

**RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE  
12 Y 18 AÑOS DEL BARRIO SABANAS DEL VALLE DEL MUNICIPIO DE  
VALLEDUPAR, CESAR.**

**ANA MILENA MESTRE UHIA**

**YURLEIDYS MONTERO LOPEZ**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES**

**PROGRAMA DE PSICOLOGIA**

**VALLEDUPAR-CESAR**

**2019**

**RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE  
12 Y 18 AÑOS DEL BARRIO SABANAS DEL VALLE DEL MUNICIPIO DE  
VALLEDUPAR, CESAR.**

**ANA MILENA MESTRE UHIA**

**YURLEIDYS MONTERO LOPEZ**

**DOC. DORIS COLINA**

**ASESOR TEMATICO: GUILLERMO PULIDO**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES**

**PROGRAMA DE PSICOLOGIA**

**VALLEDUPAR-CESAR**

**2019**

**Página De Aceptación**

**Nota de Aceptación.**

---

---

---

---

**Presidente del Jurado**

---

**Jurado**

---

**Jurado**

**Valledupar, \_\_\_\_\_**

**Dedicatoria.**

Quiero ofrecer no solo este trabajo sino el empeño y dedicación de mis estudios y las ganas de quererme superar, primeramente, a los miembros de mi familia en especial a mis hijos Joennys Kattiana, Johan Steven y Daniel Andrés, que han sido el motor del día a día para superarme profesionalmente y poder brindarles un mejor futuro con calidad de vida, obtener la satisfacción de haber logrado una etapa más de mi vida como es la obtención de mi título profesional como psicóloga de la primera promoción de la Universidad Popular del Cesar.

La motivación y las ganas con las que me identifique de querer siempre desempeñarme excelentemente me impulsaron a culminar exitosamente este logro más de los muchos que aún me quedan por vivir.

YURLEIDYS ISABEL MONTERO LOPEZ

Quiero ofrecer no solo este trabajo sino el empeño y dedicación de mis estudios y las ganas de quererme superar, primeramente, a los miembros de mi familia en especial a mi madre Mayra Uhia quien ha estado apoyándome en el proceso para poder cumplir mis metas como profesional de psicología y a mi novio Agustín Vargas quien ha creído en mí y en mis capacidades para desempeñarme en mi labor como psicóloga.

ANA MILENA MESTRE UHIA

### **Agradecimientos.**

Primeramente, los agradecimientos son para el Creador por permitirnos la realización de este proceso porque sin el nada hubiera sido posible; a nuestros padres por el apoyo brindado a lo largo de este proyecto por el impulso, esfuerzo y dedicación que nos ayudaron a lograr la finalización del mismo.

A cada una de los docentes que integran el grupo de trabajo de las asesorías temáticas y metodológicas de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales programa de psicología en especial a la Licenciada Doris Colina y Licenciado Guillermo Pulido que con paciencia y buena disposición nos acompañaron en todo el proceso académico y realización del proyecto de grado.

Por ultimo agradecer al cuerpo de docentes del Programa de Psicología de la Universidad Popular del Cesar por el apoyo, enseñanzas y disposición con la que siempre iba acompañadas cada una de las jornadas junto a ellos y a cada una de las personas que conforman el grupo UPECISTA.

### **Resumen.**

La presente indagación constituye una guía básica para elaborar un aporte descriptivo con respecto al riesgo de adicción a las redes sociales en los adolescentes. Se pretende ofrecer información sobre los niveles de riesgo a los que la población de los jóvenes adolescentes pueden estar expuestos en el uso a la redes sociales debido a que se ha convertido en problema social al cual el joven aún no tiene la suficiente responsabilidad y madurez de controlar sin el debido acompañamiento de los padres.

Por lo tanto se hace indispensable reconocer la vinculación de escuelas para padres en la psicoeducación y orientación sobre el control parenteral en los aparatos electrónicos, restringiendo así el contenido que visualizan los menores, al igual que al docente que labora con jóvenes adolescente para trabajar de manera integral en la educación sobre el tema y poder detectar a tiempo los síntomas que pueden presentarse en esta etapa del ciclo vital por la inmadurez que aún pueden presentar, debido que los adolescentes por lo general actúan de manera emocional dado que las funciones de los lóbulos frontales no se encuentran completamente desarrolladas como el control de los impulsos, el pensamiento lógico, la resolución de problemas y por ende no existe la suficiente dimensión de los riesgos de las redes sociales.

La guía se estructura y organiza en la pregunta problema por medio de los objetivos específicos dar respuesta al objetivo general teniendo en cuenta los antecedentes de autores que realizaron dicha investigaciones afianzándonos por medio del marco histórico, marco conceptual, marco contextual, sistema de variables, operacionalización de variables partiendo que es una investigación cuantitativa, marco metodológico entre otros. Por lo anterior se puede denotar que se ofrece un fundamento teórico y básico y se sugieren actividades de aplicación.

Palabras claves: adicción, redes sociales, adolescentes, psicoeducación, ciclo vital, emociones, control.

**Abstract.**

The present investigation constitutes a basic guide to elaborate a descriptive contribution with respect to the risk of addiction to social networks in adolescents. It is intended to provide information on the risk levels to which the population of young adolescents may be exposed to social networks because it has become a social problem to which the young person does not yet have sufficient responsibility and maturity control without the proper accompaniment of parents.

Therefore it is essential to recognize the links of schools for parents in psychoeducation and guidance on parenteral control in electronic devices, thus restricting the content visualized by minors, as well as the teacher who works with young adolescents to work in an integral in the education on the subject and to be able to detect in time the symptoms that can appear in this stage of the vital cycle for the immaturity that they can still present, due that the adolescents usually act of emotional way since the functions of the frontal lobes they are not fully developed, such as control of impulses, logical thinking, problem solving and, therefore, there is not enough dimension of the risks of social networks.

The guide is structured and organized into the problem question by means of the specific objectives to respond to the general objective taking into account the background of authors who carried out this research, strengthening us through the historical framework, conceptual framework, contextual framework, system of variables, operationalization of variables starting from a quantitative research, methodological framework among others.

Therefore, it can be noted that a theoretical and basic foundation is offered and application activities are suggested.

Keywords: addiction, social networks, adolescents, psychoeducation, life cycle, emotions, control.

**Tabla de Contenido.**

Introducción.....	11
1. Planteamiento del problema .....	12
2. Objetivos.....	14
2.1. Objetivo general .....	14
2.2. Objetivos específicos.....	14
3. Justificación.....	14
4. Delimitación .....	15
5. Marco teórico.....	16
5.1. Antecedentes. ....	16
5.2. Bases teóricas .....	24
6. Sistema de variables .....	31
7. Marco metodológico.....	32
7.1. Tipo de investigación .....	32
7.2. Diseño de investigación .....	33
7.3. Población y muestra .....	33

7.4. Técnicas de recolección de datos .....	34
8. Resultados de la investigación.....	35
8.1. Análisis en función a las características de la población .....	35
9. Discusión .....	45
10. Conclusiones .....	46
11. Recomendaciones .....	48
Referencias .....	50

**LISTA DE TABLAS.**

Tabla 1 Operacionalización de variable .....	32
Tabla 2 Características sociodemográficas de los participantes.....	35
Tabla 3 Estadísticos descriptivos Cuestionario frecuencia de uso de las redes sociales.....	36
Tabla 4 Estadísticos descriptivos/ Puntuaciones del ARS.....	37
Tabla 5 Media según la edad del adolescente en el ARS .....	37
Tabla 6 Estadísticos descriptivos factor 1 del Test de Adicción al Internet.....	38
Tabla 7 Media según la edad del adolescente en el factor 1.....	39
Tabla 8 Estadísticos descriptivos factor 2 del Test de Adicción al Internet.....	39
Tabla 9 . Media según la edad del adolescente en el factor 2.....	40
Tabla 10 Estadísticos descriptivos factor 3 del Test de Adicción al Internet.....	40
Tabla 11 Media según la edad del adolescente en el factor 3.....	41
Tabla 12 Intensidad del Factor 1: Obsesión por las redes sociales .....	41
Tabla 13 Intensidad del Factor 2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales .	43
Tabla 14 Intensidad del Factor 3: Uso excesivo de las redes sociales .....	44

## Introducción

El presente proyecto se redacta con carácter de Trabajo Profesional de Fin de Carrera, para la obtención por parte de quienes los suscriben del título de Psicología, y según el deseo de Promover un “Proyecto de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales en Adolescentes entre 12 y 18 Años del Barrio Sabanas Del Municipio De Valledupar, Cesar.”.

