



UNIVERSIDAD DEL AZUAY

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

TEMA:

“USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN
ADOLESCENTES DE 13 A 19 AÑOS”

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de licenciatura en psicología clínica

AUTORA:

ESTEFANÍA JHOSELYN ULLOA MASACHE

DIRECTORA DE TESIS:

MST. EVA PEÑA CONTRERAS

Cuenca - Ecuador

2016

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a las personas que más han influenciado en mi vida, guiándome y haciéndome una persona de bien, con todo mi amor y afecto se lo dedico a mis padres, hermanos, a mi abuelito Marco+ y a mi tío Emilio+.

A mis padres por su amor, apoyo y especialmente por su sacrificio durante todos estos años; ustedes han estado conmigo en cada paso que doy. Me inculcaron buenos valores, principios y ejemplos dignos de imitar, su lucha y tenacidad les permitió culminar sus estudios a pesar de todas las dificultades que tuvieron; llegando a ser los excelentes profesionales que son y un ejemplo a seguir para mí y mis hermanos. Gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí y convertirme en lo que soy.

A mis hermanos, que han estado conmigo compartiendo buenos y malos momentos especialmente a mis hermanas que con su presencia llegaron a mi vida a ser mi mayor fuente de felicidad, inspiración, fortaleza en mis momentos difíciles y mi motivación más grande para superarme cada día y poder llegar a ser un buen ejemplo para ellas.

A mi abuelito Marco+ y mi tío Emilio+, aunque no estén físicamente con nosotros, sé que desde el cielo están cuidándome y guiándome siempre. Gracias por aquella última conversación tío, jamás la olvidare.

Estefanía Ulloa M.

AGRADECIMIENTOS

Me complace de sobremanera a través de este trabajo exteriorizar mi más sincero agradecimiento a Dios porque nunca me ha abandonado y siempre me ha dado fortaleza para continuar; a lo largo de mi vida me ha permitido disfrutar y sonreír ante mis logros y las cosas maravillosas de la vida.

Gracias a mis padres por su sacrificio durante todos estos años, por confiar en mí y siempre anhelar lo mejor para mi vida.

Me gustaría agradecer sinceramente a Magdalena Orellana por sus conocimientos y orientaciones impartidas en el desarrollo de este trabajo, con su ayuda fué capaz de ganarse mi estimación y admiración, así como sentirme en deuda con ella debido a la gran ayuda recibida.

A Xavier Abad porque siempre me ha brindado su comprensión, cariño y amor. Fue mi apoyo en los momentos en los cuales nadie más pudo estar (físicamente). Gracias por todo.

A mis familiares y amigos que me apoyaron durante el transcurso de mi carrera, especialmente a mi tía Isabel y mi amiga Margoth quienes con sus palabras de aliento me incentivaron a que siguiera adelante hacia el cumplimiento de mis ideales, apoyándome para que este sueño se haga realidad.

A mi Directora de tesis Eva Peña Contreras quien me ha guiado durante el proceso de realización de este trabajo, permitiendo que el mismo llegue a su culminación.

A los profesionales de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, mis más sinceros agradecimientos ya que fueron ellos quienes dieron apertura y apoyo para que se llevara a cabo esta investigación en dicha institución, sin su respaldo no se habría podido llegar a cabo la realización de este trabajo.

