



MIEMBRO DE LA RED  
ILUMNO

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO  
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD  
ESCUELA DE ESTUDIOS EN PSICOLOGÍA, TALENTO HUMANO Y SOCIEDAD  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA VIRTUAL  
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA  
LÍNEA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA, SALUD MENTAL Y CONTEXTO

TRABAJO DE GRADO

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN JÓVENES CON EDADES ENTRE LOS 18 A 25  
AÑOS PERTENECIENTES A LA TECNOLOGÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL  
TRABAJO DEL CENTRO AGROPECUARIO DEL SENA REGIONAL CAUCA.

PRESENTA:

ADRIANA ELENA BARAHONA ARIZA / 1621982008

ALEXANDRA LÓPEZ LONDOÑO / 1621982476

MARIA ALEJANDRA LUNA ALCALDE / 1621981866

KAREN GISSEL VIDAL RAMIREZ / 1621982720

DIRECTORA:

MGS. KARINA TORRES AVILA

CAUCA, AGOSTO - DICIEMBRE DE 2019

Resumen.....	1
Capítulo 1. Introducción.....	2
Descripción del contexto general del tema.....	2
Planteamiento del problema.....	3
Pregunta de investigación.....	4
Objetivo general.....	4
Objetivos específicos.....	5
Justificación.....	5
Capítulo 2.....	6
Marco de referencia.....	6
Marco conceptual.....	7
Adicción y Conducta adictiva.....	7
Redes Sociales.....	7
Adicción a internet y a las redes sociales.....	8
Marco teórico.....	9
Marco Empírico.....	10
Capítulo 3. Metodología.....	11
Tipo y diseño de investigación.....	11
Participantes.....	12
Instrumentos de recolección de datos.....	12
Estrategia del análisis de datos.....	13
Consideraciones éticas.....	14
Capítulo 4.....	15
Resultados.....	15
Discusión.....	17
Conclusiones.....	18
Limitaciones.....	19
Recomendaciones.....	20
Referencias Bibliográficas.....	20
Anexos.....	24
Anexo 1. Test de Adicción a Internet.....	24

Tabla 1. Población que fue sometida al Test de Adicción a Internet.....	12
Tabla 2. Rangos de puntuación y categorías de adicción .....	13
Tabla 3. Variables de estudio.....	15
Tabla 4. Resultados obtenidos en las 20 preguntas del Test de Adicción a Internet. ....	16

Figura 1. Diagrama de los resultados obtenidos según el rango de adicción a internet. .... 17

La internet y las redes sociales son herramientas que permiten a los usuarios interactuar en tiempo real con otros usuarios, consultar información, compartir experiencias e intereses y aprender nuevas cosas, sin embargo, su uso indiscriminado puede llegar a generar adicción. El objetivo de este trabajo es determinar los factores que pueden generar adicción a las redes sociales y que podrían emplearse como herramientas de evaluación, en jóvenes entre 18 a 25 años estudiantes de Tecnología en Seguridad y Salud en el Trabajo del Centro Agropecuario del SENA Regional Cauca. Se empleó el Test de Adicción a Internet de Young (1998) siguiendo la adaptación realizada por Matalinares, Raymundo, & Baca (2014). Se empleó un test de 20 preguntas el cual fue aplicado a la población a estudiar, este cuestionario se encuentra dividido en dos secciones, una de datos generales y la otra directamente del test de adicción. Fue encuestada una población de 100 estudiantes, 69 mujeres y 31 hombres. Se encontró que de los encuestados 60% presentaban resultados normales, 20% presenta rasgos de adicción leves, 14% rasgos de adicción moderados y el 6% restante rasgos de adicción severos. Entre los factores que favorecen la adicción a internet y redes sociales se encuentran el tiempo empleado en conexión, el no compartir tiempo libre con familiares o amigos, la búsqueda de escape de la realidad, la evasión de problemas, la imposibilidad de lograr estar desconectado y la soledad. Los resultados consolidados se presentan en tablas y figuras, gráficas y variables de medición, adicionalmente se dejan anexos con los resultados de cada respuesta.

**Palabras clave:** Internet, redes sociales, adicción a internet, adicción a redes sociales, dependencia.

## **Capítulo 1.**

### **Introducción.**

El presente trabajo de investigación desarrolla un sondeo mediante la aplicación de una prueba para determinar factores que permitan identificar la adicción a la internet y redes sociales, la relación que tienen estos factores de adicción con los cambios a nivel comportamental y en la interacción personal en los jóvenes con edades de 18 a 25 años pertenecientes a la Tecnología de Seguridad y Salud en el Trabajo del Centro Agropecuario del Sena Regional Cauca, con el propósito de detectar la dependencia o abuso de los adolescentes en el ciberespacio y de este modo generar sensibilización con respecto a este fenómeno.

La investigación se realiza desde el área aplicada de la psicología clínica, debido a que abarca la detección del problema, proporciona información y buscar posibles alternativas de prevención mediante la identificación de factores de riesgo.

Una de las preguntas que surgen es con respecto a porque se da con más frecuencia este tipo de problemática de la adicción a la internet (y a otras adicciones) en los jóvenes, una razón hipotética puede ser porque ellos son los más vulnerables en temas de tecnología y el uso de las redes sociales, debido a la facilidad de interacción, la rapidez con que se conocen nuevas personas y se hacen nuevos “amigos” o se establecen relaciones sentimentales de todo tipo. Otro parámetro relevante es el acceso casi ilimitado a información de toda índole, desde información universitaria hasta información trivial y carente de fundamento. La satisfacción o diversión que puede generar el uso de la internet, las redes sociales, los juegos online, o los chats virtuales, pueden desencadenar un tipo de dependencia y con mayor frecuencia llegar a tener un posible rasgo de trastorno psicológico, modificando así su comportamiento. Todo lo anteriormente mencionado se contempla como una hipótesis que se logra identificar mediante la observación constante en la vida cotidiana.