Partiendo que en la actualidad los riesgos de adicción a las redes sociales en los jóvenes adolescentes han generado un gran malestar y hace parte de una problemática palpable en la cual es el día a día, de cómo observar el aumento de esta población al permanecer dentro de ellas. Por lo que se entiende que esta etapa del ciclo vital de los adolescente no tiene totalmente desarrolladas las habilidades del lóbulo frontal el cual es encargado de controlar los impulsos, el pensamiento lógico, el lenguaje y la resolución de problemas. Por lo que se entiende que debido a lo anterior pierden con facilidad el auto control de poder utilizar las redes sociales con responsabilidad, lo cual no permite hacer el buen uso de ellas.

Por lo que la investigación presentada es no experimental de tipo descriptivo nos basamos en una documentación de autores como antecedentes y bases teóricas para afianzar la investigación a seguir para beneficiar posibles exploraciones que deseen profundizar sobre los riesgos de adicción a las redes sociales ya que podemos llamar adicción a partir de que afecte o altere los niveles de la conducta y cambie de manera radical el estilo de vida del ser humano.

**RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE  
12 Y 18 AÑOS DEL BARRIO SABANAS DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR,  
CESAR.**

**1. Planteamiento del problema**

En la actualidad la existencia de las redes sociales se considera como “una articulación entre diversas unidades que, a través de ciertas conexiones, intercambian elementos entre sí, fortaleciéndose recíprocamente, y que pueden multiplicarse en nuevas unidades” (Builes, 2014, pág. 85) es decir que, las redes sociales son el medio por el cual los diferentes internautas intercambian información favoreciéndose de manera bidireccional y que esta a su vez puede propagarse o eventualmente ampliarse.

Anteriormente el concepto de adicción solo se asociaba a la drogodependencia e incluso toxicomanía, sin embargo, también este término se refiere a toda conducta que afecta o altera de manera radical la calidad o el estilo de vida de una persona, por lo cual pueden ser categorizadas la adicción a sustancias tóxicas y las conductas adictivas como un trastorno adictivo. (Echeverría, 2013)

Por lo tanto, Griffiths ( 2005) refiere que dentro de la sintomatología existe un aspecto biopsicosocial de la adicción y consta de seis componentes principales que comprenden de un compromiso problemático aversivo en la conducta (saliencia, preocupación, modificación del estado de ánimo, tolerancia, abstinencia y conflicto).

En la actualidad, debido a los diversos estímulos visuales en el ambiente como consecuencia de la era digital, el ciclo vital del ser humano más vulnerable por el

impacto de la tecnología y el mal uso de ello, son los jóvenes adolescentes, dado que por lo general son emocionales por lo que se podría tomar como factor influyente las funciones del lóbulo frontal como el control de los impulsos, el pensamiento lógico, el lenguaje y la resolución de problemas no están completamente desarrolladas, por ende, están más expuestos a no hacer uso responsable y perder el control del tiempo de la tecnología y las redes sociales, por lo que algunos autores como Echeburúa & Corral, (2010, pag. 2) explican que “el atractivo de Internet para los jóvenes viene dado por la respuesta rápida, las recompensas inmediatas, la interactividad y las múltiples ventanas con diferentes actividades”. Cuando se dejan de lado las actividades diarias de la vida normal como los estudios, la familia, etc. se produce el aislamiento, ansiedad, falta de autoestima y eventualmente pierde la capacidad de controlar el tiempo y uso de la tecnología.

Por lo tanto, es considerado un riesgo de adicción que los adolescentes por el posible constante uso de las redes sociales se aislen de sus familiares o amigos y por ende las relaciones interpersonales con las personas cercanas se dejen en un segundo plano, además de lo dicho anteriormente, puede ocasionarse un descuido en las distintas actividades propias del ciclo vital como la escuela, deportes, juegos etc. tornándose así estilos de vida sedentarios y poca motivación para el estudio.

En la actualidad los posibles aislamientos, creación de una identidad virtual, imitación de personajes en redes, falta de interés por los estudios, altas frecuencias de conexión en las redes hacen considerar que cualquier tipo de adicción bien sea farmacológica o conductual (en este caso la segunda) afectan la salud mental y por consiguiente un estilo de vida adaptativo, debido a que las ocupaciones, intereses por diferentes temas o actividades y relaciones cotidianas pierden sentido.

¿Cuál es el nivel de riesgo de adicción a las redes sociales en adolescentes entre 12 y 18 años del barrio Sabanas del municipio de Valledupar, Cesar?

## **2. Objetivos**

### **2.1. Objetivo general**

Determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales en adolescentes de 12 a 18 años del barrio sabanas del valle del municipio de Valledupar.

### **2.2. Objetivos específicos**

- Especificar las frecuencias de uso de las redes sociales en adolescentes de 12 a 18 años del municipio de Valledupar, Cesar.
- Contrastar por edades el nivel riesgo de adicción a las redes sociales en adolescentes entre 12 y 18 años del municipio de Valledupar, Cesar.
- Categorizar por factores el nivel de riesgo de adicción a redes sociales en adolescentes de 12 a 18 años del barrio Sabanas del valle del municipio de Valledupar, Cesar.

## **3. Justificación**

La importancia de esta investigación radica en la posibilidad de una excesiva cantidad de tiempo dedicado a las redes sociales y la dependencia a las mismas por los adolescentes, donde las necesidades de socializar con las personas, establecer actividades cotidianas y académicas pasan a un segundo plano. Los crecientes casos de evasión de la realidad, de inmersión y dependencia al mundo digital, aislamiento social, sedentarismo, desinterés por temas diferentes y la sustitución de una vida real por una identidad virtual,

crearon la necesidad de indagar acerca del nivel de adicción a redes sociales en adolescentes.

La finalidad de este estudio es determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales en adolescentes de 12 a 18 años del barrio sabanas del valle del municipio de Valledupar. En ese orden de ideas, esta indagación aporta a la comunidad científica y a la sociedad en general, el conocimiento de los aspectos teóricos, los antecedentes y el análisis de datos relacionados a los riesgos de la adicción a redes sociales en adolescentes entre 12 y 18 años.

Se espera que los resultados de la investigación sirvan para determinar el nivel de adicción a redes sociales en adolescentes, así mismo, que pueda ser planteada como antecedente para otros investigadores y finalmente, dar respuestas al problema dado.

#### **4. Delimitación**

Esta investigación se enmarca dentro de la línea de la psicología en contextos sociales y culturales, abordando el tema del riesgo a adicciones a redes sociales en adolescentes entre los 12 y 18 años del barrio sabanas del valle del municipio de Valledupar-Cesar. Este estudio se llevó a cabo en un periodo de tiempo comprendido entre febrero de 2018 a marzo de 2019.

Para estructurar la presente indagación se tienen en cuenta las posturas y aportes de los siguientes autores como Enrique Echeburrúa (2010), Haeussler (2014) Schurging (2010) entre otros.

## **5. Marco teórico**

### **5.1. Antecedentes.**

Barbosa, Rodríguez, & Romero (2018) realizaron la investigación Rasgos de personalidad en seis adolescentes de dieciséis años adictos en la Universidad de Buenaventura Medellín, Facultad de Psicología. El objetivo de dicha investigación fue identificar los principales rasgos de personalidad presentes en seis adolescentes de dieciséis años adictos a Facebook de una institución educativa pública en la ciudad de Ibagué, se utilizó una metodología mixta de diseño exploratorio-descriptivo y de corte transversal, como instrumento utilizaron como filtro el Bergen Facebook AddictionScale, el inventario de personalidad de Eysenck (EPI) seguido, de una entrevista semi estructurada.