Estefanía Jhoselyn Ulloa Masache

AUTORA

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
DESARROLLO	4
1.1. Adolescencia.....	4
1.2. Adicción, Internet, Redes sociales.....	8
1.3. Estudios	14
MATERIAL Y MÉTODOS	23
2.1. Participantes.....	23
2.2. Metodología.....	23
2.3. Instrumentos	24
ANÁLISIS DE LOS DATOS OBTENIDOS.....	26
3.1. Características sociodemográficas de los participantes.....	26
Tabla 1	26
Gráfico 1	27
Gráfico 2	27
3.2. Uso del tiempo libre en los adolescentes.....	28
3.2.1. Consideración sobre el uso del tiempo libre	28
Tabla 2	28
3.2.2. Actividad que los adolescentes realizan con frecuencia en su tiempo libre.....	28
Tabla 3	29
3.2.3. Actividad realizada al navegar	29
Tabla 4	30
3.2.4. Tiempo dedicado por los adolescentes a las actividades escolares obligatorias	30
Tabla 5	31
3.2.5. Actividad realizada por los adolescentes además de sus deberes escolares.....	31
Tabla 6	32
3.2.6. Tiempo libre dedicado a permanecer conectado a las redes sociales.....	32
Tabla 7	33
3.2.7. Tiempo de conexión y revisión, de lunes a viernes, de las páginas de Internet.	33
Tabla 8	34

3.2.8. Tiempo de conexión y revisión, durante los fines de semana, de las páginas de Internet.....	34
Tabla 9	35
3.2.9. Tiempo de conexión y revisión a las redes sociales, durante los fines de semana.....	35
Tabla 10	36
3.2.10. Percepción del uso del tiempo en los adolescentes, al terminar el fin de semana.....	36
Tabla 11	37
3.3. Adicción a las redes sociales	37
3.3.1. Análisis preliminar de los ítems	37
Tabla 12	38
3.3.2. Análisis de los resultados del test de adicción a las redes sociales en los estudiantes de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, de la ciudad de Cuenca.....	38
Tabla 13	39
Tabla 14	40
Gráfico 3	40
3.4. Adicción al Internet	41
3.4.1. Análisis preliminar de los ítem.....	41
Tabla 15	41
3.4.2. Análisis de los resultados del test de adicción a Internet en los estudiantes de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, de la ciudad de Cuenca.	42
Tabla 16	42
Tabla 17	43
Gráfico 4	44
DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	45
4.1. Limitaciones	48
4.2. Recomendaciones	49
BIBLIOGRAFÍA.....	50
ANEXOS.....	54

RESUMEN

El presente trabajo de investigación: **“USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE 13 A 19 AÑOS”** tuvo como objetivo principal, determinar el uso del tiempo libre y adicciones a las redes sociales e Internet, en adolescentes entre 13 a 19 años, de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel” de la ciudad de Cuenca, en el periodo 2015-2016.

En la investigación de campo se utilizó el método descriptivo, prospectivo y mixto. Para la obtención de datos se utilizó el cuestionario “Uso del Tiempo Libre”, el test de Adicción al Internet (IAT) y el test de Adicción a las Redes Sociales (ARS) a noventa y uno estudiantes.

Los resultados de la investigación indican que el 7,7% de los adolescentes presenta una adicción a las redes sociales, además el 9,9% de los adolescentes podría estar haciendo un uso problemático de las Redes Sociales. De acuerdo al test de adicciones a Internet una adolescente encuestada (1,1%), cumple con los criterios de adicción a Internet y 33 alumnos (36,3%) presentan problemas debido al uso del mismo.

Con las conclusiones esperamos aportar significativamente para el desarrollo de concientización, en los adolescentes; sobre el uso del tiempo libre y a posterior evitar estas posibles adicciones.

Palabras clave: Adolescentes, tiempo libre, adicción, redes sociales, Internet.

ABSTRACT

ABSTRACT

This research paper entitled "*USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE 13 A 19 AÑOS*" had as main objective to determine the use of free time, and addiction to social networks and the Internet in 13 to 19 years old teenagers enrolled at "Israel" a Christian Bilingual Education Community in the city of Cuenca during the 2015-2016 period.

A descriptive, prospective and mixed method was used in field research. For data collection, the "Use of Free Time" questionnaire, Internet Addiction Test (IAT), and Social Networking Addiction test (SNAT) were applied to ninety-one students. The results indicate that 7.7% of adolescents have an addiction to social networks, plus 9.9% of adolescents could be doing a problematic use of social networks. According to the Internet Addiction test, one respondent teenager (1.1%) meets the criteria of Internet addiction, and 33 students (36.3%) have problems due to its use. With the conclusions presented, we hope to contribute significantly to the development of awareness in adolescents on the use of leisure time, and to further avoid these possible addictions.