### **Descripción del contexto general del tema.**

Los jóvenes entre los 18 a 25 años de edad son uno de los grupos que más se sienten atraídos por los beneficios que tiene la red; la popularidad, la figuración y el mismo sentido

reconocimiento son factores que influyen y atraen el uso de redes sociales. Adicionalmente, 3 presenta grandes ventajas dada la búsqueda continua de información actualizada para realizar las tareas o actividades escolares y la facilidad con la que estos pueden comunicarse de forma rápida con otras personas.

Se han llevado a cabo varias investigaciones sobre la adicción a la internet y específicamente a las redes sociales en adolescentes, dentro de estas una de las primeras es la de Young (1998), donde se consideraron 360 personas dependientes de la internet y 100 personas no dependientes, el estudio arrojó diferencias significativas de uso funcional y de comportamiento entre los dos grupos. Otro trabajo es el de Treuer, Fábían, & Füredi (2001), donde se concluye que la adicción a la internet es un nuevo subtipo de trastorno psiquiátrico, el cual había sido reportado con anterioridad, como el trastorno de control de impulsos. Estos autores resaltan el problema de que la mayoría de los usuarios de Internet son estudiantes jóvenes, y estos individuos tienen una mezcla de características obsesivas con características de problemas de control de impulsos relacionados específicamente con el uso de Internet. Peris, Maganto, & Garaigordobil (2018), realizan un estudio de adicción de adolescentes a redes sociales e internet donde la población evaluada fue de 2417 adolescentes entre los 12 y los 17 años pertenecientes al país Vasco, España. Estos autores establecen la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI); dicha escala consta de 29 ítems que evalúan el riesgo de adicción a internet integrando cuatro dimensiones: síntomas adicción, uso-social, rasgos frikis y nomofobia.

### **Planteamiento del problema.**

La conexión a internet y la participación en redes sociales son actividades cotidianas y normales en los jóvenes en la actualidad, pero definir hasta qué punto esta actividad es normal y en qué momento genera dependencia y adicción no es una labor sencilla. West & Brown (2013), plantean que, para el establecimiento de estos conceptos, es útil distinguir entre la adicción como una motivación poderosa y repetida para adoptar un comportamiento gratificante pero perjudicial y la "dependencia física" como un estado de adaptación fisiológica a un fármaco que debe tomarse para prevenir los síntomas de abstinencia adversos. Incluso se puede hablar de 'dependencia psicológica' para referirse a un estado en el que un individuo, por la razón que sea,

siente que `necesita' algo. No obstante, estos términos son usados indistintamente por lo que es 4 difícil llegar a una terminología universalmente aceptable. Existen algunos estudios que abordan el tema de adicción a redes sociales como los de Araujo (2016), enfocado a estudiantes universitarios de la Universidad de Lima, donde se utilizó el cuestionario de adicción a las redes sociales de (Escurra & Salas (2014); dentro de los hallazgos se tiene que al parecer factores de tipo social y afectivo tiene un rol relevante en la tendencia del uso de las redes sociales entre jóvenes de ambos sexos, adicionalmente los autores plantean que la motivación para el ingreso a redes sociales se debe a la persecución de logro de objetivos como socialización, estatus y reconocimiento como fue establecido por Valenzuela, Park, & Kee (2009).

Algunas investigaciones como las de Pérez (2018); Zhao, Grasmuck, & Martin (2008); Krämer & Winter (2008); Buffardi & Campbell (2008) y Wang (2017); hacen énfasis en la manera como las redes sociales influyen comportamientos, relaciones y desarrollos de la personalidad entre los usuarios de estas.

En América latina se destacan trabajos como el de Matalinares, Raymundo, & Baca (2014) quienes traducen y analizan la validez y confiabilidad del test de Young, usando baremos peruanos en una población de 2225 adolescentes entre los 13 a los 19 de diferentes ciudades del Perú, estos autores concluyen que la confiabilidad total del test es moderada y aplicable, siendo el análisis factorial psicométrico como satisfactorio.

De este modo el presente trabajo de investigación se busca evaluar si la población de jóvenes con edades entre los 18 y 25 años presenta patrones de adicción a redes sociales.

### **Pregunta de investigación.**

¿Qué factores pueden generar adicción a las redes sociales en jóvenes de 18 a 25 años de la Tecnología en Seguridad y Salud en el Trabajo del Centro Agropecuario del SENA regional Cauca?

### **Objetivo general.**

Determinar los factores que pueden generar adicción a las redes sociales y que podrían emplearse como herramientas de evaluación, en jóvenes entre 18 a 25 años estudiantes de



### **Objetivos específicos.**

- Identificar el modo de afectación de los factores que indiquen adicción a la internet sobre la población de estudio.
- Identificar los tipos de comportamiento específicos para jóvenes con edades entre los 18 y 25 años del SENA regional Cauca
- Relacionar el comportamiento de los jóvenes con edades entre los 18 y 25 años de edad con las causas identificadas de adición a la internet del SENA regional Cauca.

### **Justificación.**

En vista de lo antes mencionado, y sin alejarnos de la problemática que se vive a nivel mundial del incremento exponencial de las tecnologías con sus pros y contras, se ve la necesidad de profundizar un poco más en la temática teniendo como referencia los estudios realizados en nuestro país; teniendo en cuenta que estos han sido minoritarios.