Según los resultados, los adolescentes desarrollan la facilidad para establecer nuevas relaciones interpersonales, ser alegres, descomplicados, participativos y con buen sentido del humor. Si bien es cierto, es posible considerar que la adicción a Facebook en los adolescentes ha generado conflictos o inconvenientes de carácter interpersonal en la estructura familiar y con sus pares debido a la escasa relación con los padres por el constante uso de redes sociales.

De acuerdo con los hallazgos obtenidos a partir de dicha investigación se puede afirmar que los jóvenes al estar expuestos largas jornadas a las redes sociales como Facebook dejan en un segundo plano las relaciones familiares, los cuales les impide establecer vínculos que dificultan la convivencia en el hogar.

Como diferencia en cuanto a la investigación de los autores Barbosa, Rodríguez, & Romero (2018) ellos se enfocan en los rasgos de personalidad de un grupo de jóvenes

seleccionados adictos solamente a Facebook, mientras que nuestra investigación se enfoca en el nivel de riesgo en adicción a las redes sociales de los adolescentes de edades medias de 12 a 18 años de edad. Dentro de las similitudes se puede mencionar la población que se obtuvo para la aplicación de instrumento esta implícitamente en los parámetros de la población en la presente indagación, seguido a esto, es una investigación de tipo exploratorio-descriptivo, mientras que la mencionada es meramente descriptiva.

Sus aportes son relevantes para la presente investigación debido a que se enfatiza en los rasgos de personalidad de los adolescentes adictos a las redes sociales, por lo tanto, dichas características facilitan deducir cuando están en riesgo de perder el control sobre las mismas, por otro lado, es un indicador importante para dar a conocer a las distintas comunidades que personalidades poseen más riesgo de adicción a redes sociales.

Perez (2016) en su trabajo titulado Metodología para establecer la percepción de beneficios o de desventajas académicas del uso de redes sociales en educación secundaria. El cual tiene como objetivo principal de la investigación diseñar una metodología que permite evaluar la percepción de los beneficios o desventajas académicas del uso de las redes sociales en educación secundaria, la cual consta de cuatro etapas en las cuales inicialmente se hizo una revisión sistemática de la literatura, seguido a esto se estableció un sistema de indicadores que facilitó la adaptación de un instrumento de recolección de información que pudo ser aplicado y del cual se obtuvieron datos que dieron la posibilidad de ajustar dicho instrumento y obtener conclusiones con los resultados de la aplicación del mismo.

La metodología propuesta fue apropiada para establecer la percepción que hay sobre los beneficios y desventajas académicas del uso de las redes sociales de internet en educación secundaria en la ciudad de Valledupar. En cuanto a los resultados obtenidos al aplicar el instrumento a los estudiantes de noveno, décimo y once grado de la institución educativa Joaquín Ochoa Maestre de la ciudad de Valledupar se puede destacar que, los estudiantes encuestados afirmaron que el uso más frecuente en las redes sociales y en internet era para la comunicación, seguido de las actividades académicas con una percepción de utilidad alta.

De igual manera, los estudiantes encuestados consideraron que el usar las redes sociales les permite mejorar la comunicación con los compañeros y profesores, y de igual manera aumentar las habilidades de aprendizaje al utilizar dichas redes para hacer tareas y complementar los temas vistos en clases. Por otro lado los estudiantes encuestados manifestaron que el riesgo de sufrir matoneo, burlas y suplantación de identidad en dichas redes es alto, del mismo modo consideraron que ante la posibilidad de ser objeto de amenazas e intimidación, el riesgo es medio y la posibilidad de sufrir acoso sexual fue considerada con riesgo muy bajo .

Continuando con lo anterior, en la pasada investigación los estudiantes a los cuales se les aplicó el instrumento manifiestan que las redes sociales son de gran uso para finalidades académicas y que existe mayor riesgo para el bienestar emocional de cada uno de ellos.

Una de las diferencias entre la investigación del autor (Pérez 2016) y la presente investigación es la metodología que se utiliza para analizar las ventajas y desventajas

que las redes sociales que ocasionan en el rendimiento académico puesto que la presente exploración es enfocada en la alteración de las redes sociales a nivel emocional, académico y familiar. Dentro de las similitudes están la utilización de un instrumento que permite medir y obtener datos estadísticos por lo que implica un enfoque cuantitativo.

Partiendo de allí sus aportes son significativos en la presente investigación puesto que, el autor presenta una exploración que permite conocer la percepción de los estudiantes en cuanto a los beneficios y perjuicios de una parte de la población en estudio, y al mismo tiempo considerar durante el ejercicio los riesgos que pueden hallar por el mal uso de las redes sociales.

Santana ( 2014) realizó la investigación: *estudio sobre la adicción juvenil a las redes sociales como problema social y propuesta de concienciación en el barrio la chala del cantón Guayaquil*, 2014 en la Universidad de Guayaquil, donde obtuvieron como resultado que los jóvenes prefieren pasar más tiempo en las redes sociales como facebook con uso del 53,8% que realizando cualquier otro labor, la segunda red con mayor número de visitas es Instagram con el 36,7%. Por otro lado el 45,6% de los jóvenes manifiestan que las dos principales causas de estar expuestos extensas horas en las redes es por la gran cantidad del tiempo de ocio y la falta de control de los padres, dado que, estos no supervisan los contenidos vistos ni administran de manera responsable el tiempo prudente en el que los hijos pueden permanecer conectados.

Con base en lo anterior, la falta de supervisión por parte de los padres de familia es el mayor detonante de la adicción a las redes, dado que no se establecen pautas, ni se educa sobre el correcto uso y el tiempo limitante de las mismas. Por otro lado, la ausencia de

actividades extracurriculares mantiene al adolescente desocupado, lo que conlleva a estar en línea como el único medio de diversión, recreación o entretenimiento. La diferencia entre la investigación del autor Santana (2014) y la presente indagación, radica en la población, puesto que la primera toma todos los ciclos vitales del ser humano y nuestra investigación se limita a la adolescencia comprendida entre los 12 y 18 años de edad. Dentro de las similitudes encontramos que al igual que en el presente proyecto, es una investigación con enfoque cuantitativo y estudia el uso frecuente de las redes sociales.

Dicha indagación ofrece suficientes aportes sobre los factores que pueden llegar a causar una adicción a las redes sociales partiendo desde la perspectiva de que los adolescentes no tienen normas o pautas establecidas sobre sus funciones y deberes a cumplir y han sido probablemente permisivos en el tiempo de uso de aparatos electrónicos, por lo tanto se requiere psicoeducar sobre los riesgos expuestos en las redes sociales.

Ballesta (2014) realizó la investigación *Internet, redes sociales y adolescencia: un estudio en centros de educación secundaria de la región de Murcia universidad de Almería*. Por medio de este artículo se expone la influencia de las redes sociales en las relaciones interpersonales entre los jóvenes con sus pares a través de los medios virtuales; al mismo tiempo, conocer el control ejercido por las familias sobre el uso de las redes sociales en la vida diaria de los adolescente de algunos centros de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. El objetivo principal de la investigación realizada por Ballesta a través de una metodología cuantitativa, utilizando para este propósito un cuestionario de 67 ítems en la escala Likert, distribuidos en 11 dimensiones. Debido a la amplitud de la investigación, en este estudio sólo se presentan los

resultados obtenidos en relación con la dimensión "Tu tiempo libre", centrándose en el uso de las TIC, como medio de ocio.

Según el análisis de los resultados obtenidos se denota que la mayoría considera que Internet es un lugar seguro y que nunca han sido acosados a través de las redes sociales, sin embargo, al mismo tiempo no optan por medidas de seguridad al "subir" sus fotos, contactar con desconocidos o han tenido una cita con personas que no conocen.

Así pues, los jóvenes no ven un uso inadecuado de las redes sociales y piensan que la influencia en sus vidas no les perjudica. A partir de los hallazgos obtenidos los adolescentes tienen poca conciencia del uso de la información que se maneja en las redes sociales minimizando los riesgos que estos puedan acarrear.

