

DEPENDENCIA AL CELULAR Y ADICCIÓN AL INTERNET EN ESTUDIANTES DE
10° Y 11° DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA AGROINDUSTRIAL
OCTAVIO MENDOZA DURÁN

BELEÑO LOZADA MARÍA FERNANDA

CHAPMAN MONTES DOLLYS CAROLINA

UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR

FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

PSICOLOGÍA

VALLEDUPAR, CESAR

2022

DEPENDENCIA AL CELULAR Y ADICCIÓN AL INTERNET EN ESTUDIANTES DE
10° Y 11° DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA AGROINDUSTRIAL
OCTAVIO MENDOZA DURÁN

PROYECTO DE GRADO PARA OPTAR EL TÍTULO DE PSICÓLOGAS

BELEÑO LOZADA MARÍA FERNANDA

CHAPMAN MONTES DOLLYS CAROLINA

NAIMARA GUTIERREZ PARODY

Docente, Magister en Psicología

Directora de proyecto

UNIVERSIDAD POPULAR DEL CÉSAR

FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

PSICOLOGÍA

VALLEDUPAR, CESAR

2022

DEDICATORIA

Este proyecto de grado está dedicado a:

Mis papás, Jaidis e Isidro, es por sus esfuerzos, sus sacrificios, su entrega y su infinito amor que hoy he podido culminar mi carrera profesional, gracias por enseñarme que Dios camina siempre delante de mi y que es por su bondad que he podido lograr todo lo que me he propuesto. A mi familia quienes de una u otra forma con sus oraciones y palabras de motivación siempre creyeron que podía lograrlo, y, por último, pero no menos importante, a mi compañero de vida, quien desde el 2020 en medio de un año tan difícil cuando creí que no podía lograrlo, me tomó de la mano y me dijo que yo estaba hecha para esto. Gracias por todo el amor y el apoyo.

María Fernanda Beleño Lozada

En primera instancia quiero dedicar este gran logro a mis ángeles en el cielo, mi padre de crianza, Edímer, a mi tía Liliana, Mi Abuela Alba, mi prima Salomé y mi madre Maggien, en especial a ella que con mucho esfuerzo y sacrificio hizo posible esta realidad, mi madre me brindó las bases para afrontar la vida, me formó integralmente y gracias a ella soy la mujer de hoy en día. Sin ella jamás lo hubiese logrado, a pesar de que ya no está su presencia en mi vida, su ausencia se convirtió en mi motor para seguir adelante y no desfallecer frente a tanta adversidad.

A mi familia, mi madrina Lynn, mi tía Yinia y mi Abuelo Edilberto, quienes me impulsaron en el momento más difícil de mi vida y me permitieron llegar a la meta.

A mi compañero incondicional, Jonathan, quien se ha convertido en mi familia, quien fue y ha sido mi bastón entre tantos momentos difíciles.

A mi colega y amiga María Fernanda quien respaldó este proyecto tantas veces y nos llevó hasta el final

Y a todos los que me apoyaron siempre, les dedico este triunfo.

Dollys Carolina Chapman Montes

AGRADECIMIENTO

Queremos brindar nuestros más sinceros agradecimientos a la Institución Educativa Octavio Mendoza Durán, a su rector, coordinadores y docentes, quienes nos permitieron la realización de nuestra investigación, nos apoyaron y nos acompañaron en el proceso.

A nuestra Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales, en especial a todo el cuerpo de docentes del programa de psicología, cada uno de ellos desde el primer momento nos enseñaron a creer en nuestras capacidades y habilidades, instruyéndonos con dedicación para lograr finalizar esta etapa con éxito.

Queremos agradecer también a nuestros amigos y familiares quienes hicieron posible este logro, es grato y satisfactorio para nosotras poder recordar con nostalgia y gozo los inicios de nuestra carrera hasta este momento, hemos logrado la meta y ha sido todo un trabajo en conjunto. Finalmente, expresamos nuestro más profundo agradecimiento a nuestras amigas y colegas, fruto de este trayecto académico, quienes estuvieron presente en cada etapa de nuestra formación y al igual que nosotras han podido culminar con éxito este mismo objetivo, para nosotras es muy gratificante saber que lo logramos y que hemos llegado hasta el final. Mil y mil gracias.

María Fernanda Beleño Lozada

Dollys Carolina Chapman Montes

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPÍTULO I EL PROBLEMA	13
Planteamiento del Problema	13
Pregunta de Investigación	16
Objetivos de la Investigación	16
Objetivo General	16
Objetivos Específicos.	16
Justificación y Delimitación de la Investigación	16
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	20
Antecedentes de la Investigación	20
Bases Teóricas	28
Adicciones tecnológicas	29
Factores de riesgo	32
Señales de alarma	33
Tecnologías de la información y cognición	33
Causas y consecuencias del uso excesivo del celular e internet	33
Teléfono móvil celular	35
El uso del celular	36
Características del inadecuado uso del celular: ventajas y desventajas	37
Abuso del celular	37

Dependencia al celular	38
Adicción al celular	39
Dependencia al Internet	39
Causas de la Adicción a Internet	40
La Adolescencia	41
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO	44
Enfoque de la investigación	44
Tipo de investigación	44
Diseño de investigación	45
Población, muestra y muestreo	45
Técnica e instrumentos de recolección de datos	47
Test de dependencia al móvil (TDM)	47
Validez y Confiabilidad del instrumento	48
Operacionalización	48
Calificación del instrumento	50
Baremos de interpretación TDM	50
Test de adicción a internet (IAT)	51
Validez y Confiabilidad del instrumento	51
Operacionalización	52
Calificación del instrumento	54
Baremos de interpretación IAT	54
Técnica de análisis de datos	55
Consideraciones éticas de la investigación	55
CAPÍTULO IV RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	57

Análisis de los resultados	57
Datos personales	57
Dependencia al celular	61
Adicción al internet	65
Discusión de los resultados	67
Conclusiones	70
Recomendaciones	72
REFERENCIAS	74
ANEXOS	82

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Cantidad de estudiantes por curso.</i>	46
Tabla 2. <i>Operacionalización de la variable dependencia al celular</i>	48
Tabla 3. <i>Baremos de interpretación en varones</i>	50
Tabla 4. <i>Baremos de interpretación en mujeres</i>	50
Tabla 5. <i>Baremos de interpretación global</i>	51
Tabla 6. <i>Operacionalización de la variable dependencia al internet</i>	52
Tabla 7. <i>Baremos de interpretación de la escala de adicción al internet.</i>	54

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>Sexo de los estudiantes</i>	58
Figura 2. <i>Edad de lo participantes</i>	58
Figura 3. <i>Curso de los estudiantes.</i>	58
Figura 4. <i>Estrato socioeconómico de los estudiantes</i>	59
Figura 5. <i>Tenencia de celular propio</i>	59
Figura 6. <i>Acceso a celular</i>	60
Figura 7. <i>Acceso a internet</i>	60
Figura 8. <i>Dimensión abstinencia</i>	61
Figura 9. <i>Dimensión ausencia de control y problemas derivados</i>	62
Figura 10. <i>Dimensión tolerancia e interferencia con otras actividades.</i>	63
Figura 11. <i>Resultados de la dependencia al móvil</i>	63
Figura 12. <i>Resultados de la calificación global de la dependencia al celular</i>	64
Figura 13. <i>Dimensión consecuencias por el uso del internet</i>	65
Figura 14. <i>Dimensión cognitiva emocional</i>	66
Figura 15. <i>Dimensión control del tiempo</i>	66
Figura 16. <i>Variable adicción a internet</i>	67

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Acta de consentimiento de aplicación del instrumento	82
Anexo 2. Asentimiento informado	84
Anexo 3. Ficha de caracterización sociodemográfica	87
Anexo 4. Test De Dependencia Al Móvil (TDM)	90
Anexo 5. Test De Adicción A Internet (IAT)	91

RESUMEN

La dependencia al celular y la adicción al internet es un tema de gran relevancia debido al alto uso que se emplea hoy día a dispositivos móviles y tecnologías de la información, por lo que, el presente estudio tiene como objetivo general determinar la dependencia al celular y la adicción al internet en los estudiantes de 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán del corregimiento de Cuatro vientos, Cesar, para lo que se orientó desde una metodología cuantitativa de tipo descriptiva y diseño no experimental transversal en una muestra de 72 estudiantes de los cuales, el 56% fue mujer y el 44% hombre con edades entre los 14 a 18 años y empleando como instrumentos el Test de Dependencia al Móvil (TDM) de Chóliz y Villanueva (2011) y el Test de Adicción a Internet (IAT). Los resultados del estudio permitieron evidenciar que, los hombres presentan una mayor dependencia al móvil en comparación a las mujeres y que respecto a la adicción al internet, más del 84% de participantes cuenta con conductas adecuadas de control sobre el uso excesivo al internet, concluyéndose que existe una dependencia al uso del celular por parte de los varones, pero que no hay un uso excesivo al internet en los estudiantes en general.

PALABRAS CLAVES: dependencia al celular, adicción al internet, estudiantes.

ABSTRACT

Cell phone dependence and internet addiction is a topic of great relevance due to the high use that is used today to mobile devices and information technologies, so the present study has as a general objective to determine cell phone dependence and internet addiction in students of grades 10 and 11 of the Agroindustrial Technical Educational Institution Octavio Mendoza Durán del corregimiento of Cuatrovientos, Cesar, for which it was oriented from a quantitative methodology of descriptive type and cross-sectional non-experimental design in a sample of 72 students of which, 56% were women and 44% men aged between 14 and 18 years and using as instruments the Mobile Dependence Test (TDM) of Chóliz and Villanueva (2011) and the Internet Addiction Test (IAT). The results of the study showed that men have a greater dependence on mobile phones compared to women and that with respect to internet addiction, more than 84% of participants have adequate control behaviors over excessive use of the internet, concluding that there is a dependence on cell phone use by men, but that there is no excessive use of the internet in students.

KEY WORDS: cell phone dependence, internet addiction, students.

INTRODUCCIÓN

La dependencia al uso del celular es una problemática creciente que deriva de la globalización y el incremento a la implementación de las tecnologías de la información, el no contar con control sobre esto, genera problemas de irascibilidad, frustración y puede llegar a convertirse en un trastorno como la nomofobia. Cada día las personas emplean un mayor número de horas al día al tiempo dedicado tanto al celular como a la navegación por internet, lo que hace significativo que se dé inicio al presente problema de estudio enmarcándolo en población colombiana y, específicamente, en una muestra de estudiantes del corregimiento Cuatro vientos, Cesar.

De acuerdo con Buelvas et al., (2017) los problemas de dependencia al celular y la adicción al internet se hacen manifiesto cuando el individuo pierde el interés por practicar las actividades que solía hacer y se convierte en un malestar que empieza a desencadenar bajo rendimiento en la escuela, falta del autocuidado, estado de ánimos irritables, alteración del sueño y se presenta una predominancia de pensamientos, sentimientos y conductas dominadas por la tecnología, apoderándose esta de todos los espacios de la vida cotidiana de la persona y perdiendo el uso adecuado que debe dársele a las tecnologías de la información, desencadenando una patología.

La investigación tiene por objetivo determinar la dependencia al celular y la adicción al internet en estudiantes de 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán del corregimiento de Cuatro vientos, Cesar, esto, considerando el alto uso que se le da actualmente a los dispositivos móviles y a las tecnologías de la información, por lo que, en los siguientes apartados se expone de manera detallada esta problemática contextualizándola a nivel internacional y nacional, se indican los objetivos e interrogantes del estudio proporcionado la importancia del mismo, además, se presentan los diversos antecedentes investigativos consultados según las indagaciones de otros estudiosos y las bases teóricas del tema, dando continuidad al marco metodológico en el que se indica la metodología, instrumentos usados, población, técnicas de análisis de la información y

consideraciones éticas finalizando con los resultados del estudio de los cuales, derivaron las discusiones, conclusiones y recomendaciones del mismo.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

El uso poco moderado al celular e internet es una adicción a la tecnología que desarrolla atención dispersa, ansiedad, intolerancia e incluso, como cualquier otra adicción, puede generar comportamientos delictivos con la finalidad de financiar los comportamientos de dependencia. Los adolescentes y personas jóvenes tienden a ser más vulnerables a este tipo de problemáticas, pues, suelen estar a la vanguardia de actualizaciones tecnológicas y algunos, llegan a favorecer su estatus y autoestima al contar con la última versión en tecnología, en este sentido, la dependencia al celular y adicción al internet suele estar ligada al uso excesivo de aplicaciones comunicativas como chats o juegos de rol en línea, es un tema que requiere de atención especial, pues representa también un malestar psicológico de tipo adictivo que puede afectar en especial, a individuos con necesidades emocionales particulares, jóvenes y adolescentes. (Dorado, 2021)

Hurley (2020), afirma que los adolescentes suelen tener una relación compleja con la tecnología, la utilizan tanto dentro como fuera del aula de clases e incluso, es una herramienta útil para obtener buenos resultados, les permite administrar su vida social y mantenerse organizados, también indica que en esta etapa del ciclo vital suelen afrontarse a intensos niveles de estrés y el uso del celular e internet puede vincularse a una actividad recreativa que ayuda a disminuirlo, no obstante, en ocasiones el uso de la tecnología puede ser excesivo llegando a ser adictivo y generando una dependencia en los individuos, De acuerdo al estudio sobre adicción al celular en los adolescentes, realizado por el autor mencionado anteriormente, a nivel mundial, el 50% se siente adicto a dispositivos móviles, el 72% siente una necesidad de responder mensajes de texto de forma inmediata y el 78% suele revisar su celular al menos, cada media hora.

De acuerdo a una investigación de Pew sobre adolescentes, redes sociales y tecnología (2018, citado en Hurley, 2020) el 45% de adolescentes afirma usar el internet casi constantemente y otro 44% se conecta varias veces al día, asimismo, el 95% de adolescentes suele tener acceso a un celular inteligente. Hurley (2020), también resalta que los adolescentes tienden a usar constantemente el celular debido a razones tanto personales como académicas, sin embargo, precisa que para identificar una dependencia es menester contar con los minutos de uso además de cómo usan sus teléfonos inteligentes, ya que es una herramienta que puede favorecer su desarrollo personal y académico, pero dado su alto contenido distractor también puede ser perjudicial y adictivo.

Es de esperarse que los adolescentes y jóvenes tiendan a usar mayormente la tecnología tanto dentro como fuera de las aulas de clases, esto les ayuda a mantener buenas calificaciones, les permite sostener una presencia positiva en redes sociales y sostener una vida social adecuada, la tecnología es muy útil para mantener un orden en las actividades diarias, no obstante, cuando el uso de estos recursos empieza a ser excesivo de modo que genera una dependencia, puede ocasionar una menor conectividad cerebral, un mayor riesgo de abuso de sustancias y malos hábitos alimenticios, y un mayor aislamiento social, afecta las relaciones interpersonales, la dinámica familiar, el funcionamiento tanto social como emocional, alteración en los patrones del sueño y ansiedad severa. (Asheville Academy, 2021).

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) indica que tras el Covid-19, la vida de millones de niños y jóvenes se ha limitado al hogar y a sus pantallas, el internet y el celular se ha convertido en la única forma de jugar, aprender y socializar, lo cual, puede generar una adicción o dependencia a estos servicios, la salud física y emocional de los niños y adolescente se ve afectada al pasar más tiempo en el internet debido a que conlleva a realizar menores actividades al aire libre, reduce la calidad del sueño, aumenta los síntomas de ansiedad y fomenta hábitos de alimentación poco saludables.

Los usuarios de todo el mundo pasan en promedio dos horas y 25 minutos conectados a plataformas analógicas, esto de acuerdo con Digital (2021, como se citó en Mena, 2021) en su informe anual sobre redes y tendencias digitales, esto es una cifra que varía según el país, por ejemplo, en Brasil las personas pasan 3 horas y 42 minutos conectados, cifra similar a Colombia con un promedio de 3 horas y 45 minutos, en México por su parte, pasan alrededor

de 3 horas y 27 minutos conectados. No obstante, de acuerdo con Statista (2021), en América Latina y el Caribe, países como Chile, Uruguay y Perú son los que tienen un mayor porcentaje de usuarios conectados a redes sociales e internet, el total de la población alcanza cerca del 83% con usuarios activos en plataformas online, esto es algo problemático, pues, entre más tiempo permanecen los individuos conectados al móvil y al internet, mayor es su riesgo de generar dependencia.

En esta misma línea, Alvino (2021) en un análisis de la situación digital en Colombia entre el año 2020 a 2021, indica que el 60% de colombianos tiene conexiones a celulares, el 68% tiene una alta incidencia de uso al internet y un 76% se encuentra activo en redes sociales; según este informe, en el último año las conexiones a celulares móviles aumentaron en un 1,9%, lo que indica que los periodos de cuarentena y aislamiento incrementaron la necesidad de estar conectado a celulares, internet y redes sociales.

De acuerdo con el *Heraldo* (2021) en Colombia, tras la pandemia se ha presentado un aumento exponencial de casos por dependencia al celular y adicción al internet entre los adolescentes, la emergencia sanitaria ha generado que esta población tenga acceso a un celular a edades más tempranas, si antes los adolescentes tenían un celular a los 15 años, ahora lo tienen a los 11, con lo que se aumenta la probabilidad de dependencia. Palacios (2021, como se citó en Dorado, 2021) indica que los adictos están conectados en su área de interés de 18 a 22 horas, dejan de comer, se descuidan y se enferman como cualquier adicto a alguna sustancia.

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, cabe resaltar que la problemática de dependencia por uso excesivo del celular y adicción al internet, se busca estudiarla en los estudiantes de grados 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán ubicada en Cuatro Vientos, Cesar, Corregimiento del Municipio el Paso Cesar. Es un malestar que, pese a no existir evidencias plasmadas por escrito, se encuentra latente también en esta institución, los estudiantes al igual que otros adolescentes del país se han visto afectados por la pandemia y obligados a usar con mayor frecuencia el celular y el internet, aumentando su probabilidad de desarrollar dependencia a estas tecnologías, por lo cual, se considera pertinente abordar esta problemática en este sector poblacional.

Pregunta de Investigación

¿Existe dependencia al uso excesivo del celular y adicción al internet en los estudiantes de grados 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán del corregimiento Cuatro vientos, Cesar?

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Determinar la dependencia al celular y la adicción al internet en los estudiantes de grados 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán del corregimiento de Cuatro vientos, Cesar

Objetivos Específicos.

Identificar los datos personales de acuerdo a la edad, sexo, grado escolar y estrato socioeconómico de los estudiantes de 10° y 11° de la institución.

Valorar la dependencia al celular con respecto a la abstinencia, ausencia de control e interferencia en otras actividades de los estudiantes de 10° y 11° de la institución.

Describir la adicción al internet en lo referente a las consecuencias por el uso del internet, la dimensión cognitiva-emocional y el control del tiempo de los estudiantes de grado 10° y 11° de la institución.

Justificación y Delimitación de la Investigación

El presente estudio surge de las observaciones cotidianas de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán, en la que debido a la pandemia, los estudiantes se han visto obligados a incrementar su uso del celular y del internet, el interactuar con amigos, organizar alguna actividad, encuentro o reunión, comunicarse con familiares e incluso, ver las clases, realizar las tareas y organizar los trabajos en grupo, son unas de las tantas cosas que realizan los adolescentes con el móvil y el internet. Esto pone en manifiesto que en la actualidad el uso del celular e internet se ha convertido incluso, en una necesidad, no obstante, es algo que puede pasar a un plano preocupante en la que los individuos se vuelvan dependientes a estos dispositivos, por lo cual, es de importancia desarrollar este estudio.

Ciertamente la tecnología y medios de comunicación ha evolucionado considerablemente, los individuos pasaron de observar programas de televisión, a nuevos medios de comunicación como la televisión o el internet que les permiten interactuar, en los que no solo pueden ver, sino promover; son herramientas activas que ejercitan una conducta gratificante y, como tal, susceptible de adicción. Estudiar la dependencia por el uso excesivo al celular e internet, es clave debido a que son adicciones que pueden modificar la conducta, la atención, el estado de ánimo, la capacidad de control y generar consecuencias negativas en el ámbito académico, familiar y social. (Carbonell et al. 2010)

Estudiar el uso excesivo y problemático al celular es difícil dado lo normalizado que se encuentra en la sociedad actual, es dificultoso categorizarlo como adicción, puesto que todos utilizan el celular incluso, como una necesidad, no obstante, en este estudio más allá del interés de un individuo por usar el celular, se trata de las aplicaciones y servicios que este ofrece por medio del internet, es por ello, que con la finalidad de ampliar los resultados en cuanto a la dependencia a al celular, es importante en este estudio abordar de forma descriptiva, la dependencia tanto al celular como la adicción al internet.

Teniendo en cuenta lo anterior, cabe precisar que el presente trabajo de grado tiene como finalidad determinar la dependencia al celular e internet en estudiantes de grados superiores (10 y 11), esto partiendo del hecho que, dada su edad y ciclo vital, tienen mayor acceso al internet y a dispositivos móviles de forma recurrente tanto dentro, como fuera del contexto escolar. Este proyecto es importante porque los resultados que arroje el mismo, puede generar aportes prácticos en el contexto educativo, concibiendo la utilidad de los dispositivos móviles como herramientas de aprendizajes utilizados de la forma adecuada sin interferir el proceso de adquisición del conocimiento y centrada a los procesos de estudio, los resultados del proyecto permiten que la comunidad educativa y profesionales como psicólogos u orientador escolar, generen estrategias apropiadas de intervención y prevención a la dependencia de dispositivos móviles y adicción al internet, dado que es un problema que impacta en el rendimiento escolar y personal, la institución educativa obtendrá aportes que les permita tener acción frente a los tiempo y utilización adecuada del uso del celular en beneficio de la calidad de los procesos de enseñanza –aprendizaje.