En Colombia el número de accesos fijos a internet, para el segundo trimestre de 2019, alcanzó los 6,9 millones (MINTIC, 2019; página 9); mientras que el acceso a internet móvil para el mismo periodo alcanzó los 27,7 millones (MINTIC, 2019; página 20), en cuanto a redes sociales no hay datos publicados formalmente en artículos o textos académicos o científicos, solo se tienen publicaciones de la página web del MINTIC donde se estima que solo para Facebook en Colombia se cuenta con 15 millones de usuarios aproximadamente, siendo Bogotá la ciudad con mayor número de personas alcanzando los 6,5 millones.

Los jóvenes entre los 18 y los 25 años pueden ser uno de los grupos más sensibles a la influencia de la internet, específicamente en lo referente a las redes sociales, por las características que tiene su ciclo de vida y por el medio en que están rodeados. Es notorio que el uso más relevante de la internet está enfocado hacia las redes sociales, adicionalmente se encuentra la búsqueda continua de información actualizada para realizar las tareas o actividades académicas, estar actualizado, expandir su círculo de amistades, encontrar trabajo; todo esto

sumado a la facilidad con la que los usuarios pueden comunicarse de forma rápida con otras personas. 6

Ahora bien, el incremento del uso de la internet cada vez está agarrando mayor fuerza gracias a los Puntos Vive Digital que ha implementado el Ministerio de Tecnologías de la información y comunicación (MinTIC) debido a que en las zonas rurales del país donde era un poco más compleja la llegada de la internet ahora es una realidad y con esto jóvenes de escasos recursos pueden acceder a la red de forma gratuita. Dada esta fenomenología es importante establecer si debido al incremento de acceso a redes sociales por parte de estos jóvenes podría establecer una patología que desencadenará en adicción a las mismas, es por esto que este tipo de estudios son de relevancia con el fin de establecer características de adicción y contribuir en programas de prevención y uso adecuado de estas tecnologías.

El conocimiento y la divulgación de este fenómeno que podría dar como consecuencia, problemáticas más serias, pueden establecer el punto de partida para programas de prevención de adicción a redes sociales y su uso adecuado entre todos los profesionales involucrados en el desarrollo de los jóvenes de nuestro país.

## **Capítulo 2.**

### **Marco de referencia.**

Cuando se llega a la edad adulta se desarrolla una dependencia, así como lo son las adicciones a las sustancias psicoactivas, alcohol u otro tipo, debido al placer que pueden llegar a generar, es así como hoy en día la ciberadicción se vuelve indiscriminada y persistente sobre todo en la población adulta, donde a raíz de estas adicciones, se crean problemas personales, laborales o familiares afectando la vida de estos y de las personas de su entorno. Caro (2017), establece 6 indicios de la adicción; adicionalmente los estudios de Young (1998), son relevantes debido a que indican la probabilidad de que la ciberadicción deba ser incluida en el DSM-V como parte de un espectro compulsivo-impulsivo.

## **Marco conceptual.**

### **Adicción y Conducta adictiva.**

Las adicciones se definen como la compulsión habitual de participar en una determinada actividad o utilizar una sustancia, a pesar de las consecuencias devastadoras sobre el bienestar físico, social, espiritual, mental y financiero del individuo. En lugar de enfrentarse a los obstáculos de la vida, al estrés diario o a los traumas pasados o presentes, el adicto responde de forma inadaptada recurriendo a un seudo mecanismo de afrontamiento (Young & Nabuco, 2011). Una conducta adictiva se define como la necesidad patológica de una determinada sustancia o actividad, este tipo de conductas supone uno de los problemas de salud mental más extendidos a los que se debe enfrentar la sociedad actual (Butcher, Mineka, & Hooley, 2007). Considerar que una conducta puede ser adictiva, en el mismo sentido que lo son las sustancias psicoactivas, es tema de debate en la actualidad, para muchos investigadores las adicciones no se limitan a aquellas generadas por el consumo incontrolable de sustancias (cannabis, anfetaminas, cocaína, cafeína, nicotina o alcohol), sino que existen hábitos de conducta, aparentemente inofensivos, los cuales en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas.

### **Redes Sociales.**

Las redes sociales son comunidades virtuales donde las personas pueden crear perfiles, compartir historias, música, opiniones, interactuar con otros usuarios en tiempo real y establecer relaciones con base en intereses comunes. En la actualidad son de amplio uso y existen diversas redes de acuerdo a los intereses y gustos de los usuarios, dentro de las más populares se encuentran Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, adicionalmente, servicios de mensajería como Whatsapp, Wechat, Skype; también existen redes sociales para conexiones laborales o académicas como son LinkedIn y Researchgate. Todas estas redes ofrecen diferentes alternativas de conexión y entretenimiento para los usuarios permitiendo estar conectados con múltiples

personas en diferentes partes del planeta y en tiempo real, lo que hace que sean herramientas muy útiles para establecer líneas de comunicación incluso con personalidades famosas como son líderes políticos, espirituales, científicos, pensadores, deportistas, cantantes, actores y artistas entre otros. 8

### **Adicción a internet y a las redes sociales.**

La adicción a Internet se investigó por primera vez en 1996, en un estudio que revisó más de 600 casos de grandes usuarios de Internet que presentaban signos clínicos de adicción, medidos a través de una versión adaptada de los criterios del DSM-IV desarrollada por Young (1998), los hallazgos se presentaron ante la American Psychological Association. Desde entonces, estudios posteriores durante la última década han examinado varios aspectos del trastorno. Los primeros estudios intentaron definir la adicción a Internet y examinaron los patrones de comportamiento que diferenciaban el uso compulsivo del uso normal de Internet. Estudios más recientes examinaron la prevalencia de la adicción a Internet e investigaron los factores o causas etiológicas asociadas con el trastorno (Young & Nabuco, 2011).