Dentro de las diferencias de la investigación previa el autor (Ballesta, 2014) se basa en la influencia del internet en los jóvenes y el control que ejercen los padres sobre ello, por otro lado, la presente se basa en el nivel de adicción de los adolescente a las redes sociales, donde se tiene en cuenta si los padres perciben el uso excesivo, pero no se establece que tipo de normas o reglas existen en el hogar, y entre las similitudes se encuentran como metodología la cuantitativa por medio de encuestas o test lo cuales permitan observar en los jóvenes la permanencia de la utilización de las TIC y RS entre otras.

Dicha indagación da a conocer la relevancia del control parental frente al uso de las redes sociales y las precauciones que se deben tener en cuenta durante las mismas, la distribución de tiempo prudente para que puedan priorizar adecuadamente las actividades

con las personas que hacen parte de su vida dando y así establecer un estilo de vida más adaptativo.

Rodriguez & Fernandez (2014) realizaron la investigación *Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos*. El objetivo de dicha investigación es determinar si hay diferencias entre grupos de adolescentes de grado 7° de la ciudad de Bogotá, con diferentes tiempos de uso de las redes sociales en problemáticas de tipo internalizante, externalizante, la soledad percibida, el funcionamiento familiar y el sexo. El estudio con diseño ex post facto valoró el efecto del tiempo de uso de redes sociales a tres niveles (bajo, medio y alto) a través de un cuestionario socio demográfico diseñado para tal fin: el LSRQ, el FACES III, CDI y el YSR. Participaron 96 estudiantes con un rango de edades entre los 11 y 15 años. Se encontró que entre los participantes con un elevado tiempo de uso de las redes sociales, eran mayores los problemas de tipo externalizante (conducta agresiva, ruptura de reglas y problemas de atención). Se discute la necesidad de que en futuras investigaciones se enfaticen los factores positivos que para el desarrollo de los adolescentes puede tener el uso de las redes sociales a través de Internet.

En dicha indagación encontraron también que el acceso a las redes sociales de los adolescentes principalmente se daba desde sus hogares, lo que resulta similar con otras investigaciones donde también el mayor porcentaje de adolescentes se conecta desde su casa, siendo el hogar, el lugar donde se conectan por más tiempo.

Una de las variables de análisis en este estudio fue el sexo. Donde las chicas son más activas en el uso de estas herramientas. Según este artículo otros estudios han

encontrado diferencias en cuanto al tipo de uso, ya que los adolescentes varones usan el Internet para comunicarse, y además a diferencia las mujeres, ellos lo emplean para juegos duros, lo que establece una relación diferente usuario-ordenador. En cualquier caso, no se encontró en este estudio una interacción entre el sexo y el tiempo de uso de las redes sociales, y sólo algunas diferencias globales en función del sexo de los participantes. Los adolescentes participantes en este estudio presentan más problemas de conducta externalizada (escala de problemas de conducta del YSR) que las niñas, mientras que estas últimas muestran más problemas somáticos (quejas somáticas) y de tipo internalizante (escala internalizante de banda ancha) en relación con los niños, lo cual ha sido ampliamente validado.

Frente a la investigación anterior se encuentran diferencias dado que, analizaron conductas internalizantes y externalizantes en los jóvenes adolescentes, por otro lado, el autor se enfocó en adolescentes de 11 a 15 años a diferencia del rango de edad que se maneja en esta investigación. En cuanto a las similitudes la presente indagación analiza las características sociodemográficas, como el sexo, los cuales también están presentes en el estudio anterior.

La mencionada investigación sirve como aporte en cuanto al análisis por sexos y las características de los mismos, es decir, describe y explica los motivos por los cuales niños o niñas están inmersos en las redes sociales y cuáles son sus principales intereses.

## 5.2. Bases teóricas

Echeburúa (2018, pág. 1) define la adicción como “una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses”.

Según Echeburúa & de Corral (2010, pág. 2) desde un punto de vista conductual “Lo que caracteriza a una adicción es la pérdida de control, y la dependencia”. Todas las conductas adictivas en un inicio se mantienen por reforzadores positivos, es decir, placer que genera la conducta adictiva, y al final son controladas por reforzadores negativos, como el alivio de la tensión o malestar emocional producido por el aburrimiento, soledad o ansiedad. Es decir, al conectarse en las redes sociales no lo hace por la utilidad o el placer de la conducta, sino para aliviar malestares o evadir la soledad, por lo tanto causa una dependencia.

Por otro lado, la adicción a internet o a redes sociales puede ser una consecuencia de otras adicciones u otros trastornos mentales como la depresión que pueden desencadenar este tipo de conductas desadaptativas. Lo característico de la adicción a Internet es que debido a lo anterior puede abarcar gran parte del tiempo y tener una función central en la vida del adolescente, debido a que utiliza la pantalla del ordenador para “escapar de la vida real y mejorar su estado de ánimo”. Esto demuestra en sí una vulnerabilidad psicológica previa, y como consecuencia del abuso de las redes sociales se puede provocar una pérdida de habilidades sociales o relaciones interpersonales, como la empatía, comunicación asertiva, contacto visual, lectura y expresión del lenguaje, dado que las anteriores se desarrollan en la vida real a través del intercambio social frecuente, por ende puede

desembocar el “analfabetismo relacional” y facilitar la construcción de relaciones sociales ficticias. (Echeburúa & Renquesens, 2012)

Por otro lado, incluso las conductas normalmente vistas como saludables se pueden provocar una adicción dependiendo del uso en función de la intensidad, de la frecuencia o de la cantidad de dinero o de tiempo invertida. Es decir, una adicción conductual es todo acto repetitivo que en un inicio produce una sensación de placer y luego produce alivio ante malestares de tipo psicológico ocasionando eventualmente una pérdida de control y una interferencia grave en su vida cotidiana, a nivel familiar, laboral o social. (Enrique, de Corral, & Amor, 2005)

*Asimismo existe el riesgo de crearse una identidad ficticia, potenciada por un factor de engaño, autoengaño o fantasía... se facilita la confusión entre lo íntimo, lo privado y lo público... y se fomentan conductas histriónicas y narcisistas, cuando no claramente deformadoras de la realidad (Echeburúa & Renquesens, 2012).*

Por ende lo anterior, puede ocasionar mal uso de la información en las redes sociales dado que no se limita la publicación de datos personales a las personas cercanas, sí que, existe una idea errónea que todos los agregados en la red son “amigos” ocasionalmente se adoptan conductas exhibicionistas para crear una identidad en las redes ajenas a las que en realidad los sujetos poseen.

Por otro lado, algunos de los efectos negativos de la adicción a redes sociales tienen que ver con la degeneración del lenguaje mostrando un desinterés sobre el uso correcto de la gramática al momento escribir o comunicarse, esto se presenta por la naturaleza en sí de las redes sociales, como medio rápido e instantáneo de comunicación, por lo tanto, ha

generado un lenguaje propio donde son tomados como elementos de interacción el spanglish ( usar palabras del inglés y el español), la abreviación de palabras, el uso casi nulo de las puntuaciones, y además la expresión de emociones a través de emoticones . (Sandoval, Enciso, & Mendoza, 2015)

Los adolescentes se encuentran expuestos a diversos riesgos en las redes sociales, como lo son el ciberacoso, el “sexting” síntomas depresivos, carencia de conciencia de la privacidad donde ocurre “la huella digital” e incluso están expuestos a la manipulación mediática a través de los anuncios constantes para influir en el pensamiento sobre las compras. (Schurging, 2010)

Pardo (2016, pág. 20) sostiene que los efectos reforzadores de las redes sociales virtuales tienen como características el anonimato, sentirse incluido en un grupo, la construcción de una identidad, la posibilidad de evitar el impacto que podría generar un rechazo y la comunicación es más fácil y sencilla a través de una pantalla, por medio de textos que “cara a cara”.

