ha ido en aumento el uso de internet en dicha población. Se han creado en el país campamentos de rehabilitación, en el primer día los internos entregan sus dispositivos móviles, en el lapso de tres meses se les ofrecen cursos para aprender a dominar el estrés y fomentan actividades saludables (CRONICA GLOBAL, 2016)

Cardozo et al., (2005) mencionan a la adolescencia, como un proceso que tiene grandes cambios a un nivel bio-psico-social y que comprende una etapa aproximadamente entre los 10 a los 20 años; citan la definición de Krauskopf (1995) como “Una etapa de desarrollo marcada por un proceso de cambios y transformaciones, que permite un enriquecimiento personal y progresivo en una delicada interacción con el medio social; su valoración tiene como referente no solo la biografía del individuo, sino también la historia y el presente de su sociedad.”

Clarok, Clames y Bean (1993) (citados en Quiles & Espada, 2011), señalan a la adolescencia como un proceso de maduración integral de la personalidad, y los acontecimientos que ocurran repercuten a futuro, es el proceso de llegar a la autonomía responsable, obtener la madurez tanto psicológica como social; se observa como una etapa crítica pues se construye la identidad, se salta de la dependencia a la independencia y en el tener confianza en uno mismo, es el inicio de los primeros trabajos o la independencia de la familia, se dan los cambios físicos definitivos, crece la presión social y la necesidad de integrarse en grupo.

El uso de las TIC, ha impactado en la vida familiar, por ejemplo, en la transferencia de valores e información pues no siempre coinciden y antes la transmisión de ellos solo les competía a los padres y se apoyaba en la escuela, lo que ha provocado que los padres tengan la necesidad de entrar y lograr obtener conocimiento de ellas, así como supervisar el tiempo en que sus hijos le brindan a las TIC (Ruiz & Barea, 2013)

El grupo más vulnerable para utilizar de forma inadecuada el internet, es el de los adolescentes, pues estos se encuentran en una etapa de inestabilidad emocional e inseguridad, que les vuelve proclives a experimentar seguridad al hacer uso de la web y de las redes sociales (Gomes-Franco-Silva y Sendín-Gutiérrez, 2014).

Mientras tanto, Caldera (2013) cita a Agustina y Ryan (2010), quienes publican del uso de Internet y de los teléfonos móviles, la mezcla de ambos con los smartphones, produce una rapidez sorprendente. La propagación de información y la comunicación entre personas se ha hecho veloz e induce la intercomunicación de las personas y una nueva dinámica de relaciones sociales. Por otra parte, Pérez (2010) describe la rapidez con la que se vive, la cual brinda a los adolescentes nuevos espacios y tal vez una dinámica social diferente.

Metodología

Se llevó a cabo un estudio exploratorio transversal mixto con enfoque dominante con adolescentes de 12 a 16 años del municipio de Soledad Graciano Sánchez, San Luis Potosí, con una población de 60 adolescentes, obteniendo una muestra por conveniencia de 31 adolescentes. Se estableció contacto con el director de la institución, quien autorizó el acceso a los adolescentes de primero a tercer grado de secundaria; después se solicitó el consentimiento informado a los padres de familia, entregándolos a la hora de entrada o salida de la institución y explicando el objetivo del estudio y el carácter voluntario y confidencial de las respuestas por parte de sus hijos. A partir de la aplicación de los instrumentos denominados: cuestionario del uso de internet, desarrollado en el grupo de investigación aprendizaje pensamiento y desarrollo y Evaluación de Habilidades Sociales para Adolescentes (EESHA) y un grupo de discusión se obtuvieron los siguientes resultados que se presentan a continuación.

Cuestionario del uso de internet: explora el medio más frecuente para conectarse a internet, la actividad más recurrente en este medio, el lugar y frecuencia de conexión a internet por parte de los adolescentes, lo que da como resultado que el medio más frecuente para conectarse en internet es el celular, le siguen la computadora y consola. En cuanto a la actividad más recurrente es el uso de las redes sociales. El lugar más frecuente de conexión es el hogar.

Respecto al uso el 54% se conecta q Internet más de 5 horas al día, el 25% se conecta de 3 a 4 horas al día y el 20% realiza una conexión de 1 a 2 horas por día.

Escala de Evaluación de Habilidades Sociales para Adolescentes (EESHA) se conforma por 6 factores: habilidades iniciales básicas, habilidades de planeación, habilidades sociales para el manejo de los sentimientos, habilidades sociales de comunicación, habilidades alternativas a la agresión y habilidades de afrontamiento al estrés. El modo de calificación es mediante percentiles, por debajo del percentil 50, en cada uno de los factores, indica que el sujeto posee habilidades sociales bajas. En cada uno de los factores se encontró al menos un 75% de adolescentes que poseían bajos niveles de habilidades sociales. A partir de lo anterior encontraron 31 adolescentes con deficiencia en las habilidades sociales.