Caro (2017) enumera y describe a los indicios de adicción, los cuales se presentan a continuación:

1. **Saliencia:** La conducta adictiva se convierte en la más importante en la vida de la persona y domina sus pensamientos, sentimientos y conductas.
2. **Cambios de humor:** Experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad.
3. **Tolerancia:** Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los efectos positivos que se tenían antes.
4. **Síndrome de abstinencia:** Efectos desagradables que ocurren cuando la conducta adictiva es interrumpida o repentinamente reducida.
5. **Conflicto:** Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los

propios individuos (conflicto personal) que están involucrados con la conducta adictiva. 9

6. **Recaída:** Es la tendencia a volver a los patrones tempranos de la actividad que vuelven a repetirse, restaurando los más extremos de la adicción tras muchos años de abstinencia o control. (p. 256)

### **Marco teórico.**

Young (1998), fue la primera investigadora en llamar la atención sobre la posibilidad de que el uso indiscriminado y persistente de la internet podría considerarse un nuevo tipo de adicción. A raíz de las observaciones hechas en usuarios, en 1996 desarrolló un test para determinar si la persona sufría del síndrome de adicción a la internet, el cual ha servido como modelo inicial para la realización de otras propuestas, escalas, críticas y revisiones que se hacen sobre este tema, el cual en la actualidad se plantea que es un trastorno tan común que debe ser incluido en el DSM-V como parte de un espectro compulsivo-impulsivo (Bird, 1996) .Aunque según Young lo que predomina en estos individuos es un pobre control de impulsivos. Su escala en la actualidad valora: (1) el uso excesivo: frecuentemente asociado con pérdida del tiempo o abandono de las necesidades básicas, (2) Abstinencia: incluye sentimientos de enojo, tensión y/o depresión cuando la computadora está inaccesible. (3) Tolerancia: incluye la necesidad para mejor equipo, más memoria, más horas de uso y (4) Repercusiones negativas: incluye argumentos, mentir, pobres logros, aislamiento social y fatiga (Duarte, Sierra, & Munguía, 2009).

Cuando Young (1998), empezó a realizar estudios empíricos eran sobre todo acerca de, si el uso excesivo de la Internet podría ser adictivo y el grado de extensión de los problemas asociados con este mal uso, modificó primero en 1996, los criterios usados para la dependencia de sustancias, considerando un “adicto a la internet” si respondía afirmativamente a tres de los siete criterios propuestos. Luego en 1998 describió la “Naturaleza Patológica de la Internet” utilizando los criterios diagnósticos del DSM-IV para juego patológico y desarrolló un cuestionario de ocho preguntas, clasificando como “Dependientes” a aquellos que respondan “si” a cinco o más de los ocho criterios .

Young (1998) ha propuesto que los adictos a la internet, pueden llegar a ser adictos a 10 diferentes aspectos del Uso Patológico de las Computadoras y la conducta es al menos en uno de los siguientes tres subtipos: (1)-Juego Excesivo, (2)-Preocupaciones sexuales, (3)- Email/mensajes de texto (Duarte, Cruz, & Barahona, 2009).

Se han revisado varios fundamentos y modelos que explican la teoría anteriormente mencionada, pero en este caso se relacionó la problemática con la evaluación multiaxial del DSM IV, en vista de que en las investigaciones realizadas se está buscando un rasgo que indique un trastorno cognitivo – conductual.

### **Marco Empírico.**

La ciberadicción en las personas adultas puede desencadenar problemas sociales, familiares, personales y laborales, se han realizado diferentes estudios relacionados con el tema los cuales servirán como un marco de referencia con el fin de hacer un análisis minucioso el cual sea complementario y aplicable al presente objeto de investigación con los aprendices de las Tecnologías de Seguridad y Salud en el trabajo del Centro Agropecuario del SENA Regional Cauca, tratando de identificar rasgos que nos den indicios de presencia de conductas adictivas a la internet y a las redes sociales; autores como Prieto & Moreno (2015), establecen que los ciberadictos presentan dependencia consecuencia del placer que genera el uso y la permanencia de las redes sociales, lo que puede desencadenar en un comportamiento adictivo por parte del usuario y cuyas consecuencias pueden ser psíquicas y físicas.

Algunos estudios demuestran que el uso de Internet puede favorecer la aparición de comportamientos desadaptativos en la población juvenil (Echeburua & De Corral, 2010). Es por esto por lo que algunos individuos al estar desconectados, así sea por unos minutos, pueden presentar comportamientos depresivos, de rabia o incluso llegar hasta la desesperación porque ya tienen una adicción, así sea leve, a este tipo de herramientas tecnológicas.

En la actualidad los jóvenes pueden estar en riesgo a presentar este tipo de dependencia debido al fácil acceso, libre e ilimitado a la red y como consecuencia de tiempo no estructurado, la ausencia de filtros adecuados de acceso a ciertos tipos de paginas web, las sensación de popularidad, la ausencia de control parental y la oportunidad de escapar de las presiones, la

ansiedad o la depresión que están presentes en esta etapa de la vida para muchos jóvenes (Young, 2004), aunque es un estudio no muy avanzado tiene mucha coherencia con lo que a diario vivimos con los ciberadictos en el que hoy en día la internet no es tan censurada y que muchos adolescentes y jóvenes tienen fácil acceso a ella y que los padres al tener que estar constantemente cumpliendo con sus obligaciones laborales, poco es lo que pueden supervisar, entre esa situación los jóvenes aprovechan para ser más populares, para sentirse libres y poder escapar de mil y un síntomas que pueden llegar a tener y es ahí en donde las personas que no tienen muy buenas intenciones se aprovechan y hacen que los jóvenes caigan en la: Prostitución, drogadicción, trata de blancas, secuestros, violaciones y algunos llegar hasta la muerte. 11

Moeller, Powers, & Roberts (2012) investigaron a usuarios de redes sociales de 37 países, encontrando que, tras haberles solicitado pasar 24 horas sin Internet, el 20% de estos presento síntomas similares a otras adicciones: ansiedad, desesperación y vacío emocional, esta puede ser considerada una cifra alta teniendo en cuenta el uso masivo que tiene este medio en la actualidad.