Conocer el nivel de dependencia al celular y la adicción al internet en la institución objeto de estudio, es relevante dado que suministra a la comunidad educativa criterios suficientes para generar estrategias de acción orientadas a que los adolescentes puedan hacer un uso responsable de la tecnología de la información, siendo esto un aporte práctico.

El uso excesivo e inadecuado de las tecnologías de la información, propicia que los estudiantes focalicen su atención solo en los mismos y abandonen sus responsabilidades académicas, por lo cual, se ocasiona un problema académico y social al no contar con individuos debidamente formados por este tipo de distractores, considerando esto, se resalta también el aporte social de este trabajo, se orienta en proporcionar información sobre el grado de dependencia al celular y adicción internet en los estudiantes para que los mismos, puedan generar conductas reguladoras que le permitan aprovechar de forma adecuada los recursos que ofrece las TICS y utilicen los tiempos de ocio para fortalecer competencias sociales e interrelacionarse entre pares, donde, el uso del celular sea indicado como medio de comunicación y herramienta de desarrollo personal.

En esta misma línea, el uso dependiente al celular y adicción al internet, es un problema difundido e ineludible en la sociedad actual, entonces, también un aporte social de esta investigación se centra en contribuir a conocimientos significativos sobre el uso del celular e internet, y la forma en que impacta los distintos ámbitos de las personas, permitiendo que se puedan generar intervenciones sociales que propicien promover un adecuado uso de dispositivos móviles. Los estudiantes han trastornado su comportamiento debido a los avances tecnológicos, mismos que han sido muy beneficiosos y significativos para mejorar distintos procesos, sin embargo, se ha descaminado su uso positivo siendo de gran relevancia entonces, ver como este fenómeno se está desarrollando en los estudiantes de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán.

En lo que concierne al aporte metodológico, el presente proyecto permite ampliar el bagaje existente sobre estudios afines al tema de dependencia al internet y dispositivos móviles o celulares en la región y en Valledupar, esto, teniendo en cuenta que la existencia de investigaciones publicadas al respecto es escasa, por lo cual, constituye un aporte metodológico significativo para futuros investigadores. Del mismo modo, es un aporte teórico significativo dado que expone de forma específica teorías explicativas respecto al tema,

además, los resultados permiten contrastar la veracidad de las mismas, por lo cual este estudio tiene una importancia teórica.

De la misma manera, cabe precisar que este trabajo no solo representa un aporte significativo a nivel social, práctico, metodológico y teórico, sino que igualmente, es importante en la formación profesional de las autoras del mismo, favorece ampliar el conocimiento sobre la problemática entorno a la dependencia del celular y adicción al internet, partiendo de la hipótesis de que, aunque la tecnología es útil y práctica, también puede generar conductas contraproducente de dependencia que limiten en el individuo su interacción con los ámbitos sociales, personales y académicos. Este proyecto consiente afinar las habilidades investigativas, los resultados también permiten a las autoras mantener una posición objetiva y crítica frente a determinadas situaciones que pueden ser útiles en el desenvolvimiento como profesionales.

Por último, cabe resaltar que el presente proyecto de grado se encuentra inserto en la línea de investigación de la psicología educativa, debido a que se aborda problemáticas absortas propiamente en el contexto escolar. En la psicología educativa se originan procesos investigativos sobre malestares en todos los niveles escolares con la finalidad de vislumbrar problemas que represente un obstáculo en el aprendizaje, enseñanza y hábitos de estudio, teniendo en cuenta esto, este estudio explora la dependencia al celular y adicción al internet en estudiantes de grado 10 y 11 de la institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán, por lo cual, es apropiado desarrollarla en este ámbito de estudio.

En cuanto a la delimitación espacial y temporal, como se indica anteriormente, se desarrolla en estudiantes de 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán ubicada en el corregimiento de cuatro vientos, que hace parte del municipio El Paso-Cesar, se pretende desarrollar este estudio en un lapso de nueve meses, dando inicio en el mes de octubre de 2021 y finalizando en el mes de junio de 2022.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

Antecedentes de la Investigación

El uso excesivo y dependencia al celular y adicción al internet, es un problema que ha tomado mayor ímpetu en los últimos tiempos dada la aparición de la tecnología y la inserción de la misma en contextos cotidianos como los colegios, inicialmente se incluyó aparatos tecnológicos como computadores y hoy por hoy, se ha ido ciñendo tablet y celulares debido a su utilidad al momento de buscar, investigar, laborar y estudiar, además, de la obligatoria virtualidad impuesta por la pandemia haciendo necesario incluir celulares y tecnología en general como herramientas de aprendizaje, sin embargo, cuando el uso del celular y el internet se vuelve excesivo y cambia su enfoque pragmático, se vuelve problemático y adictivo especialmente en adolescentes y jóvenes, teniendo en cuenta esto, en el presente apartado antes de comenzar a abordar las distintas teorías en torno al tema, se presenta tras una revisión exhaustiva de distintas fuentes académicas como repositorios universitarios, google académico y revistas indexadas, los antecedentes o investigaciones previas realizadas por otros estudiosos del tema a nivel internacional, nacional y regional/local.

A nivel internacional se encontró el estudio realizado por Bhanderi et al. (2021) en India, sobre el uso de teléfonos inteligentes y su adicción entre los adolescentes en el grupo de edad de 16 a 19 años, con el objetivo de estimar la prevalencia del uso de teléfonos inteligentes y su adicción entre adolescentes, como método, se empleó una metodología cuantitativa de tipo descriptivo y diseño observacional transversal en una muestra de 496 estudiantes, la información relevante fue recopilada mediante la escala de adicción a teléfonos inteligentes (SA). Los resultados arrojaron que la población un 14% tiene 16 años, un 29% 17 años, un 25% 18 años y un 31% 19 años, el 56% es hombre y el 44% es mujer, en cuanto a la adicción al celular, se encontró que el uso de teléfonos inteligentes fue del 83,9%. La tasa de adicción a los teléfonos inteligentes era del 37%. Se encontró que estaba asociado con la edad, el área de residencia, el lugar de educación, la duración del uso del teléfono inteligente, las horas diarias de uso, la percepción de que el uso del teléfono celular es perjudicial para la salud y la educación y los ingresos de los padres.

Castillo et al., (2021) realizaron un estudio titulado dependencia al móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba, Ecuador, que consideró las problemáticas que el uso excesivo del celular puede derivar como la dependencia, su metodología fue de un enfoque cuantitativo, tipo correlacional y diseño no experimental, conformada por una muestra poblacional de 2533 estudiantes entre los 18 a 26 años de la facultad de la salud de la Universidad Nacional de Chimbozaro, como instrumento se empleó el Test de Dependencia al Móvil y la Escala de Impulsividad (BIS-11). Los resultados del estudio indicaron en cuanto que la edad promedio de los participantes fue de 21 años y respecto a la dependencia al móvil, el 66,5% demostró una dependencia moderada, mientras que un 86,03% tenía una impulsividad no planificada, concluyendo que existe una relación positiva moderada entre la dependencia al celular y la impulsividad.

Mamani y López (2021) realizaron un estudio en Juliaca Perú sobre dependencia al celular en estudiantes de una institución educativa rural y una institución educativa local durante la pandemia de la COVID-19 Juliaca, 2020, tuvo por objetivo establecer la diferencia entre el nivel de dependencia al celular en estudiantes de una institución educativa rural y una institución educativa local. La metodología fue de enfoque cuantitativo de tipo comparativo descriptivo y un diseño no experimental de corte transversal, la muestra fue de 143 adolescentes de ambos sexos y como instrumento se aplicó el test de dependencia al móvil (TDM) de Choliz. Los resultados del estudio indican una predominancia en el nivel bajo de la dimensión dependencia al móvil en un 73% de participantes, en las dimensiones, en la abstinencia predominó el nivel bajo (70%), en el abuso y dificultad de controlar el impulso también predominó un nivel bajo (70%), en los problemas ocasionados por el uso excesivo mismamente, predominó un nivel bajo (84%).

Por otro lado, Huerta, et al. (2020) llevaron a cabo un estudio en México sobre dependencia a internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios de Morelia. El objetivo del trabajo fue establecer el nivel de uso sin problema, problemas ocasionales, uso problemático o dependencia al internet y al teléfono móvil, exploró mediante un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y transversal; la muestra fue no probabilística por conveniencia de 208 estudiantes a los que se les aplicó como instrumentos el cuestionario de experiencias relacionadas con el uso del internet (CERI) y las experiencias relacionadas con el uso del celular (CERM). Los resultados arrojaron que la población se conformó por 103 varones y 105

mujeres, de los cuales, 48 % tienen uso problemático del celular y 46% tiene uso problemático del internet, concluyendo que existe una prevalencia del uso problemático que deriva en dependencia al uso de internet y del celular.

Por otra parte, se encontró el estudio de Fernández et al. (2020) realizado en cinco estados de la República Mexicana sobre factores asociados al uso problemático de internet en adolescentes, el trabajo emplea como metodología un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y diseño transversal analítico, se seleccionó una muestra de 777 estudiantes mediante un muestreo aleatorio simple por conglomerados y se aplicó como instrumento de evaluación la escala validada Internet Addiction Test. Los participantes un 50% es mujer y un 50% es hombre, la edad promedio es de 13 años. Los resultados arrojaron que un 30.6% presentó uso problemático de internet, que estuvo asociado con factores académicos como: retraso en tareas, inasistencia a clase problemas con el profesor, disminución en calificaciones, factores de salud: disminución en horas de sueño; y factores sociales como: conversación con personas desconocidas, citas/relaciones sentimentales con personas conocidas por internet.

Por último en el contexto internacional, se halló el estudio de Cruz et al., (2019) sobre efectos de la pandemia en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios realizado en Lima, Perú, con el objetivo de determinar la relación entre dependencia al celular y habilidades sociales, la metodología empleada fue cuantitativa de tipo correlacional, diseño no experimental y corte transversal en una muestra de 351 participantes conformados por ambos sexos con edades entre los 17 a 28 años, usando como instrumento el test de dependencia al móvil (TDM) y la escala de habilidades sociales (EHS). Los resultados obtenidos es que el 52,1% de estudiantes está en riesgo de presentar dependencia al celular, el 22,8% ya está en riesgo y un 25,1% no tiene ningún riesgo de dependencia, del mismo modo, un 56,1% presenta un bajo nivel de habilidades sociales, con esto, concluyeron una relación inversa estadísticamente significativa entre el uso del celular y las habilidades sociales, a mayor dependencia, menores habilidades.

A nivel nacional, se encontró el estudio de Vega et al. (2021) realizado en Boyacá sobre uso problemático de internet por estudiantes universitarios de Colombia con el objetivo de conocer y analizar las autopercepciones de una muestra de estudiantes universitarios colombianos en relación al uso del internet, para ello, se empleó una metodología cuantitativa

de tipo descriptiva y diseño no experimental con una muestra de 2.964 sujetos a los que se les aplicó una adaptación del Internet Addiction Test (IAT). La población se clasificó en 10% de participantes con edades entre 16 a 18 años, un 18% de 19 a 21 años, un 17% entre 22 a 24 años, un 14% entre los 25 a 27 años y un 40% mayores de 27 años. Los resultados en cuanto a las dimensiones de control del tiempo y emocional cognitiva, predominó una calificación baja, el análisis comparativo por sexo indica un mayor uso problemático del internet en las mujeres y, en términos generales, se halló que el 30% de participantes percibe un uso problemático del internet, pero no se halló una alta prevalencia en un uso adictivo.

Baquero y Gómez (2021), realizaron un estudio en Villavicencio titulado ciberadicción en adolescentes de un colegio público, teniendo en cuenta que se trata de una afección patológica que incita a la dependencia y disminuye la libertad del individuo. El trabajo se desarrolló mediante una metodología cuantitativa de tipo descriptiva en una muestra de 80 adolescentes a los que se les aplicó la prueba de adicción al internet (IAT) que mide factores relacionados con la conducta adictiva de herramientas tecnológicas. Los resultados obtenidos en esta investigación, indican que, de los encuestados, el 45% de todos los adolescentes están dentro de un nivel alto, el 38% de ellos se sitúa en un nivel medio de ciberadicción. Por lo tanto, se concluye que al menos el 83 % de ellos realizan un uso inadecuado del internet.

Prada et al., (2020) llevó a cabo una investigación titulada relación entre adicción al aparato móvil y el comportamiento social en adultos jóvenes, se aplicó en 90 estudiantes universitarios de la ciudad de Bucaramanga con el objetivo de investigar la incidencia de las redes sociales sobre el comportamiento social, la metodología fue cuantitativa de tipo correlacional y como instrumento de medición se usó el cuestionario de uso de redes sociales (ARS). Los resultados del estudio les permitieron concluir que los jóvenes normalmente se conectan a redes sociales mediante el celular y que las más usadas con WhatsApp, Instagram y Facebook y que presentan el 63% presenta una adicción moderada al móvil.

En esta misma línea, se encontró el estudio de Castellanos et al., (2020) sobre uso y abuso del celular por parte de estudiantes de la Universidad Santo Tomás, en Bogotá, teniendo en cuenta que el internet y celular, son uno de los artefactos más utilizados por las personas y que ha producido cambios en las sociedades y personas. El trabajo se realizó desde un enfoque cuantitativo empleado técnicas de muestreo para recolección de información, análisis

multivariado y encuesta. Los resultados permitieron a los investigadores concluir que hay indicios de adicción manifestada en angustia por no utilizar el celular por tiempos prolongados.

Por otro lado, Rincón (2018) realizó un estudio sobre adolescentes escolarizados y uso del teléfono inteligente: relación de dependencia en Medellín, partió de la hipótesis que el uso del celular en adolescentes colombianos es alto y en ocasiones, puede llegar a comportamientos adictivos. Su trabajo empleó una metodología cuantitativa de tipo descriptiva aplicada a una muestra de 81 adolescentes a los que les aplicó el test de dependencia al teléfono móvil de Chóliz (2011), se resalta que también realizó una validación de este cuestionario. Las características sociodemográficas de la muestra se distribuyen en un 50,6% de estudiantes cursando 10° y solo un 17,3% está cursando 11°, los demás se encuentran en grados inferiores a decimo, la edad oscila entre los 12 a 17 años, con mayor predominancia entre los 15 a 17 años (69%). Los resultados arrojaron una baja dependencia, no existe un impacto significativo en sus actividades cotidianas ni relaciones interpersonales, tampoco se encuentra afectado su estado emocional por el uso del celular.

Finalizando con el contexto nacional, se encontró el estudio de Ramírez et al., (2018), sobre adicción y abuso a dispositivos móviles en estudiantes universitarios de Pereira, esto, con el objetivo de establecer la prevalencia de adicción y abuso a dispositivos móviles. Se desarrolló desde una metodología cuantitativa observacional de tipo descriptivo y corte transversal prospectivo en una muestra de 357 estudiantes seleccionados por muestreo aleatorio simple, los instrumentos empleados fue la escala de dependencia y adicción al dispositivo móvil (EDAS). Los resultados del estudio permitieron a los investigadores concluir que existe un nivel de adicción medio a dichos dispositivos que producen alteraciones a nivel personal y académico, el 66% hace uso frecuente habitual del dispositivo móvil y el internet, con un promedio de 170 minutos diarios.

A nivel regional/local, se halló el estudio de Ballesteros (2021) titulado rasgos de personalidad asociados a adicción a internet en estudiantes de medicina de la Universidad de Cartagena. La metodología empleada fue un estudio analítico transversal en una muestra de 241 participantes a los que se les administró como instrumentos de evaluación el examen internacional de los trastornos de personalidad (IPDE) y el test de adicción a internet de

Young (YIAT). Los resultados expresan que el 41,5% de individuos fue mujer y el 58,5% hombres, los rasgos de personalidad prevalente fue obsesivo compulsivo en el 71,4%, evitativo en el 68,9%, narcisista en el 61,4% y paranoides en el 50,2%, respecto a la adicción al internet, el 65% tiene una adicción leve y el 12% una moderada, también indican que existe una asociación con los rasgos de la personalidad, y que los evitativo e histriónicos tienen mayor riesgo de padecer adicción al internet.

Meza et al. (2020) realizaron un estudio en Sincelejo titulado adicción al internet y dependencia al móvil en universitarios de psicología, tuvo como objetivo describir los síntomas de adicción al internet y la dependencia al móvil, estableciendo la existencia de diferencias significativas según las variables sociodemográficas. Se fundamentó en una metodología positivista de enfoque cuantitativo y alcance descriptivo comparativo con diseño no experimental transversal, la muestra se conformó por 435 participantes seleccionados por muestreo probabilístico aleatorio simple a los que se les aplicó el test de adicción al internet (IAT) y el test de dependencia al móvil (TDM). Los resultados sociodemográficos indican que el 81,6% correspondía a sujetos de sexo femenino y el 18,4% de sexo masculino, respecto al estrato socioeconómico, el 47% es estrato bajo (1), el 34% estrato 2, el 15% estrato 3 y la cantidad restante a estratos superiores a estrato 3, de los encuestados, el 16% tenía entre 15 a 17 años, el 81% entre 18 a 26 años y el 3% eran mayores a 27 años.

En esta misma línea, respecto a los resultados de las variables evaluadas, Meza et al. (2020), encontró que el 83,9% de los sujetos hace uso controlado del internet el 15% tiene problemas frecuentes con el uso del internet y solo el 2% presenta una adicción al internet; en cuanto a la dependencia al móvil las dimensiones de abuso y dificultad de controlar el impulso obtuvieron una media alta.

Por otro lado, se encontró el estudio de Díaz et al. (2019) realizado en Cartagena, sobre adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes de odontología, con el objetivo de estimar la asociación entre la adicción al internet (AI) y el rendimiento académico. El estudio es de enfoque cuantitativo tipo correlacional y corte transversal, utilizó una muestra de 402 estudiantes seleccionados con el modo no probabilístico a los que se les aplicó como instrumento el Internet Addiction Test (IAT) de Young. Los participantes tuvieron tenían entre 16 a 31 años con una edad promedio de 20 años, el 64,9% eran adultos jóvenes, el 67,6%

varones y se encontraban cursando semestres inferiores. El 75,3% de los estudiantes mostraban AI; el 24,63% utilizaba internet mucho menos que la población promedio; el 73,13% mostraba una AI leve; el 2,24%, una AI moderada y no hubo casos de AI grave; el 5,2% tenía bajo rendimiento académico.

Orellano y Figueroa (2018) estudiaron la adicción al internet y telefonía móvil asociado con el rendimiento académico en estudiantes de odontología de la Universidad de Cartagena, tuvo una metodología transversa, que consistió en aplicar el test de adicción a internet de Kimberly Young en una muestra de 402 estudiantes mayores de 15 años. Los resultados indicados fue que el 24,6% de la población no presentó ningún nivel de adicción, el 63,1% tuvo calificaciones de adicción leve y un 12,11% una adicción moderada, no hallaron relación alguna entre la adicción a internet y el rendimiento académico.

Peñuela, et al., (2017) realizaron un estudio sobre el uso de Smartphone y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla, desde una metodología cuantitativa descriptiva de corte transversal en una muestra de 300 estudiantes a lo que se les administró una encuesta para evaluar variables como frecuencia de revisión de mensajes y llamadas conflicto en las relaciones personales. Los resultados arrojaron que el 53% revisaba su móvil cada 15 minutos o menos, el 66% lo lleva a todas partes y el 52% lo usaba en exceso, hallaron que las mujeres tienen a usar más el celular y tenían más conflicto en sus relaciones personales.

Por último, se encontró López y Villa (2017) desarrollaron un estudio en la ciudad de Valledupar, titulada el uso de las tics como estrategia didáctica en el proceso de enseñanza aprendizaje en el grado tercero de la institución Francisco Molina Sánchez, tuvo como propósito determinar si las Tic se usan como estrategia didáctica en el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes del grado tercero la IE Francisco Molina Sánchez, el trabajo fue cuantitativo descriptivo aplicado en una muestra de 60 estudiantes con edades entre los 8 y 11 años. Los hallazgos de su trabajo evidenciaron que existe la necesidad en educandos de usar las Tecnologías de la Información y Comunicación tecnologías (TIC) para realizar las actividades en clase. Encontraron que usar las herramientas tecnológicas favorece el proceso de aprendizaje significativo.

Finalizando con la revisión de antecedentes, antes de mencionar las limitaciones de este proceso, se puede precisar que los distintos estudios citados guardan similitud con este proyecto en que todos incluyen al menos una de las variables o constructos de interés que es la dependencia al celular y adicción al internet, del mismo modo, se realizan en estudiantes, bien sea de nivel educativo primaria, bachillerato o universitario, además varias de las investigaciones referenciadas utilizan los mismos instrumentos a emplear en este trabajo, proporcionando aportes de gran significancia para establecer un análisis comparativo, sin embargo, algunas de las discrepancias que se mencionan respecto a las indagaciones citadas, es el hecho de que se aborde en estudiantes de un nivel educativo diferente a bachillerato que es el interés de este estudio, aquellos que no incluyen las dos variables juntas y emplean una metodología de tipo correlacional.

La revisión de los antecedentes consultados, permite demostrar que, evidentemente, la dependencia al celular y la adicción al internet, son variables que frecuentemente despiertan el interés de investigadores por explorarlas en conjunto de manera descriptiva. Para este apartado, se realizó una indagación exhaustiva a nivel internacional, nacional y regional/local, en distintos repositorios universitarios internacionales y nacionales, búsqueda avanzada en google y google académico, revistas indexadas como Scielo, Elseviers, Dialnet, Innovar, Journal, Vitae, y otras más, empleando diversos comandos de búsqueda que permitieran ampliar la consecución de resultados como: adicción al celular, adicción al internet, dependencia al celular y al internet, uso excesivo del celular o al móvil, uso excesivo del internet, uso adictivo al móvil e internet, adicción al móvil, dependencia al móvil o Smartphone, entre otros, empero, es preciso traer a colación que a nivel internacional existe una gran variedad de estudios, no obstante, pese a que es un tema que se creería, es de alto interés investigativo considerando la alta demanda por la tecnología y dispositivos móviles, encontrar estudios tanto nacionales como regionales fue complejo y la búsqueda bastante limitada.