Actualmente, las diversas demandas del sistema capitalista en cuanto a la adquisición de objetos, bienes, e incluso con la demanda en el mundo de las redes, las relaciones han conllevado a través de “tendencias” implícitas impuestas por el sistema a conductas repetitivas en el diario vivir vistas como una forma de adicción. (Gómez, 2010, págs. 2,16)

Por otro lado, desde el punto de vista de la psicología conductual “las conductas adictivas tienen lugar cuando la exposición inicial a los estímulos reforzadores, son seguidas por una escalada progresiva en la conducta que los produce”, las conductas se presentaran por ende más constantemente debido a que estos estímulos tienen un efecto

reforzante más potente que otros estímulos en el ambiente del sujeto, en lo anterior, influye los distintos estímulos ambientales con reforzadores similares y pocas alternativas e reforzadores distintos que se han obtenido a través del aprendizaje. (Rosenthal, 2015, p. 7)

Así mismo, desde el enfoque humanista “al restringirse la dimensión espiritual debido a la actualización que se la ha dado a dichos recursos las personas se encuentran en un estado de vulnerabilidad para el desarrollo de problemas de adicción” (Vázquez, 2008)

### **5.2.1. Marco Histórico.**

Según (Diaz, 2017, pág. 3) el origen de las redes sociales comienza en 1995, cuando Randy Conrads crea el sitio web classmates.com. Con esta red social pretendieron que la gente pudiera recuperar o mantener el contacto con antiguos compañeros de colegios, institutos o universidades. En 1997 surgió sixdegrees.com, que permitió a los usuarios crear perfiles, lista de amigos y enviar mensajes.

Más tarde en el 2002, aparecen sitios web promocionando las redes de círculos de amigos en línea. Una de las primeras redes sociales fue Friendster, creada para ayudar a encontrar antiguas amistades, y desde su comienzo hasta la difusión oficial del sitio, en mayo del 2003, había crecido a la cantidad de 300 mil usuarios.

En el 2003 aparecieron Friendster, Ecademy, Soflow, Tribe.net, MySpace, y LinkedIn, entre otros, existían más de 200 sitios de redes sociales en ese año. La popularidad de estos sitios creció rápidamente. Una de las redes más populares en la actualidad es Facebook, fue creado en el 2004 originalmente para apoyar a las redes

universitarias. Posteriormente se ha ampliado para incluir a los estudiantes de secundaria, profesionales, y finalmente todos los usuarios potenciales de Internet.

Facebook fue fundado en 2004 como una red social sólo para estudiantes de Harvard, pero a mediados del 2005 fue adoptado por alrededor de otras 2 000 universidades y colegios tan sólo en Estados Unidos. A lo largo de este último año, 22,000 organizaciones comerciales se unieron a esta red y a finales de él, dos tercios de usuarios se conectaban a diario y estaban en el sitio un promedio de 20 minutos (Zywica, 2010, pág. 9)

Según Haeussler (2014) desde que la expresión “adicción a Internet” aparece por primera vez en un estudio del New York Times en 1995, activa la señal de alerta acerca del fenómeno de la era virtual y las redes sociales. Los estudios demostraron que los adolescentes con baja autoestima falta de apoyo familiar y dificultades en la expresión de sentimientos personales y opiniones abusan del uso de internet son adolescentes.

### **5.2.2. Marco conceptual**

Según la Organización Mundial de la Salud OMS citado por (Haeussler, 2014, pág. 13) “la adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación”. La adicción es una enfermedad que altera la salud mental, provocando falta de control, distorsiones del pensamiento o percepción de la realidad, los síntomas operan desde factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales.

Para Margain (2002) citado por (Haeussler, 2014) la adicción es un proceso que pasa por la experimentación y la habituación, se puede hacer prevención de todas las fases

del proceso adictivo: experimentación, uso, abuso y adicción. No sólo para evitar la adicción sino porque aun el uso experimental pone en riesgo el desarrollo normal, ya que impide la adquisición de nuevas habilidades sociales, afectivas e intelectuales.

Según Echeburua, Labrador, & Becoña (2009) las nuevas tecnologías de la información (TIC) han revolucionado la vida de los adultos, pero de manera notoria ha sido muy significativa en la adolescencia ya que actualmente los menores han nacido en la llamada “era digital” donde las páginas o sitios web, blogs, redes sociales, videos en plataformas digitales etc, han tomado gran empoderamiento en la conducta de los adolescentes, lo cual ha generado una preocupación por la salud mental de los mismos, debido a que estos usan mayores jornadas de tiempo dentro de la pantalla de un ordenador o teléfonos móviles que en compartir tiempo en familia y con los amigos propio de su ciclo vital, causando desinterés hacia jugar o realizar actividades con otros chicos de su edad de manera presencial, en algunos casos evadiendo la realidad creando una identidad virtual o aliviando malestares emocionales, afectando mayormente las relaciones interpersonales ya que estas se adquieren a través de la interacción frente a frente con sus pares, haciendo posiblemente de ellos personas asociales y tímidas.

Para Prato (2010) la definición de las redes sociales se concibe como “Espacios de intercambio de información, generación de relaciones e interacción entre distintas personas”. Bajo este concepto, las redes sociales permiten crear nuevas amistades sin importar la distancia utilizando como criterio que el usuario puede decidir a quién involucrar dentro de su base de datos y a quien no, por lo que sería perfecto mencionar que las redes sociales, acercan a los que están lejos y alejan a los que están cerca, por lo que algunas de las redes sociales permiten realizar este nuevo círculo de amistades

son MySpace, Facebook, LinkedIn, instagram, whatsapp entre otras muchas, por lo tanto, cada quien es responsable del uso de las redes sociales y el manejo que se les desea dar, debido a que este tipo de tecnologías deberían ser usadas por personas adultas conscientes del uso adecuado de la información protegiendo su privacidad.

### **5.2.3. Marco Contextual.**

La presente investigación pretende abarcar la adicción en adolescentes entre 12 y 18 años del barrio Sabanas del Valle del Municipio de Valledupar basándose en los aportes de Echeburúa (2018, pág. 1) quien refiere que “la adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses”.

Por otro lado, lo característico de la adicción a Internet es que ocupa una parte central de la vida del adolescente, que utiliza la pantalla del ordenador para escapar de la vida real y mejorar su estado de ánimo. Al margen de la vulnerabilidad psicológica previa, el abuso de las redes sociales puede provocar una pérdida de habilidades en el intercambio social (la comunicación personal se aprende practicando), desembocar en una especie de analfabetismo relacional y facilitar la construcción de relaciones sociales ficticias Echeburúa y Requesens, (2012).

Además propone algunos síntomas y consecuencias de la misma:

*Asimismo existe el riesgo de crearse una identidad ficticia, potenciada por un factor de engaño, autoengaño o fantasía... se facilita la confusión entre lo íntimo, lo*

*privado y lo público... y se fomentan conductas histriónicas y narcisistas, cuando no claramente deformadoras de la realidad (Echeburúa y Requesens, 2012).*

## **6. Sistema de variables**

### **6.1.1. Variables de estudio.**

#### **6.1.1.1. Riesgo de Adicción a redes sociales.**

### **6.1.2. Definición conceptual de variable**

Según (Haeussler, 2014, pág. 30 ) es cuando la persona se conecta a internet buscando el alivio del malestar emocional aburrimiento, soledad, ira, nerviosismo, etc. El niño y el joven dejan de interactuar socialmente, no rinden en los estudios e interfiere en su vida cotidiana. Lo que caracteriza a la adicción a las redes sociales no es la conducta sino cómo el individuo se relaciona con las redes sociales y el uso de la tecnología.

Por otro lado, según (Echeburúa M. , 2018, pág. 3) resume la dependencia y la supeditación del estilo de vida al mantenimiento del hábito conforman el 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.

### **6.1.3. Definición operacional de la variable.**

#### **6.1.3.1. Adicción a las redes sociales.**

Se refiere al nivel de adicción hacia las redes sociales que presentan los adolescentes entre 12 y 18 años del barrio Sabanas del Valle del municipio de Valledupar, Cesar. Para ello, se aplicara el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), el cual consta de 24 ítems, por medio de esta se establecerá si existe o no adicción, en caso de ser

afirmativo se definirá el nivel de adicción a redes sociales. El primer factor denominado “obsesión por las redes sociales”, el segundo factor corresponde a “falta de control personal en el uso de las redes sociales” y el tercer factor “uso excesivo de las redes sociales”

#### 6.1.4. Operacionalización de variables.

Tabla 1. Operacionalización de variable

Variable	Dimensión	Indicadores
Adicción a las redes sociales	Obsesión por las redes sociales.	Compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, la ansiedad.  La preocupación causada por la falta de acceso a las redes.
	Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	La preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios.
	Uso excesivo de las redes sociales.	Las dificultades para controlar el uso las redes sociales, indicando el exceso en el tiempo uso, indicando el hecho de no poder controlarse.  Cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes.