Keywords: Adolescents, Free Time, Addiction, Social Networking, Internet




Translated by,
Lic. Lourdes Crespo

INTRODUCCIÓN

Es de vital importancia el estudio sobre el uso del tiempo libre y las adicciones a las redes sociales e Internet, debido a que en la actualidad existe una gran incidencia de utilización de estas herramientas, especialmente en los adolescentes, es por ello que esta investigación pretendió conocer el uso que los mismos dan a su tiempo libre y cuanto de este lo dedican a permanecer conectados a las redes sociales e Internet, y si existe la presencia de una adicción a estas conductas.

Existe una gran relación entre el uso del tiempo libre, de los adolescentes, y la utilización de las redes sociales e Internet, el tiempo de conexión puede darse desde minutos, horas, hasta permanecer conectados todo el día. Por ello es importante investigar esta conducta, ya que puede producir dificultades en las diversas áreas de vida del adolescente, sin embargo un análisis a tiempo y profundo de esta temática permitirá conocer más sobre esta realidad y establecer un diagnóstico precedente; permitiendo determinar posibles soluciones para enfrentar esta problemática.

En la actualidad las dos principales actividades de ocio y tiempo libre que practican los adolescentes son ver la televisión y usar Internet. (Sánchez, García, Rodríguez & Sanz, 2015)

El gran porcentaje de uso de las redes sociales e Internet en los adolescentes de nuestro país alcanza un 70%; esto nos permite determinar la presencia de una adicción e identificar las variables asociadas, además conocer los posibles predisponentes al desarrollo de la misma. Considero importante mencionar que una guía adecuada sobre el uso de estas herramientas, puede prevenir futuras patologías. (Generaciones Interactivas, 2011)

Ante las tecnologías de la información y la comunicación Internet, móvil y videojuegos, se evidencian modificaciones del estado de ánimo, aparecen sentimientos de culpa y disminución del autoestima (descuido personal), se observan síntomas de abstinencia físicos y psicológicos y la presencia de distorsiones cognitivas (negación), además de efectos perjudiciales en el área laboral, académico, financiero y finalmente se reducen las relaciones sociales y aumenta el aislamiento social. (Rosell, Sánchez, Jordana & Fargues, 2007)

Según Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukopahyay & Scherlis, (1998) Internet reduce el círculo social y afecta al bienestar psicológico, desplazando la actividad social y reemplazando los lazos de unión fuertes por otros más débiles. De acuerdo a Young, (1999) produce incremento en los niveles de depresión y se evidencian alteraciones del humor, (ansiedad o impaciencia) aislamiento, alteraciones y privaciones del sueño (produce fatiga) ocasionado esto debilitación del sistema inmunitario y un deterioro de la salud.

Los estudios realizados por Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto (2015) concuerdan con el autor antes mencionado, confirmando que se producen alteraciones en el sueño, además se evidencia la existencia de problemas de irritabilidad visual y alteraciones del estado de ánimo, problemas escolares y paternos por conectarse a Internet.

Tomando en cuenta variables como la edad (curso) y el sexo, se tratar de identificar la principal actividad realizada en el tiempo libre, el tiempo de uso de Internet y las redes sociales para establecer cuáles son las diferencias entre las personas que presentan una adicción y las que no presentan la misma, ya que en el estudio sobre adolescentes colombianos con un elevado tiempo de uso de las redes sociales se demostró que existe una correlación entre el uso del tiempo de las redes sociales y la salud mental; los resultados presentaron datos de mayores problemáticas de tipo externalizante (conducta agresiva, ruptura de reglas) y problemas de atención. (Rodríguez & Fernández, 2014)

El objetivo de esta investigación es determinar el uso que los adolescentes dan a su tiempo libre y cuanto de este lo dedican a permanecer conectados a las redes sociales e Internet, además si presentan adicción a las mismas. Las actividades que se desarrollarán para lograr los objetivos antes expuestos son la aplicación de una encuesta sobre el uso que dan los adolescentes al tiempo libre, el test IAT (Internet Adicction Test) y el test ARS (Adicción a redes sociales).