En relación a lo anterior, se precisa que se halló un estudio en Valledupar relacionada con las tecnologías de la información que incluye propiamente el tema del uso del celular y el internet, sin embargo, dicha investigación realizada por López y Villa (2017), solo habla de la importancia de las TICS en el ámbito de la enseñanza, pero no lo aborda desde la dependencia o adicción que los individuos puedan generar a estas herramientas, por lo que no tienen un

aporte significativo para este estudio, por tanto, la búsqueda empleada permite evidenciar que no existen suficientes estudios sobre este tema tanto en el país como a nivel local y a su vez, al no haber hallado un panorama amplio de estudios existentes publicados sobre el tema, estas limitaciones ponen en manifiesto la relevancia de este proyecto de grado que permita instaurarse como un antecedente a nivel local.

Bases Teóricas

La aparición de los avances tecnológicos, los celulares y la navegación por internet ha fascinado a los adolescentes, actualmente, la gran mayoría cuenta con un teléfono móvil o mínimamente, con acceso a uno y con conexión a internet, son dispositivos que se han convertido en una necesidad para comunicarse y para optimizar las clases, son una herramienta indicada en los procesos de aprendizaje y útil para las tareas escolares, sin embargo, los individuos suelen pasar mucho tiempo conectado haciendo uso de las tecnologías de la información llegando a ser excesivo y afectando otras actividades y responsabilidades del estudiante; con este trabajo de grado se busca conocer el nivel de dependencia al internet y celular de los individuos, de este modo, en el presente apartado se relacionan los distintos aspectos teóricos en torno al tema.

De acuerdo con autores como Echeburúa y Requesens (2015) explican que la adicción es una condición patológica que genera dependencia y disminuye a libertad de la persona, contrae el campo de conciencia y obstaculiza la extensión de intereses interfiriendo de forma negativa en la vida cotidiana de los individuos impactándolos a nivel social, personal, familiar, escolar o laboral, e incluso, en la salud. Las características básicas de la adicción se concentran en dos elementos, la dependencia y el descontrol, que pueden expresarse a partir de fuertes deseos u obsesiones verdaderas mediante el desencadenamiento emocional de sus conductas, que pueden provocar un malestar intenso, lo que se denomina síndrome de abstinencia. Falta de práctica. Es por esto que las personas que se sienten fascinadas por los objetos adictos reducen su interés en participar en otras conductas o actividades que anteriormente les han producido satisfacción o que serán atractivas en el futuro.

El internet y los dispositivos móviles son herramientas de comunicación, ocio e información que ciertamente, generan un cambio en la forma como los individuos conciben la realidad, supone en la mayoría de los casos, una connotación positiva en el desarrollo de

actividades y proporcionan ventajas para el mejoramiento de la calidad de vía, sin embargo, al igual que puede generar emociones y comportamientos placenteros, en algunos sujetos con tendencia a la vulnerabilidad, les genera un encapsulamiento en un círculo electrónico, contribuyendo en la generación de falsas identidades, a medida de los deseos de sí mismo, y a la sustitución del mundo externo por la realidad virtual (Echeburúa, 2000).

Adicciones tecnológicas

Las tecnologías de la información y comunicación (TICS) son recursos puestos a disposición de las personas con la finalidad de facilitar las actividades cotidianas, sin embargo, en algunas circunstancias pueden llegar a ser perjudiciales principalmente, en adolescentes, el internet y los recursos que ofrece puede transformarse en un fin y no en un medio. (Echeburúa y Corral, 2010). Las adicciones tecnológicas se identifican cuando existe una obsesión enfermiza por adquirir una nueva innovación de tecnología o por mantenerse conectado al celular o internet, cuando las Tic se convierten para el individuo en un instrumento prioritario de placer y alivio para la abstinencia de este tipo de dispositivos, los servicios que ofrecen pueden atrapar a algunos adolescentes de forma que el mundo virtual, los aísla de su realidad, les proporciona una falsa identidad que les hace perder el contacto personal o puede hacer que distorsionen su mundo real. (Becoña, 2006).

Las tecnologías de la información y las comunicaciones han generado en las últimas décadas cambios en la sociedad gracias a su interactividad, debido a que se consideran como una de las mayores herramientas de innovación, la cual brinda beneficios sociales de interacción y conexión constante entre la población. Durante los últimos años se ha investigado el uso del Internet, incluyendo cuestiones relacionadas con problemáticas sobre su uso, entre ellas la denominada adicción a Internet Ahmadi, (2014; como se citó en Medrano,2017) el uso de las redes sociales se ha asociado con la pérdida de control, una reducción de actividad física, privación del sueño, mentir sobre su uso, focalización atencional, impedimento de diversificar tiempo, descuido y pérdida de interés, ansiedad e irritación por permanecer conectado en las redes sociales.

La adicción a las tecnologías de acuerdo con Fontemachi (2014), son parte de procesos de dependencia que se desarrollan por el uso excesivo e inadecuado de teléfonos celulares, internet y lo que este último ofrece como acceso a aplicaciones, videojuegos o redes sociales,

otros autores también denominan este fenómeno como ciberadicción, netadicción o uso compulsivo de las tecnologías de la información. (Bricolo y Serpelloni 2002; Luengo López, 2004; Young, 1998)

El concepto de adicción a las tecnologías ha sido introducido por Goldberg y Popularizado por Young (1998), especifican que los individuos dependientes a las nuevas tecnologías pierden la capacidad de controlar su uso y ponen en peligro sus relaciones interpersonales, la persona desarrolla un involucramientos a estas herramientas, generando un estado de uso a los servicios que brinda, genera características sintomatológicas y disfuncionales haciendo que la persona sea incapaz de controlar el tiempo que tarda conectado, relegando responsabilidades sociales, familiares, profesionales y académicas. Reducen las horas de sueño y presentan irritabilidad, cansancio, debilidad del sistema inmunológico y tendencias de aislamiento social (Basile, 2006).

La teoría socio cognitiva postula que, a partir de la expectativa de resultados positivos combinado con la autoeficacia del uso de Internet, y una deficiente autorregulación del mismo conlleva a la adicción. Partiendo de la perspectiva biológica se encuentra la postura neurocientífica, que ha relacionado la adicción al Internet con cambios en la conectividad neuronal y en la estructura y funcionamiento del cerebro, como la disminución de actividad dopaminérgica, encontrando algunas similitudes con otros tipos de adicciones. (Mendoza, et al., 2015).

Los dispositivos móviles resultan ser los medios de acceso a las redes sociales de mayor popularidad en la actualidad, los jóvenes los han adaptado como un elemento indispensable, aumentando así la comunicación y las relaciones sociales virtuales, pero también conduciendo al uso problemático, dependencia, hábitos no seguros de uso, falta de concentración e inclusive problemas económicos relacionados con deudas, derivadas del uso masivo de dispositivos, tales como: Celular, Tablet, y portátil.

Presentándose de ésta forma dificultad para separarse de dichos dispositivos móviles, generando en el usuario situaciones como; estado de alerta, el uso en lugares no apropiados, descuido de actividades importantes, tenerlo cerca del lugar de descanso para usarlo a cualquier hora, e inclusive frente a otras personas con las cuales se esté sosteniendo una

conversación, y además preferir comunicarse mediante estos dispositivos ignorando las advertencias de su uso excesivo, (Corral, 2014; como se citó en Medrano, 2017).

El uso de dispositivos móviles es considerado como un posible predictor de la adicción a las redes sociales debido a la fácil conectividad, y se relaciona con el aumento del interés y uso excesivo, generando una mayor dependencia que la que se da en el uso del computador, dado que los dispositivos móviles son mucho más prácticos debido a que por su tamaño se puede tener a la mano en cualquier lugar, y el uso de las aplicaciones y redes sociales resultan ser más dinámicas desde los dispositivos móviles, que a su vez afectan la comunicación interpersonal con quienes están presencialmente ya sean familiares o amigos.

En esta misma línea, una inclinación desmesurada hacia cualquier actividad como lo puede ser el uso excesivo del internet y el celular, desemboca una adicción exista o no, una sustancia química de por medio, pues se trata más bien de un apego patológico que genera dependencia y disminuye la libertad del individuo estrechando su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses. En este marco, existen hábitos conductuales que pueden ser aparentemente inofensivos, pero que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos impactando significativamente la vida cotidiana a nivel a nivel familiar, escolar, social o de salud (Echeburúa y Corral, 2010).

De acuerdo con Potenza (2006), lo que caracteriza una adicción es la pérdida de control y dependencia, son conductas controladas principalmente por reforzadores positivos como el aspecto placentero de pasar horas conectado a internet, pero que terminan siendo controladas por reforzadores negativos como el alivio emocional que se produce tras realizar la conducta, es decir, mientras que una persona normal puede hablar por el celular o usar el internet por utilidad, una persona adicta lo hace buscando un alivio a un malestar emocional (aburrimiento, soledad, ira, nerviosismo) que le genera la ausencia de uso de las tecnologías de la información.

La adicción a las tecnologías o también conocida como ciberadicción, se establece cuando el adolescentes deja de verse con sus amigos o realizar sus obligaciones, para posicionarse ante una pantalla, cuando empieza a poner mayor atención a su celular o al internet, que a sus amigos, familia o deja de rendir en sus estudios, ante estas situaciones tal y como o indica Estallo (2001), existe una interferencia clara en la vida cotidiana, donde, al

igual que ocurre en adicciones químicas, las personas adictas experimentan un síndrome de abstinencia cuando no pueden realizar el comportamiento, caracterizado por la presencia de un profundo malestar emocional (estado de ánimo disfórico, insomnio, irritabilidad e inquietud psicomotriz). Al igual que ocurre en el ámbito de las drogas, es difícil que un adicto se considere como tal.

Echeburúa y Corral (2010) indican que cuando hay dependencia, el comportamiento adictivo se vuelve automático, se activa emocionalmente y tiene poco control cognitivo sobre el éxito o el fracaso de la decisión. Los adictos sopesan los beneficios de la gratificación instantánea, pero ignoran las posibles consecuencias negativas a largo plazo. Por tanto, el abuso de las redes sociales virtuales puede provocar aislamiento, bajo rendimiento, desinterés por otros temas, trastornos del comportamiento y pérdidas económicas (videojuegos), así como sedentarismo y obesidad.

Factores de riesgo

Demográficamente, de acuerdo con Carbonell, et al., (2008), los adolescentes son el grupo de mayor riesgo a desarrollar adicciones tecnológicas debido a su tendencia a buscar sensaciones nuevas y placenteras, además, al haber nacido en una época digitalizada, son los que con mayor frecuencia hacen uso del celular e internet. No obstante, Becoña (2009), explica que hay personas con mayor vulnerabilidad que otras y que la disponibilidad ambiental de las nuevas tecnologías en las sociedades desarrolladas es muy amplia aumentando la probabilidad de degenerar dependencias a estas, empero, resalta que, pese a esto, sólo un reducido número de personas muestran problemas de adicción.

Echeburúa y Corral, (2010), también indican que algunas características propias de la personalidad y los estados emocionales incrementan la vulnerabilidad psicológica a desarrollar adicciones como la impulsividad; la disforia (estado anormal del ánimo que se vivencia subjetivamente como desagradable y que se caracteriza por oscilaciones frecuentes del humor); la intolerancia a los estímulos displacenteros, tanto físicos (dolores, insomnio o fatiga) como psíquicos (disgustos, preocupaciones o responsabilidades); y la búsqueda exagerada de emociones fuertes. Ocasionalmente, la adicción subyace un problema de personalidad como timidez excesiva, baja autoestima o rechazo de la imagen corporal, mismamente, problemas psiquiátricos previos aumentan el riesgo de engancharse a Internet.

Señales de alarma

De acuerdo con Young (1998), existe una serie de señales que permiten identificar la dependencia a las tecnologías de la información y la comunicación que pueden ser un reflejo de una afición en una adicción como el privarse del sueño, disminuir la cantidad de horas para dormir por mantenerse conectado al internet o el celular, dedicar tiempos de conexión excesivamente altos, descuidar otras actividades importantes como los estudios, a salud o el contacto con la familia, recibir quejas constantes por parte de los padres o hermanos respecto al uso de las TIC, rumiación cognitiva, pensar excesivamente en estar conectado a internet y sentirse irritado de forma exorbitante si la conexión falla o es muy lenta intentar limitar el tiempo de uso al internet y el celular pero sin conseguirlo, mentir sobre el tiempo real al que se pasa conectado, aislamiento social, bajo rendimiento académico y activaciones anómalas ante la presencia de dispositivos móviles o internet.

Tecnologías de la información y cognición

Jackson (2010), plantea que, en medio de las promesas, de las tecnologías y del potencial de los logros científicos, se está cultivando una cultura híper-veloz, sobrecargada, desenfocada y de fragmentación intelectual en la que la función atencional está en problemas. Plantea que la gran cantidad de mensajes, emails, llamadas que se reciben y realizan en cualquier momento del día, son características de una cultura en la que la interrupción (ej. un celular que suena en medio de una actividad que requiere atención selectiva y sostenida), hacen difícil concentrarse y pensar de forma creativa. El planteamiento de esta autora es que la forma de vida que actual, está caracterizada por la multitarea y las continuas interrupciones, haciendo a los individuos olvidar su capacidad de “atención profunda”, y así depender más del pensamiento dicotómico y de las relaciones superficiales.

Causas y consecuencias del uso excesivo del celular e internet

Las causas del uso excesivo del celular se relacionan con el resultado que genera estar de forma continua pendientes a las notificaciones, correos o estar revisando las redes sociales, ocurre un incremento de irritabilidad en el sistema nervioso, produciendo ansiedad, déficit de atención y aumento del estrés. Las consecuencias del uso y abuso del celular, se dan la medida en que el espacio que antes era utilizado para la experiencia individual, ahora es un espacio en el que hay imágenes, diversos referentes, versiones y visiones, los dispositivos móviles

proporcionan instantaneidad, volumen y en ocasiones, desorden de la información, disminuyen la relación con los sucesos, los lugares y realidades, pues el contacto con la realidad es cada vez menos natural y se convierte en algo más sintético y predecible.

En cuanto a las consecuencias del uso y abuso del internet, Turkle (2011), estudió las interacciones con la tecnología y efectos que tiene en la vida de cada persona; y, por tanto, propone que el uso del internet conduce a una menor interacción social, ya que por estar conectados a la web o utilizando algún aparato virtual se deja de socializar con otras personas. Su estudio se basa en la preocupación por el desarrollo y aprendizaje social de niños y adolescentes. Indica que los aparatos tecnológicos han ido reemplazando otro tipo de relaciones, de esta manera, ha ido evolucionando el uso de la red, desarrollando en cada momento un recurso o herramienta como lo es el celular, que dispone múltiples finalidades, que, si no se supervisan o se controlan, podrían generar causas derivadas para la atención, el aprendizaje, la concentración entre otras.

Uno de los aspectos en común entre jóvenes que utilizan excesivamente el celular, es un problema que Moreno (2013), denomina o refiere como “telefonitis” aparece cuando una persona siente una necesidad imperiosa de usar el teléfono móvil a cualquier hora del día, envía compulsivamente mensajes de texto, se aísla y, además, gasta cantidades exorbitantes que, conforme a sus ingresos mensuales, pueden ser excesivos; y considerando que desiste en invertir en asuntos realmente primordiales.

El uso de los teléfonos inteligentes (Smartphone) es excedido principalmente por adolescentes y jóvenes sus usuarios más activos, esto conlleva el riesgo de ser un elemento distractor en sus actividades académicas y que el abuso lleven a presentar el comportamiento típico de adicción, el teléfono móvil cumple en la actualidad un como herramienta de comunicación, de consola de juego, reproductor de música, reproductor de películas, lectora de noticias, acceso a redes sociales y herramienta de mensajería entre otros, por lo que su capacidad multidisciplinaria, tan variada y que le proporciona diversas gratificaciones no puede estar exenta de problemas.

Estudios como los de Small y Vorganl (2008) han descubierto que existen patrones de conducta producto del abuso de los teléfonos inteligentes (Smartphone) que incide de manera negativa en las relaciones sociales de la vida del usuario, hacen uso de sus características en

horarios escolares, reuniones familiares o profesionales, al mismo tiempo que están dividiendo su atención con su interlocutor y sus actividades como consulta de sus redes sociales, ver un video, envió de mensajes, entre otras; esto se relaciona con el hecho de que a personas le es difícil resistirse al uso de las nuevas tecnologías, convirtiéndose estas en el centro de su vida, su uso en un hábito de dependencia y esta dependencia en un problema conductual con repercusiones sociales y profesionales.

Según Ron et al (2013; como se citó en Cuba (2016) en los últimos años, una consecuencia del abuso de los Smartphones es también la pérdida de la intimidad, lo que se refleja en la manera en que las nuevas tecnologías afectan al concepto de amistad. Esto se debe a que existe un riesgo importante de confundir los cientos de contactos que se tienen hoy en las redes con los que realmente son amigos de verdad. En muchos casos, se encuentra que se comparte información íntima con muchos contactos de las redes sociales, perdiéndose así lo valioso de proteger la intimidad y arriesgándose a dejar de ser los dueños de su propio futuro. Todo aquello que se hace por medio de las redes sociales queda de algún modo grabado. Siendo así, que cuando se esté en la búsqueda de un trabajo o cualquier otra situación, haya personas que tengan dos biografías diferentes sobre uno mismo, la del mundo físico y la del mundo digital.

Todas estas herramientas si bien han sido diseñadas para contribuir con los procesos, servir de ocio, entretenimiento o ayudar a las personas en la interacción a distancia, resulta claro comprender que, de su uso excesivo, como se menciona, pueden desencadenarse efectos desfavorables, sobre todo en procesos psicológicos que interviene en el proceso de enseñanza – aprendizaje, influyendo en la manera de calificación y/o en el rendimiento académico.

Teléfono móvil celular

Basterretche (2007), define el teléfono móvil o celular como un dispositivo electrónico, de diseño práctico que se fundamenta en la tecnología de ondas de radio; su rasgo característico es que es portable e inalámbrico, es decir facilita su movilidad a distintos lugares según se requiera, no necesita de ningún tipo de cableado para contar con conexión a la red telefónica, y, actualmente, facilita también el acceso a internet. También es de precisar la definición que establece Tardáguila (2009) sobre el celular refiriéndolo como “aquellos microordenadores que son lo suficientemente ligeros como para ser transportados por una

persona, y que disponen de la capacidad de batería suficiente como para poder funcionar de forma autónoma”. (p. 4)

El uso del celular

El uso de la tecnología móvil en el aula es un tema de actual debate entre la comunidad educativa. Es importante entender que no hace referencia a una enseñanza móvil, o sea al conjunto de metodologías de enseñanza-aprendizaje exclusivamente mediante tecnología móvil para educar y aprender en cualquier momento y lugar; sino del uso del móvil como una herramienta más dentro del aula como los ordenadores, las tabletas, los libros o las pinturas.

Según Alayo & Montalvo (2019), existen múltiples ventajas y retos en el uso de esta tecnología, si bien es cierto, que la controversia está llevando a que las instituciones impulsen normativas internas para prohibir usar el móvil en las escuelas o, por lo contrario, otras potencian el uso del móvil en las aulas como elemento pedagógico. Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud, (OMS) hace énfasis en que los adolescentes y adultos en dicha etapa incurren en muchos cambios; en el colegio o en el hogar, entrada a la universidad, entre otros; a esto se suma el uso de los celulares móviles en el tiempo académico como un distractor y una mala fuente si de este se hace un uso irracional, ya que se será notado en las deficiencias de las notas de cada alumno.

El uso del celular y dispositivos móviles aunado a sus distintas aplicaciones, hacen que el ocio crezca de forma exponencial especialmente en jóvenes y adolescentes, es una situación que ha cambiado la forma de ver las cosas, por ejemplo, el ocio para los jóvenes antes de la aparición de dispositivos móviles, significaba ver televisión en familia, para la población actual, representa ver series en su celular, utilizar sus aplicaciones y juegos o chatear con amigos. Schmidt y Cohen (2014), plantean que quienes usan el celular viven en dos mundos, uno virtual y uno físico, en el primero experimentan conectividad de forma rápida y a través de medios electrónicos y dispositivos.

Lejoyeux y Adés (2003), habla al respecto de ese mundo virtual y el peligro por la fascinación del mismo, en este aspecto se refiere a las habilidades sociales especialmente de individuos que tienden a ser tímidos, introvertidos y solitarios, que, de cierto modo, toman el uso del celular como un refugio, pues les facilita la libre expresión al tener una pantalla como

escudo, sin necesidad de dar explicaciones a nadie. El uso inmoderado del celular puede radicar entonces, en la excitación que ocasiona y la adquisición de un nuevo sentido de identidad; otros lo utilizan para reducir o minimizar las tensiones internas que puedan tener; otros lo utilizan para tener una compañía o simplemente sentirse acompañados; en general, estas serían personas que suelen sentirse solas.