Grupo de discusión: con los adolescentes, que integraron la muestra y la información que proporcionaron sobre las actividades que realizan con mayor frecuencia en son: el uso redes sociales, escuchar música, juegos en línea, realizar investigación, conocer nuevas cosas, ver películas y tutoriales. En cuanto a los beneficios que reportaron a partir del uso de internet, estos fueron: hacer tarea, así como hablar con parientes lejanos y conocer nuevas personas; por otro lado, los obstáculos y/o problemas que perciben en el uso de internet son: la inseguridad, las fotos inadecuadas, ver

pornografía. Finalmente, en cuanto al tiempo límite para usar el internet, algunos comentan que no tienen y lo usan todo el tiempo, otros lo tienen limitado entre 3 a 4 horas por día, otros no tienen internet en casa por lo que van a un cyber y duran 4 horas; el medio más usado es el celular y computadora.

Conclusiones

Los usos inconvenientes de las TIC influyen en las habilidades sociales de los adolescentes aun cuando el uso del internet no ha afectado la vida diaria de los adolescentes, sin embargo, si afecta las habilidades sociales.

La presente investigación tiene implicaciones importantes para instituciones y padres de familia en cuanto a un mejor juicio y abordaje de las nuevas condiciones de comportamiento en las habilidades sociales debido a la evolución de las TIC; razón por la cual se recomienda que las instituciones creen espacios tales como programas de prevención, talleres, grupos de discusión, etc. con el objetivo de concientizar a los adolescentes para usar de una forma adecuada el internet.

Referencias

Asociación Mexicana de Internet (2016). 12º Estudio sobre los Hábitos de los Usuarios de Internet en México 2016 Disponible en https://www.amipci.org.mx/images/Estudio_Habitosdel_Usuario_2016.pdf

Consultado el 27 de agosto de 2016.

Balderas, R. (2009). Sociedad de la información o sociedad del conocimiento. *El Cotidiano*, 24(158), 75–80.

Bauman, Z. (2001). *La globalización: consecuencias humanas*. México: Fondo de Cultura Económica.

Belçaguy, M. N., Cimas, M., & Cryan, G. (s/f). USOS Y ABUSOS DE LAS TICS EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS Y UNIVERSITARIOS. En VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología (p. 46). Recuperado a partir de http://www.psi.uba.ar/investigaciones/eventos_cientificos/vii_congreso_memorias/15_est_int_erdisciplinarios.pdf#page=46

Cabero Almenara, J. (2005). ¿Pero sigue existiendo la televisión en un universo global de comunicación? Recuperado a partir de <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/1242>

Carbonell, X. (2014). La adicción a los videojuegos en el DSM-5. *adicciones*, 26(2), 91–95.

- Cardozo, G., Dubini, P., Duarte, M. E., Solís, M., Vaudagna, E., Crabay, M. I., ... Barrón, M. (2005). *Adolescencia Promoción de salud y resiliencia* (1a ed.). Argentina: Editorial Brujas Psicología.
- Castell, M. (2000). Globalización, sociedad y política en la era de la información. *Bitácora urbano-territorial*, (4), 42–53.
- China: Centros de rehabilitación para adictos a Internet. (Enero 27, 2014). UNOCERO. Recuperado de <https://www.unocero.com/2014/01/27/china-centros-de-rehabilitacion-para-adictos-a-internet/>
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías ya las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91–96.
- Gomes-Franco-Silva, F., & Sendín-Gutiérrez, J. C. (2014). Internet as a Haven and Social Shield. Problematic Uses of the Network by Young Spaniards. *Comunicar*, 22(43), 45–53. <https://doi.org/10.3916/C43-2014-04>
- Henao, P. C. (2016). *Intervención Socioeducativa e Internet*. S.A. de C.V. México: Alfaomega Grupo Editor.
- Hospital First in US to Treat Internet Addiction. (Septiembre 4, 2013). ABC. Recuperado de <http://abcnews.go.com/Health/hospital-opens-internet-addiction-treatment-program/story?id=20146923>
- Navarro-Mancilla, Á. A., & Rueda-Jaimes, G. E. (2007). Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 36(4), 691–700.
- Pérez, de A. G. G. (2013, junio). *Uso y abuso de tecnologías en adolescentes y su relación con algunas variables de personalidad, estilos de crianza, consumo de alcohol y autopercepción como estudiante*. Universidad de Burgos Facultad de Humanidades y Educación Departamento de Ciencias de la Educación, Burgos, España.
- Primer campamento de rehabilitación para adolescentes adictos a internet. (Enero 25, 2016). CRONICA GLOBAL. Recuperado de: http://cronicaglobal.lespanol.com/vida/primer-campamento-de-rehabilitacion-para-adolescentes-adictos-a-internet_31970_102.html
- Quiles, J. M., & Espada, J. P. (2011). *Educación en la autoestima* (1º). Buenos Aires: San Pablo.



- Ruiz, M. J. G., & Barea, R. F. S. (2013). La familia occidental en el siglo XXI: una perspectiva comparada/Western Family in the XXIst Century: a Comparative Perspective. *Estudios sobre Educación*, 25, 31.
- Tello, E. (2007). Las tecnologías de la información y comunicaciones (TIC) y la brecha digital: su impacto en la sociedad de México. *RUSC. Universities and Knowledge Society Journal*, 4(2), 5.
- World Bank. (2016). *World Development Report 2016: Digital Dividends*. The World Bank. Recuperado a partir de <http://elibrary.worldbank.org/doi/book/10.1596/978-1-4648-0671-1>