## 7. Marco metodológico

### 7.1. Tipo de investigación

Esta investigación tiene un enfoque cuantitativo, pues “usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2010, pág. 4), de alcance descriptivo la cual según Sabino (2014, pag 51) “su

preocupación primordial radica en descubrir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos, utilizando criterios sistemáticos que permitan poner en manifiesto su estructura o comportamiento”.

## **7.2. Diseño de investigación**

Según Hernandez, Fernandez, & Baptista (2010, pag 120), el diseño de la investigación se define como “el plan o estrategia concebida para obtener la información que se desea.” (p.30). Por lo tanto esta indagación se desarrollará bajo un estudio no experimental de tipo transversal, la cual se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, es la investigación donde no se hace variar intencionalmente las variables.

## **7.3. Población y muestra**

Según Tamayo y Tamayo (2003) “La población se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de población posee una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación “(pag.176)

La muestra es la que puede determinar la problemática ya que les capaz de generar los datos con los cuales se identifican las fallas dentro del proceso. Según Tamayo y Tamayo (2003), afirma que “la muestra define la población de la cual fue extraída, lo cual nos indica que es representativa.” (p.38)

Esta indagación no tiene muestra, por lo tanto se realizó a través de un censo con los adolescentes entre 12 y 18 años del barrio Sabanas del Valle del municipio de Valledupar.

#### **7.4. Técnicas de recolección de datos**

Se realiza directamente en el medio donde se presenta el fenómeno, para ello se implementara la aplicación de un instrumento psicológico.

El instrumento a aplicar es el cuestionario ARS Desarrollado por Ecurra & Salas, (2014) el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) es un instrumento diseñado con base a los indicadores del DSM IV para la adicción a sustancias, con una adaptación de éstos al supuesto de la adicción a las redes sociales. El instrumento consta de 24 ítems de escala Likert con 5 opciones de respuesta, además consta de 3 factores: 1) Obsesión por las redes sociales, 2) Falta de control personal en el uso de las redes sociales y 3) Uso excesivo de las redes sociales. Cuenta con una confiabilidad de 0.95 y el análisis factorial confirmatorio revela la existencia de 3 factores en población Peruana. (Ecurra & Salas, 2014).

##### **7.4.1. Validez**

En primer lugar, el estadístico KMO demuestra que los datos recolectados son apropiados para realizar el análisis. Al realizar el análisis factorial exploratorio con rotación promax se establecen cuatro factores con una varianza total acumulada del 49,08%

Lo cual no coincide con la estructura establecida por los autores del instrumento, evidenciando falencias a nivel factorial y estructural para la muestra utilizada

### 7.4.2. *Confiabilidad*

Las escalas del instrumento presentan un alfa de Cronbach superior a 0,7 lo cual refleja un buen grado de consistencia interna, siendo Obsesión por las redes sociales la que presenta un mayor grado ( $\alpha=0,873$ ), seguida por uso excesivo ( $\alpha=0,857$ ) y la que menor grado presenta es falta de control ( $\alpha=0,726$ )

## 8. Resultados de la investigación

### 8.1. Análisis en función a las características de la población

Inicialmente se realiza una descripción demográfica de aquellas características que permitirán ubicar a la muestra en un grupo poblacional específico.

#### 8.1.1. *Características Sociodemográficas de las participantes*

La investigación se realizó en el barrio Sabanas del Municipio de Valledupar, Cesar

*Tabla 2 Características sociodemográficas de los participantes*

Variables		Muestra (n=105)		%
<b>Sexo</b>	Femenino		53	51
			52	49
		12	17	16.19
		13	6	5.71
		14	18	17.14

<b>Edad</b>	15	5	4.76
	16	15	14.29
	17	21	20.00
	18	23	21.90
<b>Total</b>		105	100

En base a los 105 participantes, se toma en cuenta que 51% de adolescentes pertenecen al sexo femenino y un 49% al sexo masculino y la participación de manera mayoritaria adolescentes mayores de 16 años en un 56,19%.

*Tabla 3 Estadísticos descriptivos Cuestionario frecuencia de uso de las redes sociales.*

<b>¿Con que frecuencia se conectan a las redes sociales?</b>		
	Frecuencia	Porcentaje
Más del 70%	52	49.52
Todo el tiempo	31	29.52
1 O 2 Veces al día	27	25.71
Entre 31% y 50%	25	23.81
Entre 7 A 12 Veces al día	24	22.86
Entre 51% y 70%	14	13.33
ENTRE 3 A 6 Veces al día	9	8.57
1 Vez por semana	6	5.71
10 % O menos	5	4.76
Entre 11% y 30%	5	4.76
2 O 3 Veces por semana	4	3.81

Nota: Datos propios de la investigación (n=105)

El 79,04 % de los participantes manifestaron tener una frecuencia alta de uso de las redes sociales, con más del 70% de su tiempo o todo el tiempo.

*Tabla 4 Estadísticos descriptivos/ Puntuaciones del ARS.*

<b>Estadísticos descriptivos/ Puntuaciones del Test de Adicción al Internet</b>			
<b>Puntuación Mínima</b>	<b>Puntuación Máxima</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación Típica</b>
<b>0</b>	91	37,57	17,78

Las puntuaciones del test se dispersaron alrededor de 17,78 con una puntuación mínima de 0 y un máximo de 91.

*Tabla 5 Media según la edad del adolescente en el ARS*

<b>Edad del adolescente</b>	<b>Escala ARS Media</b>
<b>12</b>	20,76
<b>13</b>	28,93
<b>14</b>	47,18

<b>15</b>	55,20
<b>16</b>	32,80
<b>G17</b>	26,81
<b>18</b>	52,17

La edad que más aportó a la escala ARS fueron los adolescentes de 15 años con un 55,20 seguido de 18 años con un 52,17.

*Tabla 6 Estadísticos descriptivos factor 1 del Test de Adicción al Internet.*

<b>Suma Factor 1</b> <b>Obsesión por las redes sociales</b>	
<b>Media</b>	13.11
<b>Error típico</b>	0.89
<b>Mediana</b>	11
<b>Moda</b>	9
<b>Desviación estándar</b>	9.20
<b>Varianza de la muestra</b>	84.58
<b>Rango</b>	36
<b>Mínimo</b>	0
<b>Máximo</b>	36

Las puntuaciones del test se dispersaron alrededor de 9,2 puntos con una puntuación mínima de 0 y un máximo de 36. Siendo 9 la puntuación con más frecuencia.

Tabla 7 Media según la edad del adolescente en el factor 1.

Edad del adolescente	Media Factor 1
12	5,70
13	12,7
14	17,33
15	23,2
16	12,47
17	7,1
18	19,7

La edad que más aportó al factor 1 Obsesión por el uso de las redes sociales lo produjo los adolescentes de 15 años con un 23, 2 seguido de 18 años con un 19, 7.

Tabla 8 Estadísticos descriptivos factor 2 del Test de Adicción al Internet

<b>Suma Factor 2</b> <b>Falta de control personal en el</b> <b>uso de las redes sociales</b>	
<b>Media</b>	9.58
<b>Error típico</b>	0.45
<b>Mediana</b>	9
<b>Moda</b>	6
<b>Desviación estándar</b>	4.69
<b>Rango</b>	23
<b>Mínimo</b>	0
<b>Máximo</b>	23

Las puntuaciones del test se dispersaron alrededor de 4.69 puntos con una puntuación mínima de 0 y un rango de 23. Siendo 6 la puntuación con más frecuencia.