Características del inadecuado uso del celular: ventajas y desventajas

El uso del teléfono celular es hoy por hoy, parte del día a día de la población en el mundo de las comunicaciones trayendo consigo una gran gama de ventajas y desventajas, debido a que de cierto modo ha incurrido en los estudiantes como una posibilidad de poder avanzar y ser más eficientes en una institución por medio de una búsqueda de actividades académicas en un aparato tecnológico, sin embargo, de acuerdo con Román (2017), esto ha generado situaciones adversas donde la evolución tecnológica ha conllevado aspectos positivos y negativos en el entorno, transformando los sistemas culturales y las formas de comunicación, que requiere de un correcto uso de la tecnología, que les ayude a los adolescentes especialmente, a proporcionar rendimiento en la institución por medio de la interacción y solución de los problemas y satisfacción de las necesidades.

Resulta interesante, traer a colación lo que expresa Moreno (2013), donde anota que los celulares son la herramienta tecnológica de mayor influencia y uso a nivel mundial, debido a que estos aparatos van adaptándose a las nuevas tendencias que surgen en el mercado. Desde su creación los celulares han bajado de peso y tamaño. Asimismo, ya no sólo sirven para las necesidades básicas como para las cuales fueron creados, como lo es para hablar y colocarse en contacto con las personas lejanas, sino que también cada vez están más adaptados al manejo y la facilidad de uso de las personas, con capacidades para llamar, enviar mensajes de texto, escuchar música, tomar fotos, grabar videos, navegar en la Internet, etc.

Abuso del celular

El celular es una herramienta de gran utilidad, es pragmática al momento de optimizar las actividades cotidianas, sin embargo, el problema se presenta cuando del uso, se convierte en abuso, se excede el tiempo de utilización haciéndose cada vez mayor interfiriendo en el día a día del individuo; este abuso puede conllevar a una dependencia o incluso, una adicción, en sentido a esto Lejoyeux y Adés (2003) explican que el abuso al celular se relaciona con la

tecnología de los mismos, el acceso a internet, redes sociales y diversas tendencias virtuales, la costumbre por la distracción y placer que proporciona van generando una “obligación interna” y no por propio gusto; es decir, más por una necesidad que por elección, podrían constituir enfermedades reales. Estas conductas en aquellas personas que las desarrollan, ocasionan un malestar y aficción, no solo a los usuarios, sino también a todos aquellos que los rodean.

Dependencia al celular

Velazco y Carrera (2017), señalan que la dependencia al uso del celular hace referencia a la pérdida de autonomía de un individuo, en la que puede ocurrir incluso un relego del autocuidado como personas, tiene en cuenta que los niveles de dependencia se pueden desarrollar en distintos espacios de la vida y la comprende también como una subordinación a un poder mayor o situación en la cual el individuo se siente incapacitado para valerse por sí mismo. En sentido a esto, Asencio (2014) en su modelo de dependencia al celular, propone que existen dos categorías, una en las que se presenta dependencia y otra, en la que el celular se usa de forma normal, tomando como base cuatro indicadores que permiten detectar el sometimiento a dispositivos móviles, como juegos online desmedidos, uso excesivo del correo y mensajes de texto.

Condori (2019), especifica que en la dependencia al celular el principal comportamiento es la pérdida de control, aunado a una preocupación excesiva y malestar significativo ante la dificultad de no poder utilizar un celular o no poder ponerse en contacto con otras personas mediante el teléfono móvil o interactuar mediante el mismo. En dichos casos, la dependencia genera pánico y ansiedad ante la idea de no tener saldo o cobertura, de quedarse sin batería, que se dañe el dispositivo o lo pierda, todo esto impacta negativamente en la vida del individuo.

Los autores Caicedo y Solano (2010), explican que la dependencia al celular se entiende como una urgencia para emplear dispositivos móviles en las actividades cotidianas con la finalidad de satisfacer necesidades de la vida diaria, hace referencia al hacer indispensable el uso del dispositivo, consiste en realizar las tareas habituales dependiendo del uso de dispositivos móviles para comunicarse, estar registrando constantemente datos personales y del quehacer diario.

Adicción al celular

La adicción al celular es también denominada como nomofobia, concebido según Montaña (2020) como un miedo a estar sin celular, a desconectarse de cualquier dispositivo móvil, al individuo se le imposibilita dejar el celular, siente frustración o soledad al no tener cerca el celular e irascibilidad por no tener señal. Asmat (2015), manifiesta que la adicción al celular no es propiamente al dispositivo, sino a las funciones del mismo, las aplicaciones que el celular dispone como redes sociales, correo, internet, juego, entre otros, es a esto, a lo que se genera una adicción, un uso indebido derivado de conductas peligrosas y excesivas que pueden poner en peligro la integridad física y mental de la persona.

La población que mayormente genera adicciones al uso del celular, son los jóvenes, es un malestar que les genera frecuentemente dificultades sociales e interpersonales al tener que recurrir constantemente a la conducta excesiva, dando lugar a que no cumpla con sus obligaciones, falle en la escuela o incluso, tenga problemas en el hogar. Las adicciones al celular en jóvenes y adolescentes generan problemas conductuales y suelen caracterizarse por presentar síntomas de abstinencia, que es cuando se considera una adicción, debido a que les resulta muy difícil o imposible, dejar de utilizar el celular haciéndose presente malestares como alteración en el estado del ánimo, insomnio e irritabilidad. (Cía, 2013).

La adicción al celular, se relacionan con el comportamiento del individuo, como lo señalan los autores Shambare, et al., (2012), el individuo tiende a excluirse de todo tipo de actividades que solían resultarle placenteras reemplazándolas por el uso al móvil, el comportamiento es compulsivo y repetitivo basado en impulsos que son difícil de controlar para el individuo, se vuelve dependiente y la conducta se convierte en habitual, automática y obligatoria.

Dependencia al Internet

El principal autor en explicar la adicción al internet fue Godberg (1995), quien propuso que este problema puede ser explicado según los criterios diagnósticos del abuso de sustancias, en esta misma línea, Young (1996) creadora del test de adicción al internet, establece que se trata de “un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. Es decir, la persona

‘dependiente’ realiza un uso excesivo de Internet, lo que le genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales”.

La adicción a Internet se puede utilizar como estimulante, provocando cambios orgánicos en el cerebro, aumentando la dopamina y los neurotransmisores relacionados con la felicidad. Además, el uso de estas herramientas cambiará la conciencia y las emociones. Por tanto, puede producir resultados muy similares a los provocados por la cocaína. En algunas personas, el abuso de esta red es tan elevado que su privación puede producir signos o síntomas de abstinencia, como irritabilidad, déficit de atención, mal humor, ejercicio inquieto, trastornos del sueño o de la alimentación. (Echeburúa y Requesens, 2015).

De acuerdo con Tracy (2008) algunos de los motivos por los que se presenta el uso abusivo al internet, se debe a problemas de conducta y adicciones psicológicas, que generan una dependencia a las sensaciones o estímulos que produce sensorialmente el uso del internet. Es una actividad que se convierte en la más importante para la persona generando un dominio en sus pensamientos, sentimientos y conducta, también se produce un cambio en el humor, las experiencias subjetivas de tipo emocional como consecuencia al uso del internet, también existe una abstinencia caracterizada por estados emocionales desagradables e incluso físicas ante la interrupción o reducción del uso del internet. Conflicto. Se refiere a los problemas que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), las responsabilidades asumidas (laboral o social) y el propio individuo (conflicto intrapsíquico) por estar involucrado con la actividad particular. En las adicciones al internet también se producen recaídas con tendencia a repetir patrones asociados a la actividad problemática después de haberla controlado.

Causas de la Adicción a Internet

De acuerdo con Varela (2019), no hay una única causal de la adicción al internet, sin embargo, relaciona los siguientes factores:

- **Factores neuro-anatómicos.** Los estudios han demostrado que los cambios cerebrales de los adictos a Internet son similares a los de los adictos a las drogas y los jugadores anticuados. Específicamente, hemos visto cambios en las regiones del cerebro (regiones prefrontales) relacionadas con la atención, la planificación y la prioridad.

Estos cambios explican por qué los adictos anteponen el uso de Internet o el consumo de drogas a aspectos básicos de la vida diaria, como comer o dormir.

- **Factores biológicos.** Los estudios han demostrado que las sustancias químicas (neurotransmisores) que utiliza el cerebro para comunicarse en personas con problemas de adicción están desequilibradas. Específicamente, se ha encontrado que los niveles de los neurotransmisores dopamina y serotonina son más bajos que los de la población general. Esta deficiencia puede explicar por qué las personas con problemas de adicción consumen drogas, porque algunas de ellas aumentan los niveles de dopamina y serotonina en el cerebro.
- **Factores individuales.** Indica que las personas tímidas, con problemas para relacionarse con los demás, tienen mayor prevalencia e desarrollar adicción al internet, debido que el uso de este servicio le permite comunicarse e interactuar sin necesidad de afrontarse cara a cara a otras personas.
- **Factores relacionados con Internet.** La recompensa que ofrece el internet suele ser inmediata e impredecible, lo cual, propicia conducta adictiva debido a los estímulos fijos que ofrece, el conectarse a las redes sociales y establecer interacciones por allí, puede generar estimulación y emociones elevadas en el individuo y potencialmente positiva, lo que genera una búsqueda de esa excitación en el individuo.

La Adolescencia

La adolescencia de acuerdo con García et al., (2018) es una etapa para crecer, no sólo en relación con las dimensiones físicas sino también en las áreas cognoscitiva y social, la autonomía, la autoestima y la intimidad. Los jóvenes que tienen relaciones de apoyo con los padres, la escuela y la comunidad, tienden a desarrollarse de una manera saludable y positiva, estas relaciones de apoyo resultan herramientas fundamentales, para el desarrollo integral de la personalidad y facilitan la interacción en el núcleo social y familiar del adolescente. La OMS (2016), define la adolescencia como un período de transición de la niñez a la edad adulta que transcurre entre los 10 a 19 años de edad, en la que se promueve el crecimiento y desarrollo de las características sexuales secundarias, así como nuevas adquisiciones de habilidades sociales, emocionales y cognitivas. Entidades como la UNICEF. & Estado mundial de la infancia (2011), destacan tres etapas de acuerdo a los cambios físicos y evolutivos: adolescencia temprana (10 a 13 años), media (14 a 16 años) y tardía (17 a 19 años).

Durante el proceso que se da en el desarrollo de la adolescencia entre la pubertad y la adultez temprana tienen lugar cambios en las estructuras del cerebro involucradas en las emociones, el juicio, la organización de la conducta y el autocontrol. En este sentido la inmadurez del cerebro ha suscitado preguntas respecto de la medida en que es razonable hacer a los adolescentes legalmente responsables de sus actos, Papalia (2005).

Sandoval (2018), indica que para entender la inmadurez del cerebro adolescente es necesario revisar los cambios en la estructura y composición de la corteza frontal. Primero, en la adolescencia continúa en los lóbulos frontales el incremento de la materia blanca que es típico del desarrollo del cerebro en la niñez, y segundo la poda de las conexiones dendríticas que no se utilizaron durante la niñez da por resultado una reducción de la densidad de la materia gris (células nerviosas), lo cual aumenta la eficiencia del cerebro, este proceso empieza en las porciones posteriores del cerebro y avanza hacia adelante. Sin embargo, en su mayor parte no ha alcanzado los lóbulos frontales para la etapa de la adolescencia.

Los cambios en la manera en que los adolescentes procesan la información reflejan la maduración de los lóbulos frontales del cerebro y en esta se evidencian los avances cognoscitivos. Así mismo la experiencia tiene una gran influencia en la determinación de cuáles conexiones neuronales se atrofian y cuáles se fortalecen durante el proceso de desarrollo en el adolescente. Por consiguiente, el progreso en el procesamiento cognoscitivo varía mucho entre cada uno de los adolescentes. (García, et al., 2018).

La adolescencia es considerada como la última etapa en la construcción de operaciones formales. Esto implica que el adolescente es capaz de razonar mediante el pensamiento hipotético-deductivo, es decir; a partir de hipótesis enunciadas verbalmente, independientemente del contenido de los enunciados y sin necesidad de manipular objetos concretos. Lo que quiere decir que en esta etapa el adolescente ya cuenta con las herramientas para desenvolverse frente a diversas situaciones que deba afrontar durante el proceso de construcción de su vida adulta.

Como indica Sandoval (2018) durante la etapa de adolescencia se ve reflejada la transición de valores y aprendizajes derivados de experiencias sociales, en esta etapa se entra en contraste con las nuevas necesidades sociales. Durante este proceso, mientras llegan las responsabilidades adultas, se considera como un tiempo prolongado entre la adolescencia

tardía y de la adultez emergente, en la cual las únicas responsabilidades del joven se limitan a estudiar para mejorar sus opciones de acceso a un mercado laboral competitivo y a aprovechar de la forma más completa posible las circunstancias del momento. Se puede afirmar que la adolescencia es una transición evolutiva en la que el sujeto debe hacer frente a numerosos cambios.

García et al., (2018), explica que estas transformaciones se articulan en tres grandes áreas: cambios en el desarrollo físico o biológico, cambios en el desarrollo psicológico y cambios en el desarrollo social, es decir la adolescencia es la etapa del desarrollo que transcurre desde el inicio de la pubertad (aparición de los caracteres sexuales secundarios a raíz de cambios hormonales), hasta la finalización del crecimiento biológico, del desarrollo psicológico y social del individuo, aunque éste seguirá cierta evolución durante todo el ciclo vital.

En la etapa de adolescencia se manifiestan situaciones particulares, entre estas la toma de riesgos parece resultar de la interacción de dos redes cerebrales: 1) una red socioemocional que es sensible a estímulos sociales y emocionales, como la influencia de los pares, y 2) una red de control cognoscitivo que regula las respuestas a los estímulos. La red socioemocional incrementa su actividad en la pubertad, mientras que la red del control cognoscitivo madura de manera más gradual hacia la adultez temprana. Lo que permite explicar la tendencia de los adolescentes a mostrar arrebatos emocionales ya que estas conductas de riesgo por lo general se dan en grupos de iguales. (Papalia, 2005)

Durante la adolescencia los jóvenes se sienten en la necesidad de pertenecer a algún grupo social que sea compatible con sus gustos o ideales, y que a partir del mismo logren experimentar nuevas experiencias que le resulten satisfactorias, sin importar medir las consecuencias de las mismas, en éste sentido la nueva generación de adolescentes considerados nativos digitales, han encontrado en el internet y las redes sociales el espacio perfecto para crear nuevos vínculos de comunicación y diversas formas de interacción, debido a que las redes sociales son el medio idóneo para expresar y desarrollar la identidad personal de cada individuo, puesto que el contenido de éstas se crea en base a lo que los propios usuarios comparten, convirtiéndose así en los principales protagonistas a partir del uso de las mismas.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Enfoque de la investigación

El enfoque de investigación cuantitativa de acuerdo con Cabezas, *et al.* (2018) se cimienta en el razonamiento probabilístico del positivismo lógico, busca instaurar parámetros de medición controlada, es objetiva y descarta cualquier percepción u observación personal o subjetiva, se dirige al resultado, a desarrollar datos sólidos y repetibles que puedan ser generalizados a la población estudiada, utiliza la recolección de datos con la finalidad de comprobar hipótesis basándose en la medición numeración y análisis estadístico, dictaminando patrones comportamentales con el análisis de lo que se desea medir. Bunge (citado en Cabezas, *et al.* 2018) explica que este enfoque utiliza el método científico, pues utiliza una serie de pasos secuenciales para ejecutar la investigación como plantear un problema, construir su fundamentación teórica, deducir consecuencias particulares que sean de soporte al estudio, aplicar y diseñar pruebas para la recolección de datos que favorezcan la comprobación de hipótesis y permita confrontar las conclusiones.

Teniendo en cuenta los fundamentos anteriores, cabe resaltar que este proyecto de grado tiene como finalidad contrastar hipótesis sobre la dependencia al celular e internet, mediante la aplicación de pruebas que permitan validar esta información por medio de análisis estadístico que propicie la generalidad de los resultados a toda la población, además este trabajo ha seguido un proceso secuencial en el cual, cada fase precede a otra, por estas razones el enfoque cuantitativo es la metodología más idónea para desarrollar apropiadamente la presente investigación.

Tipo de investigación

Hernández y Mendoza (2018), conciben los estudios descriptivos como aquellos orientados a la medición de conceptos, variables o aspectos de un fenómeno a investigar, indican que el objetivo de este estudio se centra en la descripción o caracterización de un concepto, variable o constructo determinado, no tiene interés alguno en relacionar, establecer causalidad o conocer los cambios que puede ocasionar una variables sobre otra, se focaliza únicamente en medir uno o más atributos desde una descripción del fenómeno, es decir, observarlo en su contexto natural y describir tal y como se presenta en la realidad. Teniendo en cuenta esta información, es de precisar que en este proyecto no se establece relaciones entre

las variables, únicamente se describe y recolecta información sobre la dependencia al celular e internet de los estudiantes de la institución, por lo cual, este tipo de investigación es el más apropiado para la ejecución de resultados de este trabajo.

Diseño de investigación

Respecto al diseño se trata de no experimental de corte transversal. El diseño no experimental es definido por Cruz, *et al.* (2014) como aquel en el cual el investigador no pretende alterar de ninguna manera las variables, cuentan con un control mínimo sobre las mismas, los sujetos no se asignan a las condiciones, únicamente observa sus efectos sin establecer control para alterarlas. En este proyecto no se busca interferir ni alterar las variables de modo intencional, solo serán observados sus efectos, por lo tanto, el diseño no experimental es el más adecuado para el estudio.

El corte transversal, es adecuado para “aquellas investigaciones en las cuales se obtiene información del objeto de estudio (población o muestra) una única vez en un momento dado” (Bernal, 2006, p.119), es también conocido como transeccional, y su objetivo es recolectar toda la información de interés en un único encuentro. En este trabajo se va a recolectar la información en un único momento, por ello, se selecciona el corte transversal para desarrollar este trabajo.

Población, muestra y muestreo

La población es un concepto que hace referencia al conjunto de individuos que tienen unas características o propiedades en común que resultan de interés al investigador para estudiarlas (Icart, Fuentelsaz y Pulpón, 2012), se trata de la totalidad de elementos que componen un universo. Cuando la población suele ser extensa o difícil abarcar el número total de individuos, es preciso sacar una muestra representativa que facilite el proceso de investigación y permita generalizar los resultados a toda la población, en sentido a esto, Bernal (2006) concibe la muestra como una sección del universo que se selecciona para efectuar los procesos de medición y observación de las variables objeto de estudio, sigue un esquema para su selección como definir la población, identificar el marco muestral, determinar el tamaño de la muestra, elegir un procedimiento de muestreo y seleccionar la muestra.

Mismamente, en el proceso de selección de la muestra representativa de la población, existe un proceso que se denomina muestreo, este, de acuerdo con Carrillo (2015), se trata de

aquella selección que se realiza de un conjunto a través de métodos para obtener una muestra finita. Teniendo en cuenta esta información, cabe precisar que este estudio tiene como población los estudiantes de grado 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán, que suman en total 89 estudiantes, se tiene como criterios de inclusión, que los estudiantes tenga acceso al celular o internet y mayores a 14 años, los criterios de exclusión, son estudiantes que no tengan a su disposición dispositivos móviles e internet y que pertenezcan a grados menores a 10. A continuación, se especifica el proceso establecido para determinar la muestra.

Tabla 1.
Cantidad de estudiantes por curso.

CURSO	CANTIDAD
10°01	29
10°02	26
11°	34
Σ	89

Nota. La tabla muestra la cantidad de estudiantes distribuidos por los cursos de grado 10 y 11 de la institución.

Población (N): N= 89 Estudiantes

Muestra (n): n= 72

e= error máximo aceptado igual a 0,05 (5%) elevado al cuadrado

α = 96% con un nivel de significancia igual a $1,96\alpha^2$

$$n = \frac{89}{1 + \frac{4(0,05)^2(89-1)}{[1,96]^2 \alpha^2}} = 72$$

$$n = \frac{89}{1 + \frac{4(0,0025)(88)}{3,8416}}$$

$$n = \frac{89}{1 + \frac{(0,01)(88)}{3,8416}}$$

$$n = \frac{89}{1 + \frac{0,88}{3,8416}}$$

$$n = \frac{89}{1 + 0,2290712}$$

$$n = \frac{89}{1,2290712}$$

$$n = 72$$

Técnica e instrumentos de recolección de datos

Las técnicas de recolección de datos, tal y como indica Hernández y Mendoza (2018), hacen referencia a la aplicación de uno o varios instrumentos con el propósito de recolectar información respecto a las variables y/o muestra de los casos seleccionados, son datos que se recolectan para el análisis de la investigación, sin este procedimiento, no se podría llevar a cabo la investigación. Para llegar a esta etapa de la investigación, es necesario primeramente establecer hipótesis del estudio, llevar a cabo una revisión bibliográfica y tras una exhaustiva exploración, tener claridad y detectar los instrumentos a utilizar para evaluar lo que se pretende estudiar.

El presente estudio utilizara como técnicas e instrumentos de recolección principalmente una encuesta de caracterización sociodemográfica, al respecto, Arias (2018), fórmula que “es la modalidad de encuesta que se realiza de forma escrita mediante un instrumento o formato en papel contentivo de una serie de preguntas.” (p.72). Por otra parte, para recolectar información concerniente al tema, también se va a emplear el test de dependencia al móvil (TDM) de Chóliz y Villanueva (2011) adaptado a la población colombiana por Rincón (2018) y el test de adicción al internet (IAT) de Young (1998) adaptado a la población colombiana por Puerta, Carbonell y Chamorro (2012).

Test de dependencia al móvil (TDM)

El test de dependencia al móvil (TDM), es un instrumento diseñado por Chóliz y Villanueva (2011), cuenta con una adaptación colombiana realizada por Rincón (2018) quien realizó un proceso de validación y ajuste de baremos a estudiantes colombianos mediante juicio de expertos para la validez de contenido. Es un instrumento de diagnóstico de la dependencia al móvil fundamentado en los criterios diagnósticos del trastorno por dependencia a sustancias y del juego patológico del DSM-IV-TR de la American Psychiatric Association (APA).