Todos estos estudios descritos anteriormente sirven de base y fundamento al presente objeto de investigación, por lo que se realizará el test de Adicción basado en Young (1998), mediante la adaptación y validación realizadas por Matalinares *et al.* (2014), para identificar la presencia y prevalencia del mismo en la población definida para este estudio.

### **Capítulo 3.**

#### **Metodología.**

##### **Tipo y diseño de investigación.**

De acuerdo a la metodología de Investigación, propuesta por Hernández, Fernández, & Baptista (2010), el presente proyecto se orienta en un enfoque cuantitativo debido a que se utiliza información concreta recogida de las encuestas aplicadas a la población de estudio para poder llegar al análisis y conclusión de datos estructurados y estadísticos que permitan establecer patrones de comportamiento derivados de la exposición a un factor influyente.

El diseño de investigación que corresponde a este proyecto es de tipo descriptivo dado que busca especificar las características y los perfiles de la población de estudiantes de edades entre 18 y 25 años quienes pudieran presentar características que indiquen adicción a las redes sociales y cuya influencia tendría como consecuencia un cambio en el comportamiento de los mismos y de la manera como se relacionan con la sociedad.

### **Participantes.**

Se llevó a cabo la aplicación de una encuesta previo consentimiento informado de los estudiantes en edades entre los 18 y 25 años de las tecnologías de seguridad y salud en el trabajo del SENA regional Cauca.

Se trató de una población de 100 estudiantes de los cuales 69% corresponden a mujeres y un 31% a hombres, la relación de edades de los encuestados se relaciona en la Tabla 1.

*Tabla 1. Población que fue sometida al Test de Adicción a Internet.*

EDAD	18	19	20	21	22	23	24	25	26	TOTAL
Población	16	24	16	9	4	17	5	7	2	100

Los estudiantes se encuentran distribuidos en tres semestres de la siguiente manera; 15% en primer semestre, 73% en segundo semestres y 12% en tercer semestre. Para la selección de la muestra de la población se tomó en consideración la voluntad de los participantes quienes aprobaron la aplicación de la encuesta y el tratamiento de datos.

### **Instrumentos de recolección de datos.**

La herramienta utilizada para recolección de los datos para la investigación corresponde a una encuesta adaptada por los investigadores de este proyecto, tomando como guía el “Test de Uso de Internet de Kimberly Young, PhD” Young (1998) y las adaptaciones realizadas por Matalinares et al., (2014). Es importante anotar que para la aplicación de la encuesta se contó con la autorización por parte de los autores para el empleo de la adaptación realizada por



Matalinares et al. (2014); dicha encuesta plantea unas preguntas básicas de información general y unas preguntas específicas sobre el tema tratado en el proyecto de investigación sobre la adicción a las redes sociales por parte de los estudiantes con edades entre los 19 y 25 años, pertenecientes a la Tecnología de Seguridad y Salud en el Trabajo del Centro Agropecuario del Sena Regional Cauca. 13

### **Estrategia del análisis de datos.**

Para tabular la información y analizar los datos de la encuesta aplicada en el SENA regional Cauca, se aplicó una tabla de valores modificada con respecto a la de Young (1998) y la de Matalinares et al (2014), para el presente estudio se tomaron 5 posibles respuestas a cada una de las 20 preguntas del test y a cada respuesta se le dio un puntaje, el cual va de 0 a 4 de la siguiente manera; Nunca (0), Raramente (1), Ocasionalmente (2), Frecuentemente (3), Siempre (4). De este modo el puntaje máximo obtenido alcanzaría los 80 puntos y para definir la presencia de adicción se emplearon los siguientes rangos con base a los encontrados por Young (1998) y Matalinares et al (2014), la Tabla 2 ilustra los rangos establecidos.

*Tabla 2. Rangos de puntuación y categorías de adicción*

<b>RANGO</b>	<b>CATEGORIA</b>
<b>64 - 80</b>	SEVERO
<b>40 - 63</b>	MODERADO
<b>25 - 49</b>	LEVE
<b>0 - 24</b>	NORMAL

Para el tratamiento de datos y el desarrollo de diagramas, se empleo el software de Microsoft Excel.

Para el presente proyecto se toma a consideración los artículos 49, 50 y 52 de la Ley 1090 de 2006 y los artículos 5 y 6 del Capítulo 1, Título II de la Resolución 8430 de 1993 que establecen las disposiciones sobre derechos de los participantes en investigaciones. Teniendo en cuenta las implicaciones legales; esta investigación se acoge a lo demandado en la normatividad con el fin de cumplir y respetar los derechos de la población objeto de estudio en SENA regional Cauca

*Nota: Se recomienda que una vez establecida la metodología se proceda a la recolección de datos con ello garantizará tener el tiempo suficiente para tabular y analizar la información que presentará en la entrega final*

**Resultados.**

El presente estudio tuvo como objetivo identificar y establecer el nivel de adicción, preferencias de uso y tiempo promedio que emplean en internet los jóvenes estudiantes de las tecnologías de seguridad y salud en el trabajo del Sena. Para cumplir dicho objetivo se tomó como referencia el instrumento, Internet Addiction Test (IAT) de Dr. Kimberly Young. Se aplicó esta encuesta a 100 jóvenes, (69 mujeres y 31 hombres). El cuestionario está dividido en 2 secciones, una de datos generales, y otra del Internet Addiction Test. De acuerdo con los indicadores que se pretendieron medir a continuación se presentan las tablas, graficas y variables de medición, adicionalmente al final del documento se dejan anexos de los resultados según cada respuesta dada, las variables de estudio son ilustradas en la Tabla 3:

Macro variable	Variable	Naturaleza	Unidad de medición	Escala de medición
Variables sociodemográficas	Edad	Cuantitativo	Años	Razón
	Sexo	Cualitativo	Masculino - Femenino	Nominal
	Semestre	Cuantitativo	1,2,3	Ordinal
	Acceso a internet	Cuantitativo	Hogar Sena Celular Sala de internet	Nominal

*Tabla 3. Variables de estudio.*

Los resultados consolidados se presentan en la Tabla 4 y en la Figura 1, como se había mencionado anteriormente la escala de valores tabulada permite evidenciar la posible presencia de adicción, de acuerdo con esto se tiene que un 6% de la población presenta una puntuación que entra en el rango de SEVERO, un 14% presenta una puntuación que cae en el campo de MODERADO, un 20% en el de LEVE y un 60% en el de NORMAL. Esto también puede ser deducido de la tabla general donde se observa una mayor proporción de respuestas hacia los ítems Nunca, Raramente y Ocasionalmente, mientras que para Frecuentemente y Siempre, la proporción en términos generales es menor.

*Tabla 4. Resultados obtenidos en las 20 preguntas del Test de Adicción a Internet.*

Pregunta	NUNCA (0)	RARAMENTE (1)	OCASIONALMENTE (2)	FRECUEMENTEMENTE (3)	SIEMPRE (4)
1	26	38	22	12	2
2	21	33	22	11	13
3	53	34	9	4	0
4	8	30	28	16	18
5	10	27	33	15	15
6	59	24	11	4	2
7	58	22	9	5	6
8	57	25	15	3	0
9	19	43	21	10	7
10	45	42	5	4	4
11	35	29	17	11	8
12	60	21	15	2	2
13	64	25	4	4	3
14	64	17	8	6	5
15	21	28	16	15	20
16	14	13	22	22	29
17	20	11	18	28	23
18	60	28	7	2	3
19	51	27	13	6	3
20	49	25	14	9	3

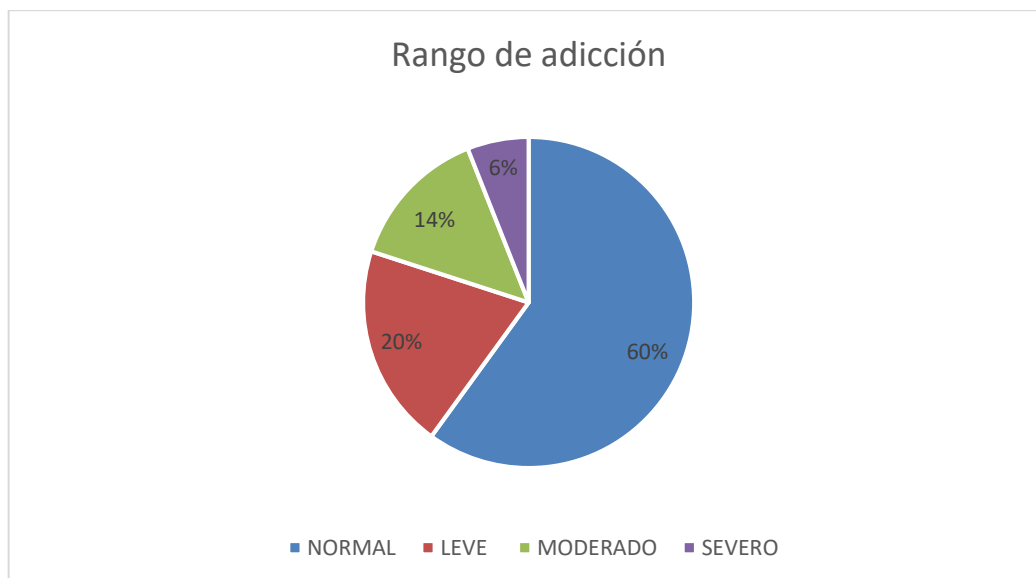


Figura 1. Diagrama de los resultados obtenidos según el rango de adicción a internet.

### **Discusión.**

Los datos encontrados permiten observar como aunque un 60 % de la población encuestada presenta patrones normales, donde indicios de adicción a redes sociales se encuentran ausentes, un 40% presenta evidencia de adicción a redes sociales de acuerdo a lo establecido por Young (1998), de este 40%, un 20% presenta rasgos de adicción leve, un 14% de adicción moderada y un 6% de adicción severa a redes sociales. Es de notar que la proporción de 40%, casi la mitad de la población, es demasiado alta por ende es de relevancia y puede puntualizar signos de alarma.

Un aspecto importante a determinar es si el uso excesivo de redes sociales e internet perjudica la actividad académica, y los resultados obtenidos fueron que el 53% de los jóvenes encuestados no identifican esta problemática en su diario vivir, pero si lo relacionamos con la frecuencia de perdida de sueño el 43% apunta que raramente es afectado el factor sueño, pero el 7% dice que siempre. Por lo que podría decirse que una pequeña población si se ve afectada pero no lo perciben en el momento de responder a dicha pregunta.

Otro aspecto que se puede observar es el que se desprende de la pregunta que hace énfasis en saber si en su tiempo libre comparte con su familia y amigos, el 20% refiere nunca hacerlo, el

23% siempre, y el 28% frecuentemente; de esto se puede inferir es que las relaciones interpersonales pueden disminuir gracias al uso irracional del internet y redes sociales.