Tabla 9 . Media según la edad del adolescente en el factor 2

Edad del adolescente	Media Factor 2
12	6,65
13	8,33
14	17
15	12,2
16	7,7
17	8,20
18	12,22

La edad que más aportó al factor 2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales fue los adolescentes de 14 años con un 17 de media seguido de 18 años con un 12,22

Tabla 10 Estadísticos descriptivos factor 3 del Test de Adicción al Internet

<b>Suma Factor 3</b>	
<b>Uso excesivo de las redes sociales.</b>	
<b>Media</b>	14.52
<b>Error típico</b>	0.70
<b>Mediana</b>	14.5
<b>Moda</b>	18
<b>Desviación estándar</b>	7.21
<b>Varianza de la muestra</b>	52.02
<b>Rango</b>	32
<b>Mínimo</b>	0
<b>Máximo</b>	32

Las puntuaciones del test se dispersaron alrededor de 7.21 puntos con una puntuación mínima de 0 y un máximo de 32. Siendo 18 la puntuación con más frecuencia 9.

Análisis puntuaciones más altas y grado de intensidad en las respuestas del participante en el Escala ARS.

*Tabla 11 Media según la edad del adolescente en el factor 3*

Edad del adolescente	Media Factor 3
12	8,41
13	10,91
14	20,8
15	19,8
16	12,66
17	11,52
18	20,26

La edad que más apporto al factor 2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales fue los adolescentes de 14 años con un 20,8 de media seguido de 18 años con un 20,26.

*Tabla 12 Intensidad del Factor 1: Obsesión por las redes sociales*

Factor 1 : Obsesión por las redes sociales	
Intensidad más Alta ítem	Puntuación más alta factor 1

<b>ítem 15</b>	26	ítem 22	202
<b>ítem 19</b>	26	ítem 13	153
<b>ítem 22</b>	25	ítem 2	150
<b>ítem 6</b>	19	ítem 5	147
<b>ítem 13</b>	19	ítem 7	140
<b>ítem 23</b>	18	ítem 3	130
<b>ítem 3</b>	14	ítem 15	126
<b>ítem 7</b>	14	ítem 19	126
<b>ítem 5</b>	11	ítem 23	122
<b>ítem 2</b>	10	ítem 6	94

El ítem que más contribuye a puntuaciones altas al factor 1 relacionado con la obsesión por las redes sociales es el ítem 22 que corresponde a ““Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que” acompañado del ítem 15 con mayor intensidad correspondiente a “Aun cuando desarrollo otras actividades,

no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales” junto con el ítem 19 que obedece a “Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.”

*Tabla 13 Intensidad del Factor 2 Falta de control personal en el uso de las redes sociales*

<b>Factor 2 : Falta de control personal en el uso de las redes sociales</b>			
<b>Intensidad más Alta ítem</b>		<b>Puntuación más alta factor 2</b>	
<b>ítem 11</b>	28	<b>ítem 12</b>	238
<b>ítem 12</b>	26	<b>ítem 4</b>	189
<b>ítem 14</b>	24	<b>ítem 14</b>	174
<b>ítem 24</b>	23	<b>ítem 11</b>	171
<b>ítem 20</b>	19	<b>ítem 24</b>	154
<b>ítem 4</b>	12	<b>ítem 20</b>	90

El ítem que más contribuye a puntuaciones altas al factor 2 es el 12 referenciando “pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales” junto con el ítem de mayor intensidad como lo es el 11 afirmando “pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales”.

Tabla 14 Intensidad del Factor 3: Uso excesivo de las redes sociales

Factor 3: Uso excesivo de las redes sociales.			
Intensidad más Alta ítem		Puntuación más alta factor 1	
<b>ítem 18</b>	38	ítem 17	240
<b>ítem 17</b>	34	ítem 1	228
<b>ítem 8</b>	29	ítem 18	228
<b>ítem 10</b>	28	ítem 16	208
<b>ítem 16</b>	28	ítem 9	172
<b>ítem 9</b>	26	ítem 10	172
<b>ítem 21</b>	22	ítem 8	162
<b>ítem 1</b>	18	ítem 21	129

El ítem que más contribuye a puntuaciones altas al factor 3 es el 17 referenciando “Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales” junto con el ítem de mayor intensidad como lo es el 18 afirmando “Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.”

## 9. **Discusión**

A partir de los hallazgos que se han obtenido se puede afirmar que existe riesgo de adicción moderada o abuso de la tecnología provocando aislamiento, ansiedad lo cual hace perder al sujeto su capacidad de control.

Estos resultados tiene relación con Griffiths (2005) sostiene que existen conductas potencialmente adictivas como el abuso de las redes sociales definidas como adicción tecnológica no químicas (adicción psicológica), dejando el sujeto a un lado las relaciones interpersonales por la interacción hombre-máquina. Ello es acorde con el análisis de los factores del cuestionario sobre uso de redes sociales correspondiente al resultado de la tabla 7 en donde existe una demanda por la parte de los familiares de atención y un comportamiento de aislamiento o descuido por parte de los participantes.

Las dependencias psicológicas o adicciones sin sustancias además de descuidar las relaciones de familiares, amigos, pareja, entre otros se sienten con mucha ansiedad el repetir la conducta de conectarse para sentir placer dominando su pensamiento y modificando su emoción negativa por esto, se desarrolla el comportamiento adictivo en la búsqueda por evitación, es decir, para reducir el nivel de ansiedad. El no ejecutar como en los resultados, ver una notificación o estar en el dispositivo para conectarse, afectando su atención y su pensamiento. (Escrura & Salas, 2014). Lo anterior refleja en el factor 3 donde las notificaciones y la conexión permanente hacen que se desvíe la concentración hacia lo que pasa en las redes.

Presentar una dependencia psicológica modifica el estado de ánimo, incrementa los niveles de irritabilidad al no estar en línea, esta irritabilidad disminuye al poder conectarse

y actualizarse. Loja (2015, pag 28) refiere este estado como “ausencia de redes” es así como se repite la conducta reiteradamente. En los resultados de la investigación en la tabla 9 en cuanto al aporte del factor 1 obsesión por las redes sociales el no dejar de pensar en lo que sucede en la realidad de las redes sociales.

En la presente investigación con respecto a la media de los factores se categorizan de manera descendente en cuanto a la dispersión de sus datos obteniendo como resultado que los adolescentes para llegar a asumir un comportamiento adictivo en primera medida se inicia con uso excesivo de las redes sociales al dedicar más del 70% de su tiempo al uso de redes ; luego al dedicar más tiempo y atención presenta falta de control personal en el uso de las redes sociales y a partir de aquí con sus elementos de usabilidad de internet como los “me gusta”, las publicaciones compartidas y la información de gusto personal termina convirtiéndose en una obsesión por las redes sociales. Esta categorización evidencia el riesgo de adicción de los adolescentes de 12 a 18 años del barrio Sabanas del municipio de Valledupar, Cesar. En cuanto a las edades en mayor riesgo de adicción se encuentra a los 18, 15 y 14 años, según su aporte a cada factor de la escala aplicada.

## **10. Conclusiones**

Las propiedades del internet y el avance tecnológico en la usabilidad de las plataformas de redes sociales pone en riesgo cada vez más a niños, niñas y adolescente ya que el internet posee características como el fácil acceso, el aumento de cobertura, la velocidad y gran intensidad de mercadeo digital hacen que sea demasiado atractiva y por lo tanto produzca un aumento en la conducta adictiva.

La adolescencia es la etapa más importante con respecto a la construcción de la identidad y se experimentan sentimientos de confusión, riesgos como el tabaco, el alcohol y otras sustancias se ingieren para reducir la inseguridad, sentimientos de falta de identidad y disminuir la ansiedad. El internet y las redes sociales se convierten así en un excelente y oportuno medio para superar la timidez, baja autoestima y las dificultades en las relaciones interpersonales reflejándose más desde los 14 años.