Está conformado por 22 ítems que pueden ser respondidos mediante una escala tipo Likert de 0 – 4 puntos y se conforma por un total de tres factores. El factor 1 de abstinencia, hace referencia al malestar ocasionado por dejar de usar el celular y el tener que realizar la conducta de adicción para aliviar el malestar, se conforma por los ítems 8, 11, 13, 14,15, 16, 20, 21 y 22); el segundo factor de ausencia de control y problemas derivados del consumo,

evalúa el escaso control sobre los impulsos de realizar la conducta y problemas que surgen de la misma, se conforma por los ítems 1, 2, 3, 4, 7 y 10); el último factor denominado tolerancia e interferencia con otras actividades, valora la frecuencia con la que se utiliza el móvil y como esto interfiere en otras actividades, se conforma por los ítems 5, 6, 9, 12, 17, 18, 19).

Validez y Confiabilidad del instrumento

El test de dependencia al móvil ha sido elaborado para evaluar la dependencia al celular en adolescentes, de acuerdo a las investigaciones de Chóliz y Villanueva (2011), ha demostrado tener una consistencia interna de Cronbach = 0,94 y cada uno de los ítems que lo conforman cuentan con una correlación igual o superior a 0.5 con el resto de la escala. (Chóliz, 2011, p.174). En la adaptación colombiana de Rincón (2018), el Alpha de Cronbach fue de 0,951 en la validez de contenido, se halló una claridad de 0,058 indicando una concordancia significativa.

Operacionalización

Tabla 2.

Operacionalización de la variable dependencia al celular

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoración
Dependencia al celular	Abstinencia	-Malestar ante la ausencia del celular. -Uso del celular para aliviar problemas psicológicos.	8. Cuando me aburro, utilizo el celular	Ítem 1 a 10 0 "nunca"
			11. Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de usarlo (llamar a alguien, enviar un SMS o un WhatsApp, etc.)	1 "rara vez" 2 "a veces" 3 "con frecuencia" 4 "muchas veces"
			13. Si se me dañara el celular durante un periodo largo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me encontraría mal	Ítem 11 a 22
			14. Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia	0 "totalmente en desacuerdo"
			15. Si no tengo el celular me encuentro mal	1 "un poco en desacuerdo"
			16. Cuando tengo el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo	2 "neutral" 3 "un poco de acuerdo"
			20. No creo que pudiera aguantar una semana sin celular	4 "totalmente"
			21. Cuando me siento solo, le hago una llamada a alguien, le envié un mensaje o un	

	WhatsApp, etc.	de acuerdo"
	22. Ahora mismo agarraría el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada.	
Ausencia de control y problemas derivados	<p>1. Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar mucho el celular</p> <p>2. Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir</p> <p>3. He discutido con algún familiar por el gasto económico que hago del celular</p> <p>4. Dedico más tiempo del que quisiera a usar el celular</p> <p>7. Gasto más dinero con el celular del que me había previsto</p> <p>10. Me han reñido por el gasto económico del celular</p>	
Tolerancia e interferencia con otras actividades	<p>5. Me he pasado (me he excedido) con el uso del celular</p> <p>6. Me he acostado más tarde o he dormido menos por estar utilizando el celular</p> <p>9. Utilizo el celular en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)</p> <p>12. Últimamente utilizo mucho más el celular</p> <p>17. No es suficiente para mí usar el celular como antes, necesito usarlo cada vez más</p> <p>18. Nada más levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, si me han mandado un mensaje, un WhatsApp, etc.</p> <p>19. Gasto más dinero con el celular ahora que al principio</p>	

Nota. la tabla muestra la operacionalización de la variable dependencia al celular según sus dimensiones, indicadores, reactivos correspondientes a cada dimensión y la escala de valoración del instrumento.

Calificación del instrumento

El test de dependencia al móvil (TDM) está conformado por 22 ítems, los 10 primeros ítems se responden mediante una escala tipo Likert que oscila entre 0 y 4 (0 “nunca”; 1 “rara vez”; 2 “a veces”; 3 “con frecuencia” y 4 “casi siempre”) y en los 12 ítems restantes se pregunta por el grado de acuerdo o desacuerdo, a través de una escala tipo Likert que oscila entre 0 y 4 (0 “totalmente en desacuerdo”; 1 “un poco en desacuerdo”; 2 “neutral”; 3 “un poco de acuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”), sobre un conjunto de afirmaciones relacionadas con el teléfono móvil. Para calificar el instrumento es necesario calcular la puntuación directa que se obtiene mediante la sumatoria de todas las respuestas asignadas por el sujeto a cada reactivo, calcular cada factor requiere de sumar la puntuación dada a cada ítem que compone el mismo, cada respuesta del sujeto recibe la misma puntuación que le ha dado el sujeto, entre 0 y 4 y continuo a esto, se procede a sumar las puntuaciones de cada elemento en cada factor por separado. Las puntuaciones obtenidas en la calificación del instrumento deben ser comparadas con la tabla de baremos según el sexo de los participantes.

Baremos de interpretación TDM

Tabla 3.

Baremos de interpretación en varones

	Bajo	Promedio	Alto
Factor I: Abstinencia	[0 – 7]	[8 – 11]	[12 – 36]
Factor II: Ausencia de control y problemas derivados	[0 – 3]	[4 – 6]	[7 – 24]
Factor III: Tolerancia e interferencia con otras actividades	[0 – 10]	[11– 14]	[15 – 28]
TOTAL TDM	[0 – 22]	[23–32]	[33 – 88]

Tabla 4.

Baremos de interpretación en mujeres

	Bajo	Promedio	Alto
Factor I: Abstinencia	[0 – 12]	[13 – 19]	[20 – 36]
Factor II: Ausencia de control y problemas derivados	[0 – 6]	[7 – 10]	[11 – 24]

Factor III: Tolerancia e interferencia con otras actividades	[0 – 14]	[15– 17]	[18 – 28]
TOTAL TDM	[0 – 32]	[33–44]	[45 – 88]

Tabla 5.

Baremos de interpretación global

Grado	Valores
Muy bajo	0-34
Bajo	35 a 44
Promedio	45 a 54
Alto	55 a 64
Muy Alto	65 a 88

Test de adicción a internet (IAT)

El Internet Addiction Test (IAT) fue desarrollado por Young (1998) y validado en población colombiana por Puertas y Carbonell (2013), es una de las escalas más utilizadas en contextos clínicos e investigativos, se compone por un total de veinte preguntas con escalamiento tipo Likert donde 0 es nunca y 5 es siempre. Los autores de la adaptación a Colombia, sometieron la versión original de IAT a traducción y retraducción con la finalidad de garantizar la equivalencia idiomática. En la traducción participaron tres docentes colombianos de lengua inglesa, entre ellos, un especialista en adicciones y dos en psicometría.

Cabe precisar que el IAT fue diseñado como un instrumento unidimensional, en la que cada elemento contribuye a la puntuación total del test, no obstante, en la validación colombiana realizada por Puerta y Carbonell (2013), Se extrajeron tres factores: consecuencias por el uso de Internet compuesto por 7 reactivos, dimensión cognitiva-emocional conformada por 10 reactivos y control del tiempo conformada por 3 reactivos.

Validez y Confiabilidad del instrumento

La estructura factorial de la escala se evaluó mediante un análisis factorial exploratorio. La consistencia interna del IAT y los factores extraídos se analizaron con el coeficiente Alfa de Cronbach. Las intercorrelaciones entre las subescalas de los cuestionarios se calcularon mediante el coeficiente de correlación de Pearson. El IAT tiene buenas propiedades psicométricas y una fuerte consistencia interna. En aplicaciones en papel y lápiz el Alfa de Cronbach oscila entre 0,89 y 0,91 y en aplicaciones *online* varía entre 0,83 y 0,9. La versión en lengua española del IAT ha demostrado una alta fiabilidad, es un instrumento

adecuado para evaluar el impacto del uso de Internet en las interacciones sociales y la influencia del uso de Internet en la vida diaria.

De acuerdo con Puerta y Carbonell (2013) se calculó la consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach $\alpha = .77$, que indicó un grado aceptable de confiabilidad. Los valores de correlación ítem total variaron desde .0749 hasta .4434. Para evaluar las dimensiones subyacentes del instrumento se determinó primero el Test de Esfericidad de Bartlett (1651.726) con un $p < .01$ y la Medida de Adecuación de la Muestra Kaise-Mayer-Olkin KMO = 0.807.

Operacionalización

Tabla 6.

Operacionalización de la variable dependencia al internet

Variable	Dimensión	Indicadores	Ítems	Valoración
Dependencia al internet	Consecuencias por el uso del internet	-Descuido de actividades cotidianas -Dificultad en relaciones interpersonales -Disminución en calificaciones académicas -Impacto en la productividad	1. ¿Con qué frecuencia se conecta a Internet más de lo previsto?	0 "nunca"
			2. ¿Con qué frecuencia descuida las actividades de la casa para estar más tiempo conectado?	1 "rara vez"
			3. ¿Con qué frecuencia forma nuevas relaciones con usuarios de Internet?	2
			4. ¿Con qué frecuencia las personas cercanas a usted se quejan por la cantidad de tiempo que permanece conectado?	3 "ocasionalmente"
			5. ¿Con qué frecuencia sus calificaciones o actividades académicas se afectan negativamente por la cantidad de tiempo que permanece en Internet?	4 "frecuentemente"
			6. ¿Con qué frecuencia revisa su correo electrónico antes de realizar otra tarea que necesita hacer?	5 "a menudo"
			7. ¿Con qué frecuencia el	5 "siempre"
			8. ¿Con qué frecuencia el	

		tiempo que pasa en Internet afecta negativamente su desempeño o productividad en el trabajo?
Dimensión cognitiva emocional	-Pérdida de intimidad con la pareja -Pérdida de amistades -Actitud defensiva -Escape -Anticipación a la conexión -Percepción de la vida sin internet -Enojo -Preocupación -Bajo animo e irritabilidad	<p>3. ¿Con qué frecuencia prefiere más la emoción que le produce estar conectado a la intimidad con su pareja o la relación directa con sus amigos?</p> <hr/> <p>9. ¿Con qué frecuencia está a la defensiva o se muestra reservado cuando alguien le pregunta qué hace en Internet?</p> <hr/> <p>10. ¿Con qué frecuencia bloquea los pensamientos desagradables de su vida con pensamientos agradables relacionados con Internet?</p> <hr/> <p>11. ¿Con qué frecuencia anticipa cuándo estará conectado de nuevo?</p> <hr/> <p>12. ¿Con qué frecuencia teme que la vida sin Internet sería aburrida, vacía o triste?</p> <hr/> <p>13. ¿Con qué frecuencia se enoja si alguien lo molesta mientras está conectado?</p> <hr/> <p>15. ¿Con qué frecuencia se siente preocupado por no estar conectado o imagina estarlo?</p> <hr/> <p>18. ¿Con qué frecuencia intenta ocultar el tiempo que permanece conectado?</p> <hr/> <p>19. ¿Con qué frecuencia prefiere pasar más tiempo en Internet que salir con otras personas?</p> <hr/> <p>20. ¿Con qué frecuencia se siente deprimido,</p>

		malhumorado o nervioso cuando no está conectado, pero se siente mejor cuando se conecta de nuevo?
Control del tiempo	-Alteración del sueño. -Escaso control en el tiempo de conexión.	14. ¿Con qué frecuencia se queda sin dormir por conectarse durante la noche? 16. ¿Con qué frecuencia dice: “unos minutos más”, cuando está conectado? 17. ¿Con qué frecuencia trata de disminuir el tiempo que pasa en Internet y no lo logra?

Nota. la tabla muestra la operacionalización de la variable dependencia al celular según sus dimensiones, indicadores, reactivos correspondientes a cada dimensión y la escala de valoración del instrumento.

Calificación del instrumento

El IAT es un instrumento para la evaluación de los síntomas de adicción a Internet conformado por 20 ítems valorados en una escala Likert de cinco puntos (1 = rara vez, a 5 = siempre). Los rangos de puntuación total son de 20 a 100. Según las directrices de la autora, los participantes que obtienen entre 20 y 49 puntos son usuarios promedio y tienen control sobre el uso de Internet, los que puntúan entre 50 y 79 pertenecen a la categoría de uso problemático de Internet y los que puntúan más de 80 tienen problemas significativos en la vida debido al uso de Internet, presentan uso adictivo, esto, para la calificación global de la variable, los factores establecidos en la validación colombiana realizada por Puerta y Carbonell (2013), establece que la calificación se obtiene mediante la sumatoria de los reactivos que compone cada dimensión, teniendo en cuenta que para la dimensión consecuencias por el uso del internet el puntaje máximo es de 35, para la dimensión cognitiva y emocional es de 50 y para la dimensión control del tiempo es de 15.

Baremos de interpretación IAT

Tabla 7.

Baremos de interpretación de la escala de adicción al internet.

	Control	Uso problemático	Uso adictivo
Factor I: Consecuencias por el uso del internet	[0 – 11]	[12 – 23]	[24 – 35]
Factor II: Dimensión cognitiva emocional	[0 – 16]	[17 – 34]	[35 – 50]
Factor III: control del tiempo	[0 – 5]	[6– 10]	[11 – 15]
TOTAL IAT	[20 – 49]	[50 – 79]	[80 – 100]

Nota. La tabla muestra los baremos de interpretación según las puntuaciones del instrumento IAT.

Técnica de análisis de datos

La presente investigación como técnica de análisis de datos, tiene en cuenta la herramienta de Microsoft Excel, la cual proporciona una gama amplia de opciones al momento de establecer los análisis estadísticos de la investigación, facilita los cálculos, calificaciones, elaboración de tablas y gráficas de forma sistematizada, pragmática y organizada, propicia la evaluación descriptiva y dar cumplimiento a los objetivos de la investigación. Es de uso práctico para calificar los instrumentos TDM e IAT, que valoran las variables dependencia al celular y adicción al internet, ambas con un nivel de medición cualitativo ordinal.

Consideraciones éticas de la investigación

El Colegio Colombiano de Psicólogos (2009) a través de la ley 1090 que regula el ejercicio del psicólogo en Colombia, establece elementos asociados a la investigación científica, publicaciones y propiedades intelectuales, la responsabilidad que tienen los individuos a cargo de un estudio sobre la temática, la metodología que se emplee y los materiales utilizados para el mismo, así como el análisis, conclusiones, resultados y divagación o los parámetros para el ejercicio adecuado. La investigación científica debe considerar los principios éticos basándose en la dignidad o respeto, además de proteger el bienestar y derechos del participante de un estudio. En el artículo 51 de la misma ley, refiere la evitación posible de información encubierta o incompleta, empleando el uso de tres condiciones tales como: la importancia del problema a investigar, única utilización de estos datos y la garantía de la finalización del estudio, brindando información correcta a los participantes acerca de las variables empleadas y sus objetivos.

La ley 1090, también estipula el principio de beneficencia en uno de sus artículos, el cual se concibe como un elemento central del bienestar personal, estipulando al psicólogo como un profesional con la obligación de mantener la comodidad de la persona o grupo al que sirve. Posteriormente, además de ser considerada como una subcategoría de las normas antes mencionadas, también se constituye como la base para que la benevolencia o la privación produzcan daño psicológico o físico. Además de ser considerada como una subcategoría de las anteriores -Normas mencionadas, también tiene la siguiente base de preferencia: falta Las actividades hacen cosas malas, lo previenen o eliminan, además de promover conductas que traen bienestar a las personas

Se tuvo en cuenta el principio de autonomía, que se encuentra dentro del código bioético y estipula la libertad de los individuos a decidir sobre sus finalidades personales y a actuar bajo sus decisiones propias, es importante, tenerlo en cuenta para no vulnerar el derecho de los estudiantes a decidir o no ser partícipes del estudio.

Uno de los principales aspectos a tener en cuenta dentro de las consideraciones éticas es el consentimiento informado donde se exprese la voluntad de los participantes de estudio a participar en este proyecto, el Colegio Colombiano de Psicólogos (Colpsic), explica que este documento no trata únicamente de expresar una oración o frase de aceptación, sino que es la manifestación libre, espontánea y clara que se le hace al usuario por parte del psicólogo para que, luego de la información clara y completa que le brinda el profesional de la salud, éste último pueda actuar de manera correcta y de acuerdo a la ley. (Hernández, 2016). En este sentido, el CIP no trata únicamente de un documento firmado para expresar aceptación, es una consecuencia lógica del proceso comunicativo establecido entre el investigador que expresa el procedimiento y el participante que otorga el permiso para llevarlo a cabo.

La ética está de acuerdo con las medidas prescritas para que las diferentes tareas no excedan el ámbito profesional. Este proyecto de investigación se rige por los lineamientos de la Ley No. 1090 de 2006. Considerando que involucrará a participantes humanos, este trabajo está estipulado en el artículo 2 (9) sobre Investigación con Participantes Humanos, considera el respeto dignidad y la beneficencia de las personas, garantiza que comprendan las normas legales y estándares profesionales que regulan la conducta investigativa. Así mismo, se tuvo en cuenta la concepción de los derechos humanos de 1948 (defensoría del pueblo, 2018), el

cual contempla que todas las personas que participen en el estudio, deben ser tratadas con igualdad, respeto, fraternidad, y sin racismo o discriminación alguna.

En este estudio se estipula que los criterios de inclusión y exclusión del mismo se fundamenten en aras al beneficio y objetivo de la investigación sin establecer discriminación alguna por características personales de los participantes. Se respeta también el derecho de los encuestados a retirarse en el momento que considere necesario sin que eso represente ninguna implicación.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

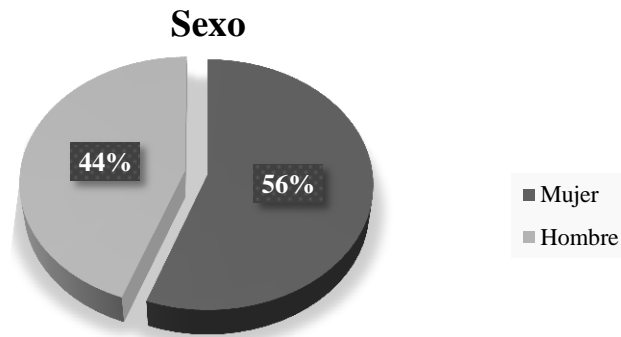
Análisis de los resultados

El presente estudio parte del objetivo de determinar la dependencia al celular y la adicción al internet en los estudiantes de grado 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán del corregimiento de Cuatro vientos, Cesar, esto, partiendo de la hipótesis que son variables parecidas y en las que, muchas veces el individuo no solo tiene una dependencia al celular sino a los servicios que este ofrece mediante el internet. Para lograr responder este objetivo, inicialmente, se recolectó datos personales de los participantes, seguido, se valoró la dependencia al celular mediante la aplicación del test TDM, se describió la adicción al internet tras la aplicación del test IAT y finalmente, se estableció una comparación entre los resultados globales de las variables. En este apartado, se presentan los resultados obtenidos en la investigación.

Datos personales

El primer objetivo de este estudio consiste en identificar los datos personales de acuerdo a la edad, sexo, grado escolar y estrato socioeconómico de los estudiantes de grado 10 y 11 de la institución, aunado a esto, también se realizó preguntas respecto a la tenencia de celular propio, acceso a celular y acceso a internet. A continuación, se exponen los resultados obtenidos.

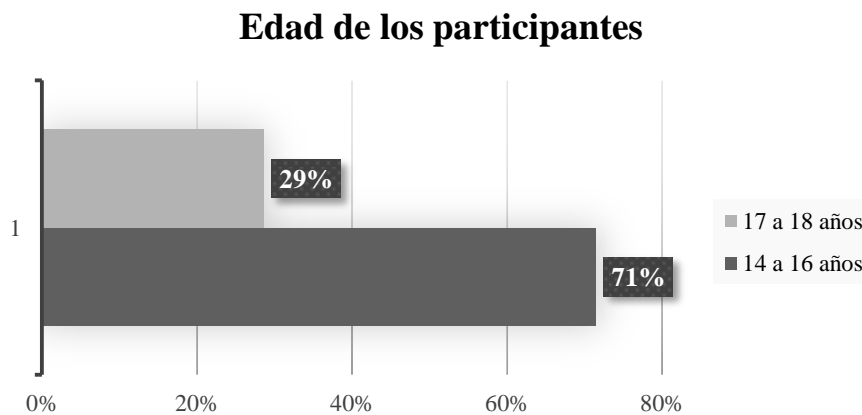
Figura 1.
Sexo de los estudiantes



Nota. Datos propios de la investigación (2022)

La figura 1 permite apreciar la distribución según el sexo del participante, donde, como se puede ver, el 56% es mujer y el 44% es hombre.

Figura 2.
Edad de lo participantes

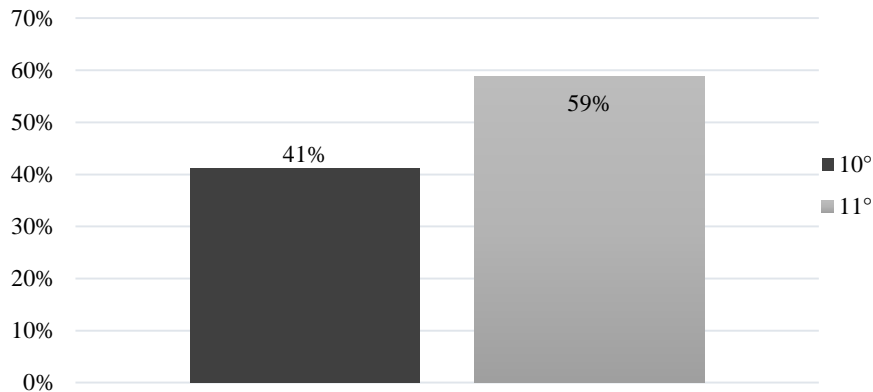


Nota. Datos propios de la investigación (2022)

En la figura 2 se puede observar el rango etario de los estudiantes participante en el estudio, respecto a esto, un 71% tiene entre 14 a 16 años y un 29% tiene entre 17 a 18 años.