Es de vital importancia determinar la existencia o no de esta patología, en el caso de que se confirmara la adicción al Internet/redes sociales esto permitiría tomar medidas de prevención y contención contra la misma y desarrollar a posterior proyectos que intervengan en esta problemática; logrando así mejorar la salud mental y el bienestar de los adolescentes de nuestra sociedad.

DESARROLLO

1.1. Adolescencia

A la adolescencia se la describe como el período comprendido entre la infancia y la edad adulta, entre los 12 y 20 años aproximadamente, en los cuales el niño experimenta cambios físicos, psicológicos y sociales, antes de convertirse en un adulto. (Rivera, 2012)

La adolescencia podría describirse como un fenómeno psicológico, biológico, social y cultural; en el cual el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica, a partir de construir su identidad personal. (Castellana, 2003, 2005 citado en Rosell, Sánchez, Jordana & Fargues, 2007)

En la adolescencia se definen aspectos claves de la vida, en el plano social, emocional, intelectual y físico. En este periodo el adolescente empieza a tener una proyección hacia un futuro adulto, mediante la construcción (o adquisición) de una identidad específica; es importante mencionar que los padres (figuras de autoridad) van a desempeñar una función fundamental en la creación de la identidad del joven. (Sánchez, García, Rodríguez & Sanz, 2015)

Es importante mencionar que desde el punto de vista histórico y científico no hay una definición exacta o universalizada de la adolescencia, sus etapas, ni los cambios que surgen en cada uno de los mismos; sin embargo según Papalia, (2001) (como se citó en Loja, 2015) menciona que la adolescencia dentro del periodo de desarrollo humano abarca el tiempo en el cual el sujeto debe alcanzar su madurez biológica y sexual, a más de su madurez emocional y social.

La Organización mundial de la salud (citado por Jerves, et.al., 2011) propone la siguiente clasificación de este periodo:

Etapas de la adolescencia	Organización Mundial de la Salud	Características
Adolescencia temprana	10-13 años	Se producen la mayor parte de cambios físicos y biológicos.
Adolescencia media	14-16 años	Cambios físicos y de ánimo (bruscos y frecuentes), además pueden aparecer las conductas de riesgo.
Adolescencia tardía	17-19 años	Los cambios físicos y emocionales se regularizan y el individuo empieza a presentar las características de un adulto.

Fuente: Jerves, et.al., 2011 **Elaborado por:** Estefanía Ulloa

Ingerson citado por Dulanto (en Jerves, et.al., 2011) diseñó un cuadro en el que se expresan los diferentes cambios que se producen en cada etapa de la adolescencia, en el área emocional, cognitiva y social.

Etapa	Área cognitiva	Área emocional	Área social
Adolescencia Temprana	Pensamiento concreto Primeros conceptos morales.	Adaptación al nuevo esquema corporal. Adaptación al surgimiento de la sexualidad. Separación emocional de los padres, deseo de independencia, Conductas de oposición y rebeldía contra lo establecido.	Interés firme en los pares. Mayor contacto y relaciones sociales de amistad con el sexo opuesto (dentro del mismo grupo).
Adolescencia media	Aparición del pensamiento abstracto. Adaptación a las mayores demandas escolares.	Transformación completa de la silueta corporal. Establecimiento de la separación emocional de los padres.	Aumento de las conductas de riesgo para la salud, interés heterosexual por los pares, aparición de los primeros planes vocacionales.