La necesidad de generar mayores estudios sobre el tema de la medición del riesgo en que se encuentran los adolescentes al relacionarse con las redes sociales, es necesaria. A partir de la revisión bibliográfica y los resultados reportados se deriva la necesidad de llevar a cabo estudios que permitan la adaptación de las pruebas psicológicas que usan de forma profesional los psicólogos de nuestro medio, haciendo uso de metodologías psicométricas sustentadas en la teoría de la respuesta al ítem entre otras, de manera que sea factible realizar mediciones más precisas y de calidad de los constructos psicológicos

No se encontraron suficientes soportes en los datos para afirmar el uso de las redes sociales y el abuso de la tecnología provocando aislamiento, afectación de la autoestima sin embargo la mayor parte de la población que participó en el estudio se obtuvo alta puntuación en variables que señala falta de control en los tres factores del cuestionario los cuales se encuentran predispuestos a presentar problemas de adicción moderada o severa si no se controla a tiempo. Además existen otros factores que podrían comprometer a largo plazo su comportamiento como el constante descuido de amigos o familiares por estar conectado.

La dedicación en tiempo y pensamiento mayor en el uso de redes sociales conlleva a que la persona vaya tomando distancia de sus familiares y amigos lo que repercute en solo encontrar satisfacción en las redes sociales por medio de notificaciones y actualización constante de sus publicaciones. Aunque los resultados no fueron estadísticamente significativos este estudio demuestra que existen variables que generan riesgo de adquirir una adicción psicológica como es el abuso de las redes sociales.

## **11. Recomendaciones**

En la revisión académica y formación profesional encontramos elementos mínimos para la prevención de la adicción a las redes sociales y a partir de este estudio se recomienda:

Implementar en las instituciones de educación media instructivo sobre los riesgos psicológicos que produce la adicción a las redes sociales así como se hace con el consumo de sustancias psicoactivas.

Involucrar a los padres en el control del uso eficiente de las redes sociales. El escenario adecuado es la escuela de padres en donde se debe enfatizar mucho más en una formación psicoeducativa de la adicción a las redes sociales, aunque no fue parte de este estudio, los adultos tienen el mismo riesgo y por lo tanto existe un gran riesgo de tener un modelamiento negativo en cuanto al uso de internet.

Con asesoría de un ingeniero de sistema como recurso en la disminución del comportamiento obsesivo controlar las notificaciones de los dispositivos.

Realizar este estudio en otra población con un mayor número de participantes en la selección de la muestra con el fin de ampliar la información y generalizar resultados.

Se pretende que para futuras investigaciones se pueda validar el instrumento en la ciudad de Valledupar, dado que esto fue un limitante en el presente proyecto, así mismo, se desconocen las causas y las consecuencias del abuso de las redes sociales, por lo tanto, se espera que eventualmente se realice dicho estudio tomando el presente como antecedente.

Con base en los resultados es preciso sensibilizar en las escuelas a los padres de familia sobre el control parental para limitar la problemática.

### Referencias

- Ballesta, F. (2014). *Internet, redes sociales y adolescencia*. Murcia : Universidad de Murcia.
- Barbosa, J., Rodriguez, Y., & Romero, M. (2018). *Rasgos de personalidad en seis adolescentes de dieciseis años adictos a Facebook*. Ibagué : Universidad de San Buenaventura Colombia.
- Berumen, L. (2011). *Relacion entre depresion, estrés y estresores en adolescentes gestantes bajo distintas condiciones de estado civil*. México: Universidad autónoma de nuevo león.
- Builes, N. G. (2014). *La teoría de redes sociales y las politicas publicas. una aproximacion al debate teorico y a las posibilidades de intervencion en realidades sociales*. Medellín : FORUM.
- Cano, C., Lopez, K., & Trujillo, A. M. (2012). *Estado del arte de la relacion entre los estilos parentales y el temperamento en niños y adolescentes*. Chia Cundinamarca: Instituto de postgrado de Forum.
- Diaz, A. (15 de 6 de 2017). *Social media lideres*. Obtenido de social media lideres: <http://socialmedialideres.com.ve/origen-y-evolucion-de-las-redes-sociales/>
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 2.

- Echeburúa, E., & Renquesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Madrid: Piramide. Obtenido de ISSU.
- Echeburua, E., Labrador, f., & Becoña, E. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvene. *Psychology España*, 189-200.
- Echeburúa, M. (2018). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 5.
- Echeverría, M. I. (2013). *adiccion a redes sociales en jovenes* . Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar .
- Enrique, E., de Corral, P., & Amor, P. (2005). El reto de las nuevas adicciones: objetivos terapéuticos y vías de intervención. *Revista internacional de psicología clinica y de la salud*, 511-528.
- Escurra, M., & Salas, B. (2014). *Construccion y validadcion del cuestionario de adiccion a las redes sociales (ARS)*. Lima,Perú: Liberabit.
- Gómez, D. A. (24 de septiembre de 2010). Las adicciones: una perspectiva psicoanalitica. *Las adicciones: una perspectiva psicoanalitica*. Cali, Colombia: Universidad de San BuenaAventura.
- Griffiths, M. (2005). "*Components*" model of addiction within a biopsychosocial framework. Nottingham, Reino Unido: Journal of Substance Use.
- Haeussler, M. (2014). *nivel de adiccion a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relacion con la*

*manifestacion de la ansiedad . guatemala de la asuncion : universidad rafael landivar .*

Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, M. (2010). *Metodologia de la investigacion*. Mexico: McGraw Hill.

Loja, A. (2015). *Uso del tiempo libre y adicción a redes sociales en adolescentes de 15 a 18 años*. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca.

Pardo, E. (2016). *Adicción a las redes sociales virtuales (RSV): Un problema de costo conductual* . Bogotá: Corporacion universitaria iberoamerica.

Perez. (2016). *Metodología para establecer la percepción de beneficios o de desventajas académicas del uso de redes sociales en educación secundaria*. Bogota : Universidad Nacional de Colombia .

Prato, L. (2010). *Web 2.0: Redes Sociales*. Argentina: Universidad nacional de Villa María.

Rodriguez, A., & Fernandez, A. (2014). Relacion entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Adicciones*.

Rosenthal, T. (2015). *La psicología conductual y las neurociencias de las adicciones*. Medellin: Universidad de San Buenaaventura.

Sabino, C. (2014). *El proceso de investigación*. Buenos Aires : Lumen-Humanitas.

Sandoval, C., Enciso, R., & Mendoza, R. (2015). Redes Sociales: Lenguaje virtual y ortografía. *Educateconciencia*, 77-88.

Santana, E. (2014). *Estudio sobre la adicción juvenil en las redes sociales como problema social y propuesta de concienciación en el barrio la Chala del canton Guayaquil*.

Guayaquil: Universidad de Guayaquil.

Schurging, G. (2010). *Cybersafe*. United States: American academy of pediatrics.

Tamayo y Tamayo, M. (2003). *El proceso de la investigación científica*. México D.F:

Limusa.

Vázquez, R. (18 de 2 de 2008). *Adicciones y Logoterapia*. Recuperado el 6 de 03 de 2019,

de Adicciones y Logoterapia: <https://logoforo.com/adicciones-y-logoterapia/>

Zywica, D. (2010). La Adicción a Relacionada con la baja autoestima, la depresión y la

falta de habilidades sociales. *Adicciones*, 9.

**ANEXO 1****VERSIÓN FINAL DEL ARS****CUESTIONARIO SOBRE USO DE REDES SOCIALES**

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

Universidad en la que estudia: .....

Carrera o Facultad: ..... Ciclo/Nivel: .....

¿Utiliza redes sociales?:..... si respondió SÍ, indique cuál o cuáles: .....

.....

**Si respondió NO, entregue el formato al encuestador**

¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa	( )	En mi trabajo	( )
En las cabinas de internet	( )	En las computadoras de la universidad	( )
A través del celular	( )		

¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

Todo el tiempo me encuentro conectado	( )	Una o dos veces por día	( )
Entre siete a 12 veces al día	( )	Dos o tres veces por semana	( )
Entre tres a Seis veces por día	( )	Una vez por semana	( )

De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoce personalmente?

10 % o Menos	( )	Entre 11 y 30 %	( )	Entre el 31 y 50 %	( )
Entre el 51 y 70 %	( )	Más del 70 %	( )		

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?

SI ( ) NO ( )

¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?:

.....

**ARS**

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre            S            Rara vez    RV  
 Casi siempre    CS            Nunca        N  
 Algunas veces    AV

N° ITEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					