Figura 3.
Curso de los estudiantes.

Curso de los estudiantes



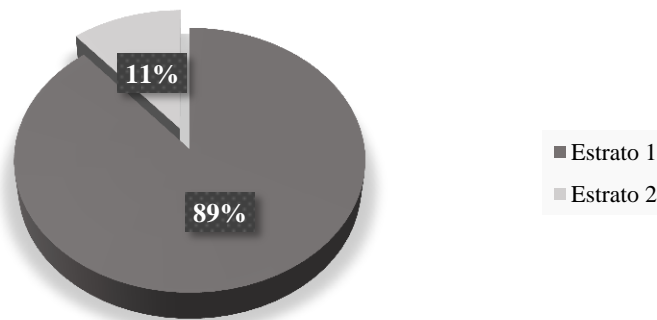
Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Por su parte, en la figura 3 se puede observar que, de los 63 participantes, el 59% expresó que actualmente está cursando en grado 10° y un 41% indicó que se encuentra cursando el grado 11°.

Figura 4.

Estrato socioeconómico de los estudiantes

Estrato socioeconómico



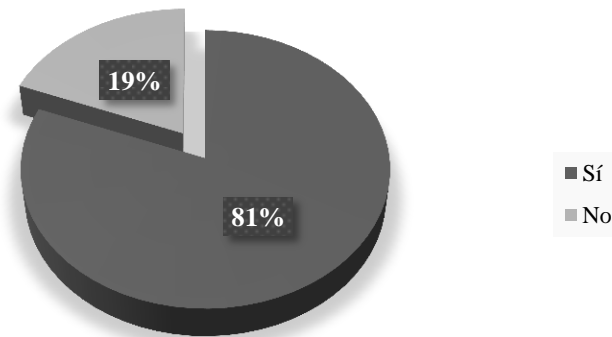
Nota. Datos propios de la investigación (2022)

En la figura 4 es posible observar que el 89% de estudiantes vive en un estrato socioeconómico nivel 1, mientras que el 11% restante indicó vivir en un estrato nivel 2.

Figura 5.

Tenencia de celular propio

Tenencia de celular propio

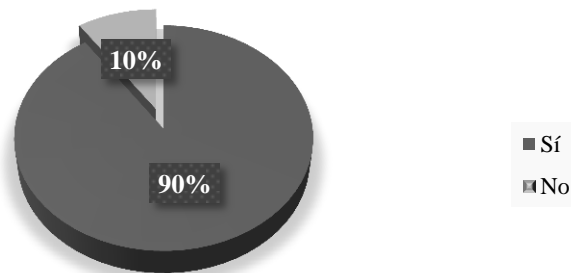


Nota. Datos propios de la investigación (2022)

En la figura 5 se aprecia, las respuestas obtenidas respecto a aquellos estudiantes que cuentan o no, con celular propio, a lo que, el 81% respondió que sí y un 19% contestó no tener celular de uso personal.

Figura 6.
Acceso a celular

Acceso a celular

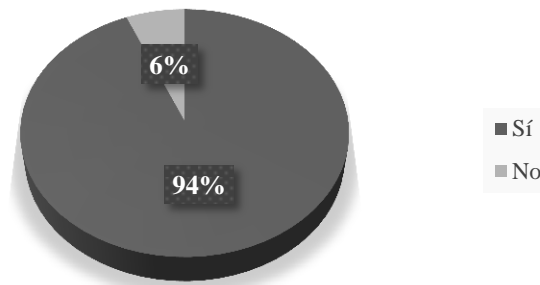


Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Con respecto a aquellos estudiantes que cuentan con acceso a celular, en la figura 6 se puede evidenciar que el 90% de ellos tiene la facilidad para acceder a un dispositivo móvil, mientras que un 10% contestó que no.

Figura 7.
Acceso a internet

Acceso a internet



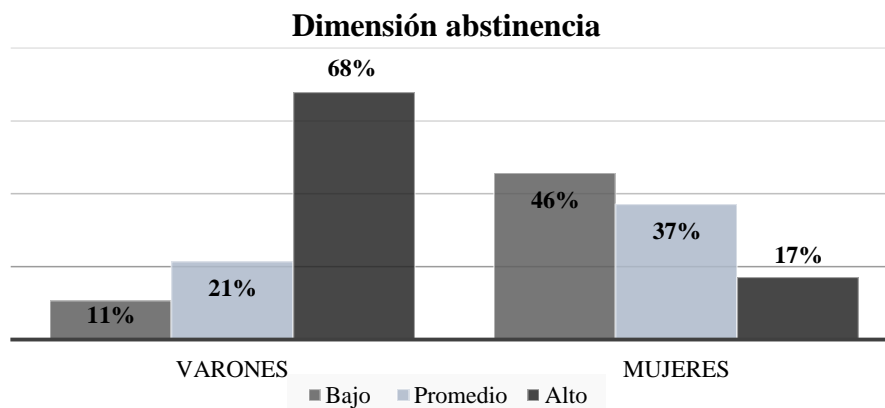
Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Por último, con respecto a aquellos estudiantes que cuenta con la facilidad de acceso a internet, se evidencia en la figura 7 que un 94% respondió si tener acceso a internet y un 6% contestó que no.

Dependencia al celular

El segundo objetivo de estudio se refiere a la valoración de la dependencia al celular por parte de los estudiantes de grado 10 y 11 de la institución, teniendo en cuenta dimensiones de la variable como abstinencia, ausencia de control e interferencia en otras actividades. Para dar respuesta a este propósito, se aplicó a los estudiantes el test de dependencia al móvil (TDM), mismo que se calificó de acuerdo a las directrices para el instrumento y los respectivos baremos de interpretación establecidos para el mismo, a continuación, se presentan los resultados obtenidos con respecto a este objetivo.

Figura 8.
Dimensión abstinencia

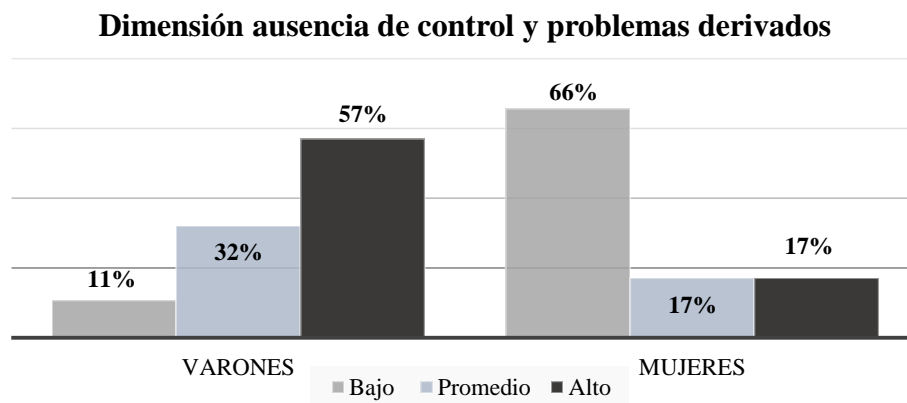


Nota. Datos propios de la investigación (2022)

La figura 8 muestra los resultados obtenidos en la calificación de la dimensión abstinencia según las puntuaciones de hombres y mujeres, respecto a esto, se evidencia que, para el caso de los varones, el 68% obtuvo puntuaciones altas, un 21% calificaciones

promedio y un 11% está en una categoría bajo, mientras que, para el caso de las mujeres, el 46% obtuvo calificaciones bajas, un 37% puntuaciones promedio y solo un 17% puntajes elevados. Con estos resultados, es posible evidenciar que, para la mayoría de los hombres, existe un malestar elevado ocasionado por dejar de usar el celular y existe una necesidad de utilizar el móvil para aliviar dicho malestar, mientras que, en el caso de las mujeres, en la gran parte, no existen síntomas de abstinencia elevados.

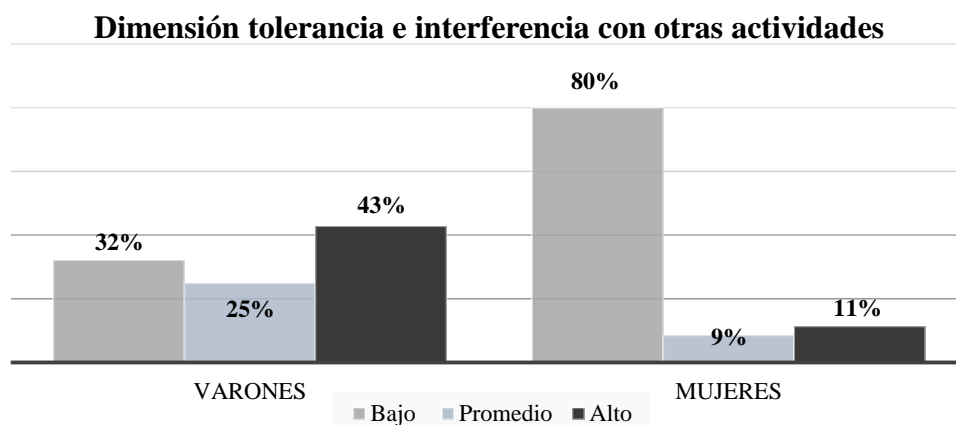
Figura 9.
Dimensión ausencia de control y problemas derivados



Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Con respecto a los resultados para la dimensión ausencia de control y problemas derivados, en la figura 9 es posible apreciar que, para los varones, el 57% tuvo puntuaciones altas, un 32% calificaciones promedio y un 11% calificaciones bajas, mientras que, en las mujeres, el 66% tuvo puntuaciones bajas, un 17% calificación promedio y también un 17% puntajes bajos. Con estos datos, se puede contrastar que la mayoría de hombres tiene una alta falta de control respecto al uso del celular y problemas derivados del uso excesivo como llamados de atención, discusiones familiares, dedicar más tiempo al móvil o haber sido regañado por el gasto económico el celular, en el caso de las mujeres no se presentan porcentajes significativos en la categoría alta.

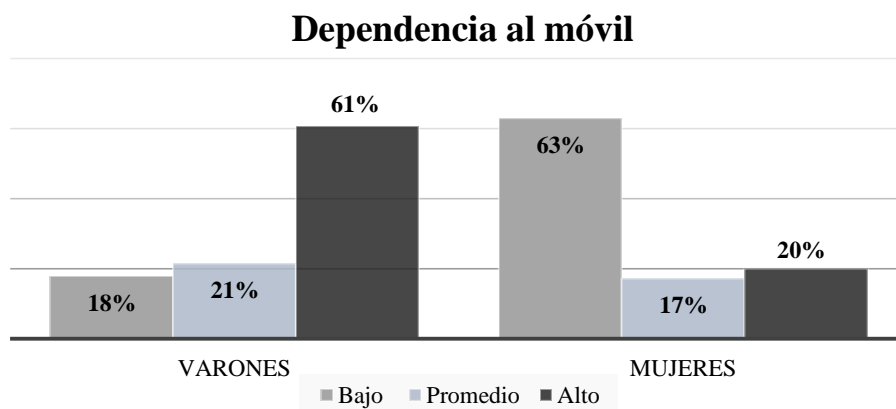
Figura 10.
Dimensión tolerancia e interferencia con otras actividades.



Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Por otro lado, en la figura 10 se observan los resultados obtenidos en la dimensión de tolerancia e interferencia con otras actividades, donde, para el caso de los varones, un 43% obtuvo puntuaciones altas, un 32% calificaciones bajas y un 25% calificaciones promedio, mientras que las mujeres, el 80% presenta calificaciones bajas, un 11% calificaciones altas y un 9% puntuaciones promedio. Con respecto a estos resultados, se evidencia que los hombres en su mayoría, tienen indicadores de alto a promedio respecto a la frecuencia con la que usan el celular y como esto interfiere en actividades académicas, familiares y personales, para las mujeres, en la gran mayoría no existe interferencia del uso del celular en sus actividades.

Figura 11.
Resultados de la dependencia al móvil.

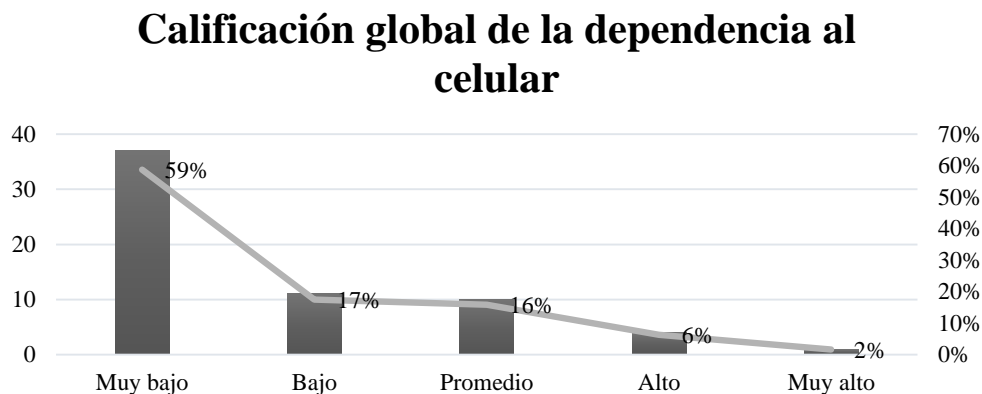


Nota. Datos propios de la investigación (2022)

La figura 11 muestra los resultados globales tras la sumatoria de las tres dimensiones que componen la dependencia al móvil, con relación a esto, se puede observar que, para el caso de los varones el 61% presenta dependencia al celular alta, un 21% presenta una dependencia promedio o moderada y un 18% una dependencia baja, mientras que el 63% de las mujeres tiene una dependencia baja, un 20% dependencia alta y un 17% dependencia promedio. Estos resultados permiten evidenciar que los hombres presentan una alta dependencia al celular que genera síntomas de abstinencia, ausencia de control al móvil, escaso control sobre su conducta y problemas que interfieren en las actividades de los estudiantes hombres, mientras que, en el caso de las mujeres, la dependencia al celular es baja.

Figura 12.

Resultados de la calificación global de la dependencia al celular



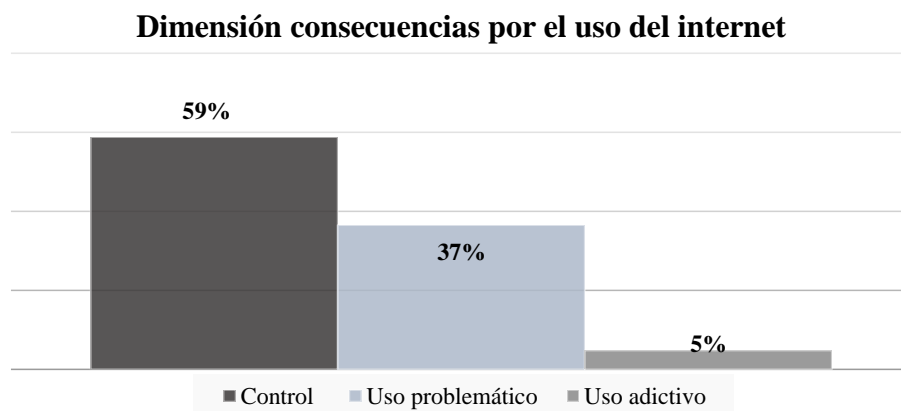
Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Por último, el instrumento indica baremos para la calificación global del instrumento, sin hacer distinción del sexo de los participantes, teniendo en cuenta esta información, en la figura 12 se vislumbran las calificaciones globales para la dependencia del celular, donde, un 59% obtuvo calificaciones muy bajas, un 17% calificaciones bajas, un 16% calificación promedio, un 6% puntuaciones altas y un 2% puntuaciones muy altas. Estos resultados indican que, en la población general, que corresponde a los 63% la dependencia al celular es de muy baja a baja, estos resultados pueden deberse a que la mayoría de participantes es mujer, que son quienes obtuvieron menores puntuaciones de dependencia al móvil en comparación a los hombres.

Adicción al internet

El tercer y último objetivo de estudio consiste en describir la adicción al internet en los estudiantes teniendo en cuenta las dimensiones de consecuencias por el uso del internet, dimensión cognitivo emocional y el control del tiempo, para lograr dar cumplimiento a este propósito, se aplicó el Test IAT, mismo que se calificó de acuerdo con las directrices del instrumento y baremos establecidos para la interpretación de puntuaciones, a continuación, se presentan los resultados obtenidos.

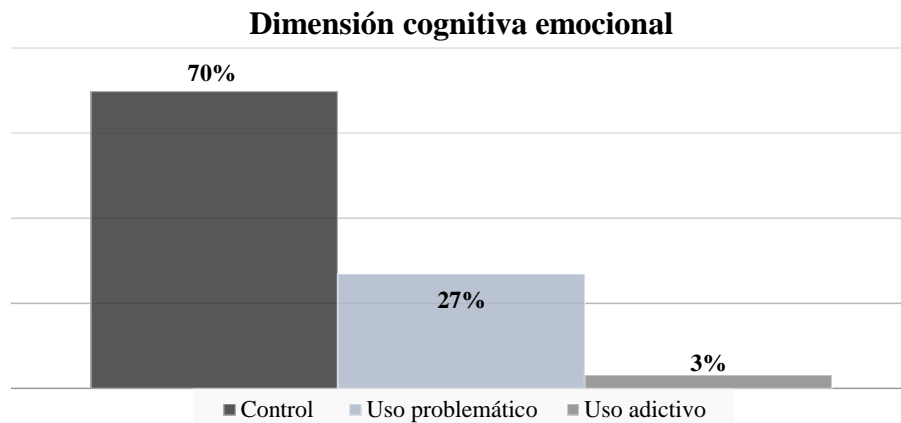
Figura 13.
Dimensión consecuencias por el uso del internet



Nota. Datos propios de la investigación (2022)

La figura 13 permite apreciar los resultados obtenidos en la dimensión consecuencias por el uso del internet, con respecto a esto, el 59% de estudiantes tiene control sobre el uso del internet, un 37% presenta un uso problemático y un 5% un uso adictivo. Estos resultados evidencian que la mayoría de estudiantes no presenta consecuencias significativas por el uso del internet, sin embargo, un porcentaje presenta un uso de problemático a adictivo, presentando un descuido de actividades cotidianas, el uso excesivo del internet le puede generar dificultad en sus relaciones personales y calificaciones académicas.

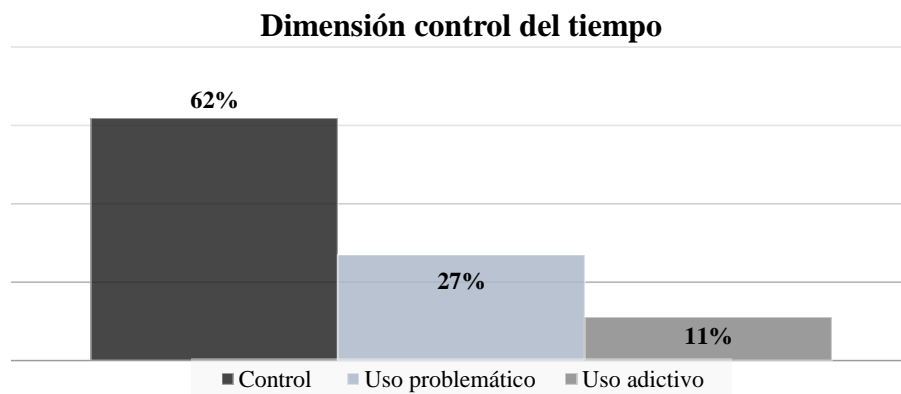
Figura 14.
Dimensión cognitiva emocional



Nota. Datos propios de la investigación (2022)

En la figura 14 se aprecia los resultados obtenidos en la calificación de la dimensión cognitiva emocional, respecto a esto, el 70% obtuvo puntuaciones que indican un control sobre el uso del internet, un 27% presenta un uso problemático y un 3% una adicción en esta dimensión. Estos resultados indican que la mayoría de estudiantes presenta un control sobre las consecuencias cognitivas y emocionales que pueden desencadenar del uso excesivo del internet, sin embargo, para quienes presentan puntuaciones entre uso problemático y adictivo, indica que presentan una pérdida de amistades y relaciones positivas, presentan actitud defensiva, de escape, anticipación a la conexión, preocupación y percepción distorsionada de la vida sin internet.

Figura 15.
Dimensión control del tiempo

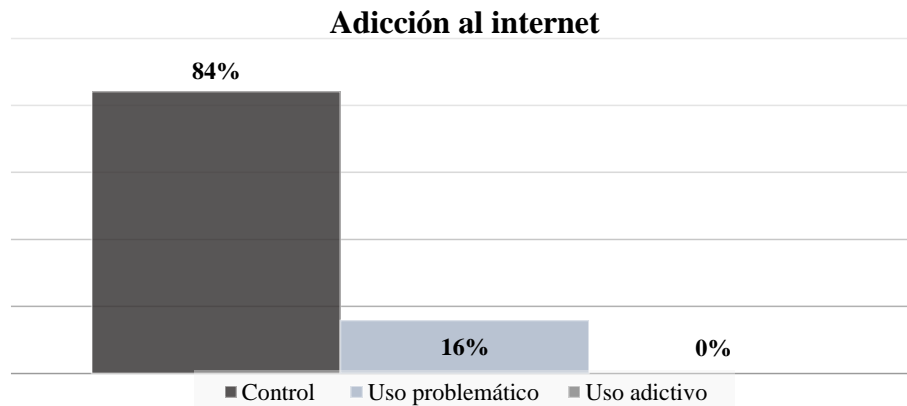


Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Respecto a la última dimensión de la variable adicción al internet, en la figura 15 se muestra que, para el control del tiempo, el 62% de los estudiantes tienen control, un 27% presenta un uso problemático y un 11% un uso adictivo. Estos hallazgos muestran que la mayoría de estudiantes tiene un control sobre el tiempo que usa el internet, sin embargo, quienes presentan un uso problemático y adictivo en esta dimensión pueden presentar alteración del sueño y un bajo control sobre el tiempo de conexión.