	Expansión de las aptitudes verbales, la moralidad.		Deseo y disposición de pertenecer a un determinado grupo (afán de ser reconocido)
Adolescencia tardía	Desarrollo del pensamiento abstracto-complejo. Aparición de la moral	Mayor separación de los padres. (Establecimiento de un sentido personal)	Aumento del control del impulso e identidad. Comienzo de la autonomía social. Establecimiento de la capacidad vocacional.

Fuente: Jerves, et.al., 2011 **Elaborado por:** Estefania Ulloa

En el siglo XX, Stanley Hall fue uno de los primeros en estudiar la adolescencia como un aspecto básico de la psicología evolutiva, realizando un análisis biológico-orgánico de la misma; a su vez investigadoras como Margaret Mead después de realiza su estudio acerca de la influencia de la cultura en la adolescencia concluye que la adolescencia es un hecho fundamentalmente social. (Rivera, 2012)

En la etapa de la adolescencia existe una potencialización de las habilidades sociales, llevando a los jóvenes a desarrollarlas de distintas manera, en algunos casos a través de la utilización de las redes sociales que “actúan como puntos de encuentro donde es posible acceder a información, compartir impresiones, consultar archivos y recursos disponibles a tiempo real”. (Nass, 2011, p 133)

La adolescencia es una etapa en la cual los jóvenes disfrutan de varios situaciones como la gran cantidad de tiempo libre, por ello es importante tratar estos temas; para conocer cuál es la utilización que ellos dan a este tiempo y así poder guiarlos e incentivarlos a la realización de actividades adecuadas que beneficiense su desarrollo y crecimiento personal. Según Espinosa, & Gómez, (2006) el tiempo libre son “actividades no obligatorias, motivadas

intrínsecamente y en las que la persona se involucra. Es un tiempo no destinado a ocupaciones obligatorias...” (pàrr. 19)

Es importante mencionar que la adolescencia es una etapa difícil debido a los cambios constantes que sufre el adolescente, por ello es importante guiar adecuadamente a los mismos para que dediquen esta etapa de su vida a la realización de actividades productivas ya que cuentan con una gran cantidad de “tiempo libre”. En el estudio de socialización de los adolescentes a través de las redes sociales virtuales menciona que el uso de las redes sociales en los adolescentes de nuestro país alcanza un 70% según el informe de Generaciones Interactivas. (Rivera, 2012).

En la actualidad las dos principales actividades de ocio y tiempo libre que practican los grupos de población más jóvenes (de 18 a 34 años) son ver la televisión (65%) y usar Internet (58%). Según INJUVE, (2008) el ocio digital prevalece ante otras formas de expresión cultural y uso del tiempo libre. (Sánchez, García, Rodríguez & Sanz, 2015)

Rodríguez & Fernández, (2014) exponen cuatro variables con valor predictivo del tiempo de uso de Internet: la conducta agresiva, el tiempo que los adolescentes permanecen solos en casa, las cualidades de los adolescentes y la insatisfacción social de los menores.

Desde mi punto de vista considero importante mencionar al “tiempo libre” como una variable significativa para el desarrollo de la adicción a Internet ya que es la población ecuatoriana adolescente (5 a 11 y 12 a 19 años) y las personas de la tercera edad (de 65 y más años) las que tienen más tiempo libre, pudiendo utilizarlo en el uso inapropiado de Internet/redes sociales. (Instituto Nacional de Estadísticas, 2012)

La adolescencia también es considerada una etapa de cambio, que se producen entre la niñez y la adultez, en la cual se producen cambios madurativos de orden fisiológico,

cognitivo, afectivo y psicosocial; estos factores pueden predisponer al desarrollo de problemáticas de carácter psicopatológico. (Rodríguez & Fernández, 2014)

Varios autores Kaltiala-Heino, Lintonen y Rimpelä, (2004); Kandell, (1998); Kuss, Van Rooij, Shorter, Griffiths y Van de Mheen, (2013) (como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015, p 28) “coinciden en perfilar a la adolescencia como un período de gran vulnerabilidad de cara al desarrollo de una posible adicción a Internet. (AI)”.

Desde nuestra experiencia consideramos a la adolescencia como una etapa difícil, sin embargo creemos que para que se desarrolle una problemática de carácter psicopatológico debe existir la influencia de varios factores, como la existencia de una carga genética o fisiológica que predisponga al adolescente a desarrollar patologías y principalmente la falta de cuidados, guía y apoyo paternos; además de situaciones traumáticas o estresantes que produzcan desestabilización en su psique y que el adolescente no cuente con herramientas de afrontamiento para lidiar con las problemáticas de su vida, o estas sean deficientes.

1.2. Adicción, Internet, Redes sociales

En cuanto al término adicción es uno de los conceptos de más difícil definición ya que ha sido analizado desde varias perspectivas. A lo largo de la historia se evidencia un gran cambio en este concepto, Goldberg, (1995), (como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado& Couto, 2015) utilizó por primera vez el término de adicción a Internet, sin embargo algunos autores Estallo, (2001); Grohol, (2003) (como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado& Couto, 2015) niegan la existencia de esta adicción, en cambio otros investigadores Young, (1998); Griffiths, (2000) (como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado& Couto, 2015) están a favor de la existencia de la misma.

León, (1998) (como se citó en Álvarez, Moreno & Granados, 2011, p 2) considera la adicción como una “dependencia a una sustancia o actividad, que altera el habitual funcionamiento fisiológico, psicológico y comportamental de la persona”.

La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses. (Echeburúa & de Corral, 2010, p 1)

A lo largo de la historia es evidente la modificación que se ha realizado al concepto de adicción, ya que en el siglo XX se empezó a hablar sobre las “conductas adictivas”, las mismas que tuvieron un gran impacto, comprobando la existencia de adicciones no químicas o sin sustancia; también denominadas adicciones psicológicas. (Álvarez, Moreno & Granados, 2011)

Desde la antigüedad el concepto de adicción se encontró ligado al consumo de drogas, además las definiciones se centraron en el abuso de sustancias. Sin embargo hoy en día se ha producido un cambio en esta problemática ya que autores como Echeburúa, (1999); Griffiths, (1998) encontraron que existe una serie de conductas potencialmente adictivas, que no implican necesariamente el consumo de drogas. Según Echeburúa, (1999), las adicciones psicológicas incluirían conductas como el juego, el sexo, el trabajo, las compras o el uso de Internet.

Según las opiniones de Echeburúa y Corral, (1994) cualquier conducta realizada diariamente, y que sea gratificante, es susceptible de convertirse en un comportamiento adictivo.

De acuerdo a la definición actual de adicción podría admitirse que cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. Los mismos autores mencionan que se diagnostica un

uso anormal de una conducta en función de la intensidad, frecuencia o cantidad de dinero invertida y el grado de interferencia en las diversas áreas de vida del individuo. (Echeburúa & de Corral, 2010).

“El concepto de adicción a Internet se ha propuesto como una explicación para comprender la pérdida de control y el uso dañino de esta tecnología. Los síntomas de la adicción a Internet son comparables a los manifestados en otras adicciones”. (Echeburúa & de Corral, 2010, p 1)

La adicción a Internet es un deterioro en la capacidad de control del uso del mismo, que presenta manifestaciones sintomáticas en el área cognitiva, conductual y fisiológica. La persona llega a hacer un uso excesivo de Internet ocasionando esto, como consecuencia, la distorsión de sus objetivos personales, familiares y profesionales. (Young, 1996)

La adicción a la tecnológica, es una adicción no química que involucra la interacción hombre-máquina. Esta puede ser pasiva (televisión) o activa (Internet). (Griffiths, 1997)

El autor López, (2004) menciona que la adicción a Internet puede considerarse una adicción específicamente psicológica.

Fernández, (1996) (como se citó en López, 2004, p 23) señala que los problemas de la adicción psicológica (incluido Internet) aparecen cuando "existe necesidad de desarrollar esa actividad y se experimenta ansiedad si no se lleva a cabo".

Según López, (2004):

El trastorno de dependencia de la red se ha conocido con muchos nombres: desorden de adicción a Internet –Internet Addiction Disorder (IAD)- (Goldberg, 1995), uso compulsivo de Internet (Morahan-Martin y Schumacker, 1997), o uso patológico de Internet – Pathological Internet Use (PIU)- (Young y Rodgers, 1998).

Echeburúa, (1999) señala la inexistencia de una clasificación de las adicciones psicológicas, mencionando que al realizarse un uso inadecuado del concepto, cualquier conducta podría acabar convirtiéndose en una adicción.

Es importante mencionar que fue el Dr. Jerald J. Block, (como se citó en Goldini, 2010), quien fue más allá en su preocupación por el uso excesivo de Internet y elaboró una propuesta para incluir en el DSM-5 el trastorno de adicción al Internet, al cual lo caracteriza como un desorden compulsivo-impulsivo que implica la utilización de la computadora online y offline y consiste de al menos 3 subtipos: juego excesivo, preocupaciones sexuales y emails o mensajes.

En la actualidad se evidencia la ausencia de criterios diagnósticos universalmente validados, además de una falta de reconocimiento de esta categoría dentro del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5, haciendo esto que algunos investigadores Gómez, Rial, Braña, Varela y Barreiro, (2014); Shapira, Lessing, Goldsmith, Szabo, Lazoritz, Gold, y Stein, (2003) (como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015) prefieran hablar de un uso problemático de Internet, como la solución más prudente a esta problemática.

Autores como Washton, (1991) (como se citó en Álvarez, Moreno & Granados, 2011) “indica que las etapas del proceso adictivo se dividen en cinco:

- El enamoramiento, “flechazo” en la primera experiencia con la sustancia o actividad.
- La luna de miel: gratificaciones sin consecuencias negativas.
- La traición: dependencia y comienzo del declive.
- La ruina: consecuencias negativas

- El aprisionamiento, donde se produce la desesperación y destrucción personal”.
- (p2)

Algunos estudios entre ellos el de Madrid, (2000) que trata sobre la construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), argumenta que las adicciones psicológicas se caracterizan por comportamientos repetitivos que al inicio son placenteros, pero instaurados como hábitos generan estados de necesidad incontrolable; asociados a altos niveles de ansiedad. Para reducir la ansiedad las personas desarrollan el comportamiento adictivo (están permanentemente alertas a lo que sucede en estos entornos virtuales, verifican el ordenador o el Smartphone a toda hora, contestan mensajes incluso en circunstancias inapropiadas como manejando un vehículo); disminuyendo así la ansiedad que les produce el hecho de no ejecutarlo.

Los elementos diagnósticos de las adicciones son la dependencia psicológica y los efectos perjudiciales¹. La dependencia psicológica incluye el deseo, una pulsión irresistible (craving), la focalización atencional, la modificación del estado de ánimo del individuo y la incapacidad de control e impotencia. Los efectos perjudiciales producen una afectación en el ámbito intrapersonal como interpersonal. (Sánchez, Fargues, Rosell, Lusa, & Oberst, 2008).

Los autores Echeburua, (1999); Griffiths, (1998); Holden, (2001); Lemon, (2002) (como se citó en García del Castillo, 2013) delimitan a las adicciones conductuales² en función de la frecuencia de uso, el dinero invertido, la compulsión y las interferencias que provoca en la vida cotidiana de una persona consiguiendo que deje de cumplir sus obligaciones.

A sus ves Griffiths, en el año de (1998) menciona que existen seis criterios para que un comportamiento sea definido como adicción:

1 Experimentación subjetiva de malestar, en el ámbito del trabajo, estudios, finanzas, problemas legales, etc.

2 Adicciones conductuales: comportamientos de la vida diaria, que al abusar de ellas provocan interferencias en la vida cotidiana de una persona, consiguiendo que deje