18

Relacionado con las alteraciones de patrones de sueño, al indagar acerca de los sentimientos que les produce la falta de internet, se hizo patente que una minoría de los sujetos (5%) se ven afectados por aburrimiento, ansiedad o tristeza cuando no están conectados a la red. El aburrimiento cuando se convierte en un sentimiento habitual puede producir serias patologías que provocan o agravan cuadros depresivos, tendencia a crear adicciones y otros problemas psicológicos. En el caso de los sujetos de estudio, llama la atención que el 20% hace uso del internet, para fines de redes sociales y primordialmente de entretenimiento. No extraña entonces que mencione aburrirse si por alguna razón no puede conectarse a internet. Esto es muestra de cuanto ha permeado en internet en sus vidas diarias, que les es difícil recrearse sin recurrir a la red, analizando la pregunta 16, el 29% de la población dice que siempre dedica su tiempo del internet a investigaciones y trabajos académicos, pero el 14% dice que nunca lo emplea para lo anterior, por lo que podríamos identificar que no hay una sinceridad al momento de responder tales preguntas.

### **Conclusiones.**

Se concluye entonces, que, considerando los criterios de adicción y los datos obtenidos en el presente estudio, que la prevalencia de la adicción a internet y a redes sociales en la población no es baja ya que los resultados son los siguientes 60% se encuentra en un nivel normal, el 20% leve, el 14% moderado y el 6% severo.

La permanencia a internet y redes sociales es quizás el factor más relevante y de mayor influencia en la generación de adicción a los mismos, la mayor parte de encuestados que dieron indicios de adicción puntualizaron este ítem en la pregunta.

Los comportamientos en común que presentan los individuos que exhiben indicios de adicción al internet y las redes sociales, según las respuestas de la encuesta, son el tiempo de permanencia en la red, el no compartir tiempo libre con familiares o amigos, la búsqueda de escape de la realidad y la evasión de problemas, la imposibilidad de lograr estar desconectado, la

permanencia en tiempo de conexión a redes sociales, la sensación de soledad y el deseo de conocer nuevas personas. 19

Se infiere la presencia de un sistema de alimentación continua que genera que tanto los comportamientos que presentan los individuos que muestran indicios de adicción y las causas del mismo se den, de este modo al pasar demasiado tiempo en las redes sociales y la internet hace que el joven se vaya aislando y quede solo, al sentirse solo va a buscar compartir o conocer a otras personas, pero la única alternativa para lograrlo es a través de las redes sociales y de este modo el ciclo se completa y no tiene fin; otro comportamiento asociado a la causa es la imposibilidad de pasar menos tiempo conectado a las redes sociales, como sucede con toda adicción, la abstinencia genera ansiedad y enojo y debido a estos factores el usuario vuelve a caer.

Se considera que el test empleado es una herramienta adecuada y efectiva que permite evidenciar la adicción y determinar los factores que son los causantes del fenómeno.

Se requieren estudios más detallados y que involucren una población mayor con el fin de determinar la presencia de adicción a internet y redes sociales en nuestros jóvenes.

### **Limitaciones.**

Debido al tamaño de la población el muestreo y los resultados no son del todo concluyentes pero son un buen indicio que permite inferir la presencia de adicción.

Adicionalmente la ausencia de baremos, debido a la escasez de estudios previos relevantes y relacionados con el fenómeno estudiado hacen que los resultados sean limitados y que no se pueden aplicar con una confiabilidad más amplia.

La demora en la autorización por parte de los diseñadores del test, esto debido al fallecimiento de Young y la demora en establecer contacto con la psicóloga María Matalinares, propiciaron que la población inicial establecida para el presente estudio y correspondiente a adolescentes entre los 14 y 17 años del INEM en Popayán no pudiera ser encuestada, por lo que la nueva población relacionada fue mucho menor a la planeada inicialmente.

La ausencia de estudios profundos previos hace imposible establecer una línea base con el fin de que métodos estadísticos más adecuados, representativos y detallados puedan ser empleados.

### Recomendaciones.

Se requiere que se hagan más estudios de este tipo con el empleo de herramientas como son los test de adicción con el fin de establecer patrones de conducta y medidas de prevención, pues según lo evidenciado, la población afectada puede ser más de la mitad y las implicaciones emocionales y comportamentales pueden ser un problema de salud mayor del cual aún no nos hemos dado cuenta con la suficiente intensidad.

### Referencias Bibliográficas

- Bird, H. R. (1996). Epidemiology of childhood disorders in a cross-cultural context. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 37(1), 35–49.  
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1996.tb01379.x>
- Buffardi, L. E., & Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(10), 1303–1314.  
<https://doi.org/10.1177/0146167208320061>
- Butcher, J., Mineka, S., & Hooley, J. (2007). Psicología Clínica. In *Revista Filosófica de Coimbra* (12 edición, Vol. 25). [https://doi.org/10.14195/0872-0851\\_50\\_2](https://doi.org/10.14195/0872-0851_50_2)
- Caro, M. M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *Medisur*, 15(2), 251–260. [https://doi.org/10.1016/S0363-5023\(96\)80347-9](https://doi.org/10.1016/S0363-5023(96)80347-9)
- Duarte, Z., Cruz, J. L., & Barahona, J. (2009). Artículo de investigación *Adicción al internet: ¿Existe riesgo en estudiantes de medicina? Autores: 1–7*. Retrieved from <http://www.bvs.hn/RHPP/pdf/2009/pdf/Vol3-1-2009-3.pdf>