Figura 16.

Variable adicción a internet



Nota. Datos propios de la investigación (2022)

Por último, tras la calificación e interpretación de las dimensiones de adicción al internet, es importante establecer una calificación global del instrumento, al respecto, en la figura 16 se muestra que el 84% de los estudiantes tiene control sobre su uso del internet, un 16% presenta un uso problemático y ninguno presenta un uso adictivo en la puntuación global, por lo que estos hallazgos indican que los estudiantes no presentan adicción al internet, la mayoría puede controlar las consecuencias, los aspectos cognitivos emocionales que derivan del uso del internet y puede controlar su tiempo de conexión.

Discusión de los resultados

El objetivo de este trabajo es determinar la dependencia al celular y la adicción al internet en estudiantes de grado 10 y 11, de la institución ya previamente mencionada, en el apartado anterior, se dio respuesta a este objetivo estableciéndose un análisis descriptivo de cada una de las variables implicadas, que son la dependencia al móvil y la adicción al celular,

además de los datos personales de los participantes y la comparación entre los resultados de las variables. Considerando esta información que se proporciona, en el presente apartado es importante establecer una contrastación de los principales hallazgos de este proyecto con lo encontrado por otros investigadores ya anticipadamente referenciado en los antecedentes, así como también indicar una posible explicación a dichos resultados partiendo del fundamento teórico, por lo que, a continuación, se hace esta confrontación de resultados con cada uno de los objetivos de la investigación.

Respecto a los datos personales, se halló que el 56% es mujer y el 44% es hombre, predomina una edad de 14 a 16 años en el 71% de participantes y un 29% tiene entre 17 a 18 años, del mismo modo, predomina un estrato nivel 1 en la el 89% de estudiantes. Respecto a criterios de inclusión, la gran parte de encuestados cuenta con celular de uso propio, tiene acceso a celular y a internet. Estos hallazgos, pueden ser contrastados con estudios como el de Meza et al., (2020) con el cual, se guarda una similitud en que también la mayoría de sus participantes son mujeres y hubo predominancia en un estrato económico nivel 1, de la misma manera, tiene semejanza con el estudio de Rincón que también fue aplicado en estudiantes de 10 y 11, sin embargo, se precisa que estos resultados se contraponen con la investigación de Bhanderi et al., (2021) pues la mayoría fue hombre y predominan edades mayor a 17 años, al igual que en el trabajo Vega et al., (2021) que las edades son mayor a 19 años o el de Díaz et al., (2019) que la gran parte de encuestado fueron varones y se aplicó a población adulta joven.

Los resultados del segundo objetivo sobre la dependencia al celular, indican que, en los hombres, predominan puntuaciones altas en las dimensiones abstinencia, ausencia de control y problemas derivados tolerancia e interferencia con otras actividades, mientras que en las mujeres en todas las dimensiones predominó una calificación baja indicando que la dependencia al móvil es alta en varones y baja en mujeres. En las puntuaciones globales, predominó una baja dependencia en la población general, estos hallazgos tienen similitud con el estudio de Bhanderi et al., (2021), Mamani y López (2021) y con el de Rincón (2018), que también encontraron que, en las calificaciones globales de la población, existe una baja dependencia al móvil, pero se difiere con el estudio de Vega et al., (2021) que contrariamente a esta investigación, halló que la dependencia al celular es más alta en las mujeres.

Los resultados encontrados sobre la dependencia al móvil, se pueden explicar por teorías como las de Velazco y Carrera (2017), que indican que la dependencia al celular indica una pérdida de autonomía en el individuo, lo que ocurre para los participantes de sexo masculino que presentan un uso excesivo, esto, de acuerdo con Caicedo y Solano (2010), se debe a una urgencia por parte del individuo para emplear la usanza de dispositivos móviles en las actividades cotidianas. Ahora, ¿por qué es mayor en los hombres que en las mujeres? esto puede explicarse según lo que indica Becoña (2009), en que existen personas con una mayor vulnerabilidad que otras y una disponibilidad ambiental aumentada, además, Echeburúa y Corral (2010), explican que también se debe a características propias de la personalidad y estados emocionales de los individuos, por lo que, propiamente, elementos individuales de los varones estudiantes, los puede hacer más predisponentes a desarrollar una dependencia al móvil que las mujeres.

Ahora bien, con respecto a la adicción al internet, los resultados principales indican que en las tres dimensiones, predomina un uso controlado del internet, es decir, los estudiantes tienen control sobre el uso del internet, sobre aspectos cognitivo emocionales y sobre el tiempo que ejercen para utilizar el internet, sin embargo, un 37% presenta un uso problemático respecto a las consecuencias del internet, un 27% un uso problemático en la dimensión cognitiva emocional y también este mismo porcentaje presenta un uso problemático en el control del tiempo de conexión. La calificación global indica que el 84% de participantes tiene un uso controlado del internet.

Los hallazgos referenciados en el párrafo anterior referente a la adicción al internet, tienen similitud con investigaciones como la de Vega et al., (2021) que también hallaron que en dimensiones de control del tiempo y cognitiva emocional existe una conducta de control, o con el trabajo de Fernández et al., (2020), que tiene un resultado porcentual de uso problemático al internet similar a este estudio, que es menor al 30% de participantes, del mismo modo, Meza et al., (2020) indicó que también en su población la mayoría hace uso controlado del internet. Cabe precisar que se difiere con resultados como el estudio de Huerta et al., (2020) que halló un uso problemático al internet en el 46% de la población y el de Baquero y Gómez (2021) donde la mayoría de su población presenta un uso inadecuado del internet, contrariamente a los resultados de este proyecto.

Respecto a la explicación teórica de los resultados de la variable adicción al internet, tal y como dice Tracy (2008) los motivos que conllevan a un uso abusivo del internet se relaciona con problemas de conductas y tendencia a adicciones psicológicas, desde este postulado, el uso controlado al internet, se puede explicar en que los estudiantes cuenten con patrones conductuales apropiados que actúan como factor protector ante el desarrollo de adicciones de este tipo. Además, con respecto a aquellos estudiantes que obtuvieron puntuaciones que indican un uso problemático del internet, de acuerdo con Valera (2019) esto puede ser explicado por factores neuroanatómicos que antepone al individuo al uso excesivo, factores biológicos e individuales como problemas para relacionarse con los demás que conlleve al desarrollo de una adicción al internet.

Conclusiones

Este proyecto responde a la pregunta problema *¿Existe una dependencia al uso excesivo del celular e internet en los estudiantes de grados 10° y 11° de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán del corregimiento Cuatro vientos, Cesar?* de la cual, derivaron unos objetivos de investigación a los cuales, se les dio cumplimiento en el apartado de análisis de resultados y que también, permiten dar respuesta a esta interrogante, entonces, a continuación se especifica la conclusión de cada uno de los hallazgos del estudio.

Respecto al primer objetivo de investigación, se puede concluir que los participantes son de grado 10 y 11, la mayoría es mujer (56%) y un 44% es hombre, el rango etario que predomina es de los 14 a 16 años (71%) e igualmente, predomina un estrato nivel 1 en el 89% de la población, la gran parte cuenta con celular propio (81%) acceso a celular (90%) y acceso a internet (94%). Se resalta que no hubo ningún estudiante que indicara no contar ni con celular propio o acceso a un móvil ni que estuviese privado del acceso a internet, es decir, que respondiera no a todos estos tres aspectos, por lo que, todos los 63 participantes cumplieron con los criterios de inclusión para proporcionar información importante al estudio.

El segundo objetivo de orienta a la valoración de la dependencia al celular en los estudiantes, para la cual, primero se realiza una calificación de sus dimensiones que se establece en función al sexo de los participantes, respecto a esta información, cabe resaltar que para la dimensión abstinencia y ausencia de control más del 50% de participantes hombres

presentan una dependencia alta, así mismo, respecto a la dimensión tolerancia e interferencia con otras actividades, en la mayoría de los hombres existe una interferencia de promedio a alta, mientras que para las mujeres, en todas las dimensiones las calificaciones fueron bajas. Con estos datos es posible concluir que quienes presentan una mayor dependencia al móvil son los varones.

Ahora bien, con respecto al tercer objetivo, que valora la adicción al internet, tanto para la dimensión consecuencias por el uso del internet, cognitiva emocional y control del tiempo, en más del 50% de participantes predominó una puntuación que indica control en todos estos aspectos, sin embargo, también se resalta que hubo un porcentaje mayor al 25% en todas las dimensiones que indica la presencia de un uso problemático, en especial, en las consecuencias por el uso del internet, el 37% obtuvo un uso problemático en este aspecto. La valoración final con respecto a esta variable indica que el 84% de participantes tiene control sobre el uso excesivo del internet, por lo que, estos hallazgos permiten concluir que no existen resultados significativos que indiquen una adicción al internet en la mayoría de estudiantes.

Lo anterior, se expresa dando cumplimiento a cada uno de los objetivos planteados, concluyéndose que la dependencia al celular es alta en hombres, la adicción al internet es baja en los participantes, está controlada, por lo que, los distintos hallazgos presentados, permiten dar cumplimiento a la pregunta problema, respondiéndose que sí existe una dependencia al uso excesivo del celular en la población de varones, sin embargo, no hay una dependencia en el caso de las mujeres y tampoco existe un uso excesivo al internet en la población encuestada.

Por último, para finalizar con las conclusiones, cabe precisar además de los principales resultados, las limitaciones del estudio, en este punto, se trae a colación que la población calculada fue una muestra de 72 participantes, sin embargo, solo se pudo llevar a cabo la aplicación a 63 estudiantes, esto, debido a que los nueve restante correspondieron a individuos que no cumplían con los criterios de inclusión como tener acceso al celular o al internet para poder determinar una dependencia o adicción y también por qué algunos, decidieron no participar en el estudio.

Recomendaciones

Teniendo en cuenta que los resultados del estudio indican que los varones presentan una alta dependencia al uso del celular, cabe precisar que las recomendaciones se orientan principalmente, a mejorar este aspecto en dicho sector poblacional. Además, considerando que, con respecto a la adicción al internet en términos generales, existe un uso controlado, se pone a consideración aquellos casos en los que se presenta un uso problemático por lo que también se orientan las recomendaciones a este aspecto, por lo que, a continuación, se indican las distintas sugerencias dirigidas a los estudiantes, la institución y a la comunidad científica en general, partiendo de los hallazgos más significativos de este proyecto.

Principalmente, considerando que el uso abusivo al celular y al internet, son variables relacionadas, se hace la recomendación a la institución para mejorar el uso adecuado al móvil y al internet, que se establezcan programas y talleres psicoeducativo sobre la manera apropiada de utilizar el internet y el celular para el beneficio personal y académico, promocionando también conductas de control de conexión e instruir a los estudiantes en los límites de tiempo para su uso, recomendación que se fundamenta en las concepciones de Román (2017) para controlar el uso excesivo de celulares e internet especialmente en adolescentes. También se indica a la institución que se promoció el fortalecimiento de las habilidades sociales, esto se hará mediante actividades semestrales, en la cual, la institución organizará un espacio de 2 horas para instruir en el uso saludable del celular y enseñar en la organización del tiempo.

El fortalecimiento de habilidades sociales, es indicado de acuerdo con Rodríguez, et al., (2017) para controlar el uso abusivo del celular y el internet, dado que los individuos que cuentan con una mejor competencia social, no tienen a ser vulnerable a desarrollar conductas de dependencia al móvil o de adicción a las redes, por lo que se recomienda a los docentes actividades básicas que fomenten la adquisición de habilidades sociales mediante la implementación de costumbres como el saludo, lenguaje facial apropiado, potenciar la expresión mediante la participación de los estudiantes y fortaleciendo también el reconocimiento de logros y aptitudes del alumnado, esto, con el propósito que se limite el uso excesivo del celular e internet, que muchas veces es usado como escapatoria social o una distracción.

Ahora, dirigiendo la recomendación especialmente, a estudiantes varones, para controlar la dependencia al celular, se les recomienda empezar a monitorear el tiempo que usan el móvil, establecer horas límites diarias para su uso y hablar con familiares o redes de apoyo cercanas que les ayude a usar el celular de forma adecuada y controlada, también implementar estrategias como desactivar notificaciones o silenciar el celular que les ayude a no buscar acceder constantemente al mismo, también pueden eliminar por un tiempo aquellas aplicaciones que les hace usar de manera excesiva el móvil o también valerse de nuevas tecnologías que han desarrollado que permiten mantenerse alejado del celular por un tiempo, como meterlo en una caja con contraseña o límite de tiempo.

Se recomienda a los estudiantes para controlar el uso problemático del internet, que también establezcan tiempo límite a la conexión del mismo, esto, dado que aún no existe una conducta adictiva, por lo cual, es más fácil para ellos tener consciencia del problema, también establecer límites como que se debe tener el mismo tiempo compartido con familiares y amigos, que el que se usa conectado al internet. El límite e notificaciones, establecer horarios para usar las redes sociales o jugar video juegos, también es indicado para controlar el uso problemático al internet, por lo que se sugiere estas actividades a los estudiantes y también conocer sobre los usos adecuados y beneficiosos de esta herramienta para en lugar de desarrollar una adicción, valerse de las oportunidades que puede proporcionar.

Para finalizar con las recomendaciones, se dirige esta última sugerencia a la comunidad científica, en la que, se desarrollen no solo estudios descriptivos sobre estas dos variables, sino que también se implementen estudios correlacionales que permitan determinar si un mayor uso al celular conduce a un mayor uso del internet, o si, por el contrario, un menor uso del internet puede relacionarse con un mayor uso al celular. Se recomienda que estas investigaciones continúen siendo aplicadas al sector poblacional de la adolescencia, dado que, por su etapa de ciclo vital, tienden a estar vulnerables ante la disposición de estas herramientas, se sugiere que se implementen estudios explicativos que relaciones la dependencia al celular y al internet con factores como redes sociales, videojuegos o aplicaciones, que permitan determinar específicamente que aspectos son los que conllevan a desarrollar esa dependencia al celular o adicción al internet.

REFERENCIAS

- Alvino, C. (2021). Estadísticas de la situación digital de Colombia en el 2020-2021. Branch: <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-colombia-en-el-2020-2021/>
- Arias. F. (2012). El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. Caracas, Venezuela: Editorial Episteme.
- Arias, F. (2018). El Proyecto de Investigación: Introducción a la Metodología Científica. Cuarta Edición. Editorial Episteme. Buenos Aires.
- Asheville Academy. (2021). Technology and Smart Phone Addictions: Its Effects on Teens and Their Development. <https://ashevilleacademy.com/blog/leaving-phones-behind-tips-helping-teenage-phone-addiction/>
- Asmat, K. (2015). Los Smartphone y la dependencia en la sociedad. <http://blog.pucp.edu.pe/blog/novedades/2015/07/10/los-smartphones-y-ladependencia-en-la-sociedad/>
- Ballestero Galeano, N. (2021). Rasgos de personalidad asociados a adicción a internet en estudiantes de medicina de la universidad de Cartagena. Universidad de Cartagena. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/handle/11227/11660?locale-attribute=en>
- Baquero, E., & Gómez, K. (2021). Ciberadicción en adolescentes de un colegio público en Villavicencio. Universidad Cooperativa de Colombia: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33147/1/2021_ciberadiccion_adolescentes.pdf
- Basile, H. (2006). Adicción a internet: Ciberadicción. Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica, 13(2), 74-90. Recuperado de https://www.alcmeon.com.ar/13/50/7_Basile.htm
- Basterretche (2007) Universidad Nacional del Nordeste Facultad de Ciencias Exactas, Naturales y Agrimensura Recuperado de: <http://exa.unne.edu.ar/informatica/SO/tfbasterretche.pdf>
- Bernal, C. (2006). Metodología de la Investigación (2° Edición). Editorial: Pearson Prentice Hall. México.
- Bhanderi, D., Pandya, Y., & Sharma, D. (2021). Smartphone Use and Its Addiction among Adolescents in the Age Group of 16–19 Years. Indian Journal of Community

- Medicine. Vol. 46 (1), pp. 88-92.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8117907/>
- Bricolo, F., y Serpelloni, G. (2002). Efectos del uso de la tecnología digital en el cerebro y en el psyche. Análisis de las evidencias y dos propuestas. *Adicciones*, 14(1), 107-116. Recuperado de <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/516/511>
- Buelvas, D., Meneses, K., Camaron, K. (2017). Dependencia al internet, móvil celular y su relación con el desempeño académico y estado de salud en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Santander. Repositorio UDES. <https://repositorio.udes.edu.co/bitstream/001/4092/1/TRABAJO%20DE%20GRADO%20ENFERMERIA%20%28DARLY%20YESENIA%20BUELVAS%20MANTILLA%20%20KAREN%20LORENA%20MENESES%20PEDROZA%20Y%20JOSE%20.pdf>
- Cabezas, E., Andrade, D., & Torres, J. (2018). Introducción a la metodología de la investigación científica. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. <http://repositorio.espe.edu.ec/jspui/bitstream/21000/15424/1/Introduccion%20a%20la%20Metodologia%20de%20la%20investigacion%20cientifica.pdf>
- Caicedo, U., & Solano, H. (2010). Dependencia Tecnológica. [Mensaje de Blog] Dependencias Tecnológicas. Recuperado de: <http://actividadfinaltic.blogspot.com/>
- Carbonell, X., Castellana, M., & Oberst, U. (2010). Sobre la adicción a Internet y al teléfono móvil. *Revista de Educación Social*: <https://eduso.net/res/revista/11/reflexiones/sobre-la-adiccion-a-internet-y-al-telefono-movil>
- Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20, 149-160.
- Castellanos, J., Rodríguez, L., y Téllez, C. (2020). Uso y abuso del celular por parte de estudiantes de la Universidad Santo Tomás, una perspectiva estadística. *Comunicaciones en estadística*, Vol. 12 (1) pp. 29-44. <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/estadistica/article/view/6207/5890>
- Castillo, M., Tenezaca, J., y Mazón, J. (2021). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, Vol. 15 (3). pp. 59-65 http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2661-67422021000300059&script=sci_arttext

- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5 , APA , 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes . *Revista Neuropsiquiatria*, 76(4), 210–217. Retrieved from <http://www.upch.edu.pe/vrinve/dugic/revistas/index.php/RNP/article/view/1169>
- Chóliz, M., & Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36(2), 165-184
- Colegio Colombiano de Psicólogos. (2009). *Deontología Y Bioética Del Ejercicio De La Psicología En Colombia*. Bogotá: Colombia. 1-180. Recuperado de: https://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia_libro.pdf
- Condori, E. (2019). Nivel de dependencia al teléfono inteligente en estudiantes de la facultad de enfermería. Universidad Nacional del Altiplano: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/12055/Mamani_Condori_Edwin.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cruz, C., Olivares, S., & González, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria: México.
- Cruz, D., Torres, L., y Yánac, E. (2019). Efectos de la dependencia al celular en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. *Revista científica de ciencias de la salud*. Vol. 12 (2). pp. 37-44.
- Díaz, S., Arrieta, K., & Simancas, M. (2019). Adicción a internet y rendimiento académico de estudiantes de Odontología. *Dialnet* Vol. 48 (4). http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502019000400198
- Dorado, D. (2021). Adicción al internet puede llevar incluso a la muerte: doctor Leonardo Palacios. *Blu Radio*: <https://www.bluradio.com/tecnologia/adiccion-al-internet-puede-llevar-incluso-a-la-muerte-doctor-leonardo-palacios>
- Echeburúa, E. (2000). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, Internet*. (2ª ed.). Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer. Recuperado de <https://bbibliograficas.ucc.edu.co:4058/es/ereader/ucc/47629?page=1>
- Echeburúa, E y Requesens, A. (2015). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes: guía para educadores*. Madrid: Difusora Larousse- Ediciones Pirámide. Recuperado de <https://bbibliograficas.ucc.edu.co:4058/es/ereader/ucc/48979>

- Echeburúa, E., & Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto *Adicciones*, vol. 22, núm. 2, 2010, pp. 91-95. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- El Heraldo. (2021). Aumento exponencial de casos de adicción al móvil y a internet entre los adolescentes. <https://www.heraldo.es/noticias/aragon/2021/09/15/aumento-exponencial-de-casos-de-adiccion-movil-internet-1519561.html?autoref=true>
- Estallo, J.A. (2001). Usos y abusos de Internet. *Anuario de Psicología*, 32, 95-108
- Fernández O, Ramírez-Aranda JM, Rodríguez-González AM, Álvarez-Villalobos NA, Ramírez-Alcántara YL, López-Salas SJ, Ruiz-Magallón SA, Valdez-Garibay B. (2020). Factores asociados al uso problemático de internet en adolescentes. *Aten Fam*. Vol. 28(2):111-117. <https://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2021/af212g.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños y los jóvenes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas. UNICEF: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/aumenta-la-preocupaci%C3%B3n-por-el-bienestar-de-los-ni%C3%B1os-y-los-j%C3%B3venes-ante-el>
- Fontemachi, M. (2014). Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos (Tesis de maestría, Universidad de Valencia). Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/71027907.pdf>
- García R, Tirado R., & Hernando A. (2018). *Redes sociales y estudiantes: motivos de uso y gratificaciones. Evidencias para el aprendizaje*.
- Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder (IAD). Diagnostic criteria. Recuperado de www.psycom.net/iadcriteria.html.
- Hernández, G. (2016). El consentimiento informado en psicología, una reflexión personal. 16/0919, de Asociación Latinoamericana de Psicología Jurídica y Forense Sitio web: https://issuu.com/colpsic/docs/doc_el_consentimiento
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill México
- Huerta, M., Alcantar, L., Ruiz, M., Jiménez, V., Álvarez, C., & Álvarez, A. (2020). Dependencia a Internet y teléfono móvil en Estudiantes Universitarios de Morelia, México; uso problemático. *Eureka*, Vol. 17, pp. 303-317.