- Duarte, Z., Sierra, M., & Munguía, A. (2009). *Artículo de investigación Caracterización de los y las EMO en Tegucigalpa, su relación con diferentes tipos de familia y riesgo suicida*. 1–10.
- Echeburua, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91–96.
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, M. del P. (2010). Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa. In *Metodología de la investigación*. Retrieved from <http://www.casadellibro.com/libro-metodologia-de-la-investigacion-5-ed-incluye-cd-rom/9786071502919/1960006>
- Krämer, N. C., & Winter, S. (2008). Impression Management 2.0: The Relationship of Self-Esteem, Extraversion, Self-Efficacy, and Self-Presentation Within Social Networking Sites. *Journal of Media Psychology*, 20(3), 106–116. <https://doi.org/10.1027/1864-1105.20.3.106>
- Matalinares, M. C., Raymundo, O. V, & Baca, D. R. (2014). Propiedades psicométricas del test de adicción al internet (TAI). *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(2), 45–66.
- MINTIC. (2019). *Boletín Trimestral de las TIC. Segundo Trimestre de 2019*. Retrieved from [https://colombiatic.mintic.gov.co/679/articles-106955\\_archivo\\_pdf.pdf](https://colombiatic.mintic.gov.co/679/articles-106955_archivo_pdf.pdf)
- Moeller, S., Powers, E., & Roberts, J. (2012). «The world unplugged» and «24 hours without media»: Media literacy to develop self-awareness regarding media. *Comunicar*, 20(39), 45–52. <https://doi.org/10.3916/C39-2012-02-04>
- Pérez, V. (2018). Aproximación a la investigación psicológica en Internet y redes sociales. *Summa Psicológica*, 15(1), 98–105. <https://doi.org/10.18774/0719-448x.2018.15.vp>
- Peris, M., Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a

las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30–36. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.2.4> 22

Prieto, J., & Moreno, A. (2015). Las redes sociales de internet ¿una nueva adicción? *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, 24(2), 149–155. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281946783007%0ACómo>

Treuer, T., Fábíán, Z., & Füredi, J. (2001). Internet addiction associated with features of impulse control disorder: Is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders*, 66(2–3), 283. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(00\)00261-5](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(00)00261-5)

Valenzuela, S., Park, N., & Kee, K. F. (2009). Is There social capital in a social network site?: Facebook use and college student's life satisfaction, trust, and participation1. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(4), 875–901. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2009.01474.x>

Wang, D. (2017). A study of the relationship between narcissism, extraversion, drive for entertainment, and narcissistic behavior on social networking sites. *Computers in Human Behavior*, 66, 138–148. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.036>

West, R., & Brown, J. (2013). *Theory of Addiction Second Edition*. New Delhi: John Wiley & Sons, Ltd.

Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Young, K. (2004). Internet addiction. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>

Young, K., & Nabuco, C. (2011). *Internet Addiction. A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. (K. Young & C. Nabuco, eds.). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Zhao, S., Grasmuck, S., & Martin, J. (2008). Identity construction on Facebook: Digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 1816–1836. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.012>

**Anexos.**

**Anexo 1. Test de Adicción a Internet**

**ENCUESTA USO DE INTERNET**

(Basado en el Test de Uso de Internet de Kimberly Young, PhD, 1998 y La adaptación de **modificado del mismo**)

**Nombre del estudiante:**

**PREGUNTAS DE INFORMACIÓN GENERAL**

<b>1</b>	Género	Masculino ( )	Femenino ( )
<b>2</b>	Edad (Años)		
<b>3</b>	Semestre		
<b>4</b>	Forma de acceso a internet:	Hogar ( )	Colegio ( ) Celular ( ) Sala de internet ( )

**PREGUNTAS SOBRE EL TEMA**

Marque el casillero, para cada una de las 20 preguntas, que represente con mayor precisión lo que usted experimenta respecto al uso de Internet:

<b>(0)</b> Nunca	<b>(1)</b> Raramente	<b>(2)</b> Ocasionalmente	<b>(3)</b> Frecuentemente	<b>(4)</b> Siempre
---------------------	-------------------------	------------------------------	------------------------------	-----------------------

No.	PREGUNTAS	0	1	2	3	4
1	¿Desatiende las labores de su hogar si los tiene por pasar más tiempo frente a la computadora navegando?					
2	¿Con qué frecuencia personas de su entorno le recriminan que pasa demasiado tiempo conectado a Internet?					
3	¿Su actividad académica se ve perjudicada porque dedica demasiado tiempo a navegar?					
4	¿Con que frecuencia chequea en redes sociales antes de realizar otras tareas prioritarias?					
5	¿Se evade de sus problemas de la vida real pasando un rato conectado a Internet?					
6	¿Se encuentra alguna vez pensando en lo que va a hacer la próxima vez que se conecte a Internet?					
7	¿Teme que su vida sin Internet sea aburrida y vacía?					

8	¿Se siente molesto cuando alguien lo/a interrumpe mientras esta navegando?						
9	¿Con qué frecuencia pierde horas de sueño pasándolas conectado a Internet?						
10	¿Se encuentra a menudo pensando en cosas relacionadas a Internet cuando no está conectado?						
11	¿Ha intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo ha logrado?						
12	¿Trata de ocultar cuánto tiempo pasa realmente navegando?						
13	¿Prefiere pasar más tiempo conectado a internet que con sus amigos en la vida real?						
14	¿Se siente ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no está conectado a Internet?						
15	¿El tiempo dedicado a internet es mayormente en redes sociales como WhatsApp, Instagram, Twitter, Facebook etc.?						
16	¿El tiempo dedicado a internet es mayormente a investigación y trabajos relacionados con sus labores académicas?						
17	¿Cuándo está en su casa comparte tiempo interactuando con su familia ya sea charlando, realizando alguna actividad divertida o cotidiana de tipo familiar?						
18	¿Prefiere dejar de comer o aplazar alguna de sus comidas diarias por estar conectado a internet?						
19	¿Se ha sentido solo y alejado de los demás en los últimos tres meses?						
20	¿Utiliza mayormente las redes sociales para conocer personas nuevas?						

<b>Firma del estudiante</b>	<b>Firma de encuestador</b>