- <https://www.psicoeureka.com.py/sites/default/files/publicaciones/eureka-17-M.pdf#page=305>
- Hurley, K. (2020). Teenage Cell Phone Addiction: Are You Worried About Your Child? *Psycom*: <https://www.psycom.net/cell-phone-internet-addiction>
- Jackson, M. (2010) A Nation Distracted What we risk by being so unfocused and how to start paying better attention (from the book *Distracted*) Recuperado de <http://www.utne.com/mind-and-body/A-Nation-Distracted-Maggie-Jackson>
- Lejoyeux, M. y Ades, J. (2003). *Las nuevas adicciones: Internet, sexo, juego, deporte, compras, trabajo, dinero*. Barcelona: Kairos.
- López & Villa (2017). El uso del tic como estrategia didáctica en el proceso de enseñanza aprendizaje en el grado tercero de la institución Francisco Molina Sánchez, municipio de Valledupar – cesar Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/14360/42498161.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Luengo López, A. (2004). Adicción a internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2(1), 22-52. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3696262>
- Mamani, G., & López, M. (2021). Dependencia al celular en estudiantes de una institución educativa rural y una institución educativa local durante la pandemia de la COVID-19 Juliaca, 2020. Repositorio Universidad Peruana la Unión: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4693/Gluder_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Medrano, J. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*.
- Mendoza, R, Baena, G y Baena M. (2015). Un análisis de la adicción a los dispositivos móviles y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes de la licenciatura en informática administrativa del centro universitario UAEM Temascaltepec. *Revista Atlante: Cuadernos De Educación y Desarrollo*, 56, 1–20. Orsal O, Orsal.
- Mena, M. (2021). La adicción a redes sociales en el Mundo. Statista: <https://es.statista.com/grafico/18988/tiempo-medio-diario-de-conexion-a-una-red-social/>

- Meza, L., Sierra, J., & Ramírez, S. (2020). Adicción al internet y dependencia al móvil en universitarios de Psicología. *Dialnet*, Vol. 93, pp. 136-152. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7621426>
- Montaña, C. (2020). Nomofobia: una adicción creciente al celular. BBVA: <https://www.bbva.com/es/nomofobia-una-adiccion-creciente-al-celular-en-colombia/>
- Moreno, J. (2013). *El uso del celular influye en el rendimiento académico de las estudiantes de los décimos grados de educación general básica del instituto tecnológico superior victoria vásquez cuvi de la ciudad de latacunga provincia de cotopaxi* (Bachelor's thesis). <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/5196>
- Orellano, I., y Figueroa, Y. (2018). Adicción a internet y telefonía móvil y su asociación con rendimiento académico en estudiantes de odontología, Universidad de Cartagena. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/4183/proyecto%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Papalia, D. (2005). *Desarrollo Humano*. México: McGraw.
- Peñuela, M., Paternina, J., Moreno, D., Camacho, L., Acosta, L., y de León, L. (2017). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales en jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Revista salud Uninorte*. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522014000300008
- Potenza, M. (2006). Should addictive disorders include non-substance related conditions? *Addiction*, 101 (Suppl. 1), 142-151.
- Prada, M., Peralta, M., y León, Z. (2020). Relación entre adicción al aparato móvil y el comportamiento social en adultos jóvenes. *Repositorio UCC*. <http://74.208.53.179/handle/20.500.12494/34471>
- Puerta, D., Carbonell, X., & Chamorro A. (2012). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión en español del Internet Addiction Test. *Revista Elsevier*, Vol. 14 (4), pp. 99-104. <https://www.elsevier.es/es-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-analisis-propiedades-psicometricas-version-espanol-S1575097312700521>
- Puerta, D., & Carbonell X. (2013). Uso problemático de Internet en una muestra de estudiantes universitarios colombianos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31 (3), 620-631.

- Ramírez, A., Fernández, C., Hernández, N., y Acevedo, G. (2018). Adicción y abuso a dispositivos móviles en estudiantes universitarios, Pereira. Cuaderno de Investigaciones-Semilleros Andina. Vol. 11 (11) pp. 10-17.
<https://revia.areandina.edu.co/index.php/vbn/article/view/894>
- Rincón, A. (2018). Adolescentes escolarizados y el uso del teléfono inteligente: relación de dependencia. Universidad EAFIT:
https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/13312/ClaudiaStenfany_RinconGutierrez_2018.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Román Carrión. C.A (2017) El uso del celular y su influencia en las actividades académicas y familiares de los estudiantes de primer año de bachillerato de la Unidad Educativa Sagrados Corazones de Rumipamba de la ciudad de Quito; Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador. Tomado de:
<http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6164/1/T2591-MIE-Roman-El%20uso.pdf>
- Sandoval Mora, S. (2018). *Psicología del Desarrollo Humano II*. Culiacán México.
- Shambare, R., Rugimbana, R., & Zhoua, T. (2012). Are mobile phones the 21 st century addiction? *African Journal Of Business Management*, 6(2), 573–577.
<https://doi.org/10.5897/AJBM11.1940>
- Schmidt, E. y Cohen, J. (2014). *El futuro digital*. Madrid: Anaya Multimedia
- Small, G. & Vorgan, G. (2009, Oct). “IBrain: How technology changes the way we think.” *Scientific American*. [On-line]. Available:
<http://www.scientificamerican.com/article/your-ibrain/>
- Statista Research Department. (2021). América Latina y Caribe: uso de redes sociales por país 2021. Statista: <https://es.statista.com/estadisticas/1073796/alcance-redes-sociales-america-latina/>
- Tardáguila, C. (2009). *Dispositivos Móviles y Multimedia*. España 4-7
- Tracy N. (2008). *Internet Addiction (Online Addiction)*. Healty Place. Healty Place:
<http://www.healthyplace.com/addictions/internet-addiction/internetaddiction-online-addiction/>
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books.

- Vega, E., Muñoz, J., & Acevedo, S. (2021). Uso problemático de internet por estudiantes universitarios de Colombia. *Revista Digital Education*, Vol. 39, pp. 121-140. <https://revistes.ub.edu/index.php/der/article/view/33229>
- Velazco, L. y Carrera, T. (2017). *Dependencia física y deterioro cognitivo en los adultos mayores de la casa hogar “misioneros de amor”*, Chaclacayo, 2016. Universidad Peruana Unión. Lima. Perú.
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberspsychology Behavior*, 1(3), 237-244. Recuperado de <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>

ANEXOS

Anexo 1.

Acta de consentimiento de aplicación del instrumento

ACTA DE CONSENTIMIENTO DE APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO

Fecha: _____

Yo, _____, identificado (a) con C.C. N° _____, de _____, en calidad de coordinador y yo _____, identificado (a) con C.C. N° _____, de _____, en calidad de rector de Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán, bajo mis facultades legales, físicas y mentales, autorizo a las egresadas del programa de psicología María Fernanda Beleño Mendoza identificada con CC. 1.066.000.545 y Dollys Carolina Chapman Montes identificada con CC. 1.065.853.016, para iniciar la aplicación de los instrumentos test de dependencia al móvil (TDM) y test de adicción al internet (TDI) a los estudiantes de los grados 10 y 11, correspondiente a la recolección de información relativa a las características sociodemográficas de los estudiantes mediante la aplicación de una entrevista de datos personales la información de dependencia al celular e internet mediante la aplicación de los instrumentos mencionados. Esta investigación está fundamentada en los principios éticos del quehacer profesional del psicólogo, la filosofía y el secreto profesional.

A través de este documento, certificamos haber recibido y comprendido que la información proporcionada por las estudiantes anteriormente mencionada es de carácter confidencial y que la podrán revelar si durante la aplicación del instrumento anteriormente mencionado, se detecta de manera clara que hay un evidente daño para alguno de los estudiantes participantes. Soy consciente de éste trabajo, se me ha informado de las características del proceso, y acepto que sean practicados los métodos y estrategias que los estudiantes consideren pertinentes a aplicar.

También se me indicó que poseo total libertad para revocar el consentimiento o dar por terminada en cualquier momento la relación entre las egresadas de psicología encargadas de la

investigación y la institución, cuando lo considere pertinente, sin que ello implique ningún tipo de consecuencia para los estudiantes de los grados 10 y 11 y la institución.

Declaro que se me ha leído y explicado en forma amplia en qué consiste este procedimiento, en el marco de la Ley 1090 del 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, relativas al proceso de intervención a implementar.

Una vez leído y comprendido el procedimiento que se seguirá, se firma el presente consentimiento el día _____ del mes de _____ del año 2022, en Cuatro Vientos, Cesar, Corregimiento del Municipio el Paso Cesar.

Rector
CC. No

Coordinador
CC. No.

María Fernanda Beleño Mendoza
CC. No.

Dollys Carolina Chapman Montes
CC. No.

Anexo 2.
Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA REPRESENTANTE

<p>Título de proyecto: Dependencia al Celular e Internet en estudiantes De 10 Y 11° De La Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán</p>

Yo, _____, identificado (a) con C.C. N° _____, de _____, en calidad de representante legal del estudiante _____ identificado (a) con número de identificación _____, de _____, bajo mis facultades legales, físicas y mentales, autorizo a las egresadas del programa de psicología María Fernanda Beleño Mendoza identificada con CC. 1.066.000.545 y Dollys Carolina Chapman Montes identificada con CC. 1.065.853.016, para la aplicación de los instrumentos test de dependencia al móvil (TDM), test de adicción al internet (TDI) y entrevista de datos personales, a mi representado legal, siempre y cuando, este también conceda su deseo a participar.

Esta investigación está fundamentada en los principios éticos del quehacer profesional del psicólogo, la filosofía y el secreto profesional. Su decisión de permitir la participación de su representado legalmente o su hijo, en el presente estudio, es totalmente voluntaria, la información proporcionada será utilizada únicamente con fines académicos, la identidad y datos personales del estudiante no serán divulgados y están amparados por la ley 1090 de 2006, igualmente, tenga en cuenta que la integridad del participante será protegida evitándose toda discriminación u acción que afecte su dignidad.

A través de este documento, certifico haber recibido y comprendido que la información proporcionada por mi hijo o representado legal, anteriormente mencionada es de carácter confidencial y que la podrán revelar si durante la aplicación del instrumento anteriormente mencionado, se detecta de manera clara que hay un evidente daño para alguno de los estudiantes participantes. Soy consciente de éste trabajo, se me ha informado de las características del proceso, y acepto que sean practicados los métodos y estrategias que los estudiantes consideren pertinentes a aplicar.

También se me indicó que poseo total libertad para revocar el consentimiento o dar por terminada en cualquier momento la relación entre las egresadas de psicología encargadas de la investigación y la institución, cuando lo considere pertinente, sin que ello implique ningún tipo de consecuencia para los estudiantes de los grados 10 y 11 y la institución.

Declaro que se me ha leído y explicado en forma amplia en qué consiste este procedimiento, en el marco de la Ley 1090 del 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, relativas al proceso de intervención a implementar.

Una vez leído y comprendido el procedimiento que se seguirá, se firma el presente consentimiento el día ____ del mes de _____ del año 2022, en Cuatro Vientos, Cesar, Corregimiento del Municipio el Paso Cesar.

Firma
CC. No.

María Fernanda Beleño Mendoza
CC. No.

Dollys Carolina Chapman Montes
CC. No.

Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de proyecto: Dependencia al Celular e Internet en estudiantes De 10 Y 11°
De La Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán

Cordial saludo, antes de firmar el presente asentimiento, tenga en cuenta que el objetivo de la investigación consiste determinar la dependencia al celular e internet en adolescentes mediante la aplicación de los instrumentos denominados: test de dependencia al móvil (TDM) y test de dependencia al internet (TDI). Su participación en el presente estudio consiste en diligenciar los cuestionarios previamente socializados.

Su participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando sus padres o representante legal de la presente institución hayan dicho que puedes participar, si usted no quiere hacerlo, puede decir que no. También es importante que conozca que, si en un momento dado ya no desea continuar en el estudio, usted posee la libertad de retirarse en cualquier momento.

Toda la información proporcionada por usted será utilizada únicamente para fines académicos descartando cualquier uso económico, laboral o cualquier otro.

Los datos y resultados individuales serán usados de manera confidencial, Esto quiere decir que no proporcionaremos a nadie sus respuestas, sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio, esto, según lo exige el artículo 2 numeral 5 de la Ley 1090 de 2006 del quehacer profesional del psicólogo en Colombia. La única excepción a esta condición sucede si alguna autoridad judicial competente (por ejemplo, fiscalía) solicita a los investigadores el acceso a la información, o si hay inminencia de riesgo al bienestar físico o mental del participante.

Si acepta participar, por favor coloque una (✓) en el cuadrado de abajo que dice “Sí quiero participar” y escribe tu nombre y abajo su número de identificación. Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre y devuelve el formulario.

Sí quiero participar

Nombre: _____

Identificación N°. _____

Permiso especial de permanencia (PEP; solo en caso de que aplique, sino, deje en blanco este espacio). _____

Nombre y firma de la persona que obtiene el asentimiento:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de proyecto: Dependencia al Celular e Internet en estudiantes De 10 Y 11°
De La Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán

Fecha: _____

Yo, _____, identificado (a) con C.C. N° _____, de _____, en calidad de estudiante de la Institución Educativa Técnica Agroindustrial Octavio Mendoza Durán, bajo mis facultades legales, físicas y mentales, autorizo a las egresadas del programa de psicología María Fernanda Beleño Mendoza identificada con CC. 1.066.000.545 y Dollys Carolina Chapman Montes identificada con CC. 1.065.853.016, para la aplicación de los instrumentos test de dependencia al móvil (TDM), test de adicción al internet (TDI) y entrevista de datos personales. Esta investigación está fundamentada en los principios éticos del quehacer profesional del psicólogo, la filosofía y el secreto profesional.

A través de este documento, certifico haber recibido y comprendido que la información proporcionada por las estudiantes anteriormente mencionadas es de carácter confidencial y que la podrán revelar si durante la aplicación del instrumento anteriormente mencionado, se detecta de manera clara que hay un evidente daño para sí mismo o un tercero. Soy consciente de éste trabajo, se me ha informado de las características del proceso, y acepto que sean practicados los métodos y estrategias que las estudiantes consideren pertinentes a aplicar.

También se me indicó que poseo total libertad para revocar el consentimiento o dar por terminada en cualquier momento la relación entre las egresadas de psicología encargadas de la investigación y la institución, cuando lo considere pertinente, sin que ello implique ningún tipo de consecuencia para los estudiantes de los grados 10 y 11 y la institución.

Declaro que se me ha leído y explicado en forma amplia en qué consiste este procedimiento, en el marco de la Ley 1090 del 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, relativas al proceso de intervención a implementar.

Una vez leído y comprendido el procedimiento que se seguirá, se firma el presente consentimiento el día ____ del mes de _____ del año 2022, en Cuatro Vientos, Cesar, Corregimiento del Municipio el Paso Cesar.

Firma
CC. No

María Fernanda Beleño Mendoza
CC. No.

Dollys Carolina Chapman Montes
CC. No.

Anexo 3.
Ficha de datos personales

Entrevista de datos personales

A continuación, se le presentaran una serie de preguntas relacionadas con sus datos personales.

¿Cuál es su nombre?

¿Cuál es su sexo?

- Mujer
- Hombre

¿Cuál es su edad?

- 14-16 años
- 17-18 años
- 19-21 años

¿A qué curso o grado pertenece?

- 10
- 11

¿Cuál es su estrato socioeconómico?

- Estrato 1
- Estrato 2
- Estrato 3
- Estrato 4

¿Actualmente cuenta con celular propio?

- Sí
- No

¿Tiene acceso a celular (ej. El de sus papas, abuelos, amigos, familiares)?

- Sí
- No

¿Cuenta con acceso a internet?

- Sí
- No

Anexo 4. Test De Dependencia Al Móvil (TDM)

Indica con qué frecuencia realizas las afirmaciones que aparecen a continuación tomando como criterio la siguiente escala:

0 Nunca	1 Rara vez	2 A veces	3 Con frecuencia	4 Muchas veces
------------	---------------	--------------	---------------------	-------------------

1. Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar mucho el celular	0	1	2	3	4
2. Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir	0	1	2	3	4
3. He discutido con algún familiar por el gasto económico que hago del celular	0	1	2	3	4
4. Dedico más tiempo del que quisiera a usar el celular	0	1	2	3	4
5. Me he pasado (me he excedido) con el uso del celular	0	1	2	3	4
6. Me he acostado más tarde o he dormido menos por estar utilizando el celular	0	1	2	3	4
7. Gasto más dinero con el celular del que me había previsto	0	1	2	3	4
8. Cuando me aburro, utilizo el celular	0	1	2	3	4
9. Utilizo el celular en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)	0	1	2	3	4
10. Me han reñido por el gasto económico del celular	0	1	2	3	4

Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las afirmaciones que se presentan a continuación

0 totalmente en desacuerdo	1 un poco en desacuerdo	2 Neutral	3 Un poco de acuerdo	4 Totalmente de acuerdo
----------------------------------	-------------------------------	--------------	----------------------------	-------------------------------

11. Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de usarlo (llamar a alguien, enviar un SMS o un WhatsApp, etc.)	0	1	2	3	4
12. Últimamente utilizo mucho más el celular	0	1	2	3	4
13. Si se me dañara el celular durante un periodo largo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me encontraría mal	0	1	2	3	4
14. Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia	0	1	2	3	4
15. Si no tengo el celular me encuentro mal	0	1	2	3	4
16. Cuando tengo el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo	0	1	2	3	4
17. No es suficiente para mí usar el celular como antes, necesito usarlo cada vez más	0	1	2	3	4
18. Nada más levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, si me han mandado un mensaje, un WhatsApp, etc.	0	1	2	3	4
19. Gasto más dinero con el celular ahora que al principio	0	1	2	3	4
20. No creo que pudiera aguantar una semana sin celular	0	1	2	3	4
21. Cuando me siento solo, le hago una llamada a alguien, le envié un mensaje o un WhatsApp, etc.	0	1	2	3	4
22. Ahora mismo agarraría el celular y enviaría un mensaje, o haría una	0	1	2	3	4

llamada.					
----------	--	--	--	--	--

Anexo 5. Test De Adicción A Internet (IAT)

Indica la frecuencia con la que realizas o te suceden las siguientes situaciones que te aparecen a continuación sobre el uso que haces del internet. Toma como referencia la siguiente escala para responder las preguntas:

0	1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Ocasionalmente	Frecuentemente	A menudo	Siempre

1. ¿Con qué frecuencia se conecta a Internet más de lo previsto?	0	1	2	3	4	5
2. ¿Con qué frecuencia descuida las actividades de la casa para estar más tiempo conectado?	0	1	2	3	4	5
3. ¿Con qué frecuencia prefiere más la emoción que le produce estar conectado a la intimidad con su pareja o la relación directa con sus amigos?	0	1	2	3	4	5
4. ¿Con qué frecuencia forma nuevas relaciones con usuarios de Internet?	0	1	2	3	4	5
5. ¿Con qué frecuencia las personas cercanas a usted se quejan por la cantidad de tiempo que permanece conectado?	0	1	2	3	4	5
6. ¿Con qué frecuencia sus calificaciones o actividades académicas se afectan negativamente por la cantidad de tiempo que permanece en Internet?	0	1	2	3	4	5
7. ¿Con qué frecuencia revisa su correo electrónico antes de realizar otra tarea que necesita hacer?	0	1	2	3	4	5
8. ¿Con qué frecuencia el tiempo que pasa en Internet afecta negativamente su desempeño o productividad en el trabajo?	0	1	2	3	4	5
9. ¿Con qué frecuencia está a la defensiva o se muestra reservado cuando alguien le pregunta qué hace en Internet?	0	1	2	3	4	5
10. ¿Con qué frecuencia bloquea los pensamientos desagradables de su vida con pensamientos agradables relacionados con Internet?	0	1	2	3	4	5
11. ¿Con qué frecuencia anticipa cuándo estará conectado de nuevo?	0	1	2	3	4	5
12. ¿Con qué frecuencia teme que la vida sin Internet sería aburrida, vacía o triste?	0	1	2	3	4	5
13. ¿Con qué frecuencia se enoja si alguien lo molesta mientras está conectado?	0	1	2	3	4	5
14. ¿Con qué frecuencia se queda sin dormir por conectarse durante la noche?	0	1	2	3	4	5
15. ¿Con qué frecuencia se siente preocupado por no estar conectado o imagina estarlo?	0	1	2	3	4	5
16. ¿Con qué frecuencia dice: “unos minutos más”, cuando está conectado?	0	1	2	3	4	5
17. ¿Con qué frecuencia trata de disminuir el tiempo que pasa en Internet y no lo logra?	0	1	2	3	4	5
18. ¿Con qué frecuencia intenta ocultar el tiempo que permanece conectado?	0	1	2	3	4	5
19. ¿Con qué frecuencia prefiere pasar más tiempo en Internet que salir	0	1	2	3	4	5

con otras personas?						
20. ¿Con qué frecuencia se siente deprimido, malhumorado o nervioso cuando no está conectado, pero se siente mejor cuando se conecta de nuevo?	0	1	2	3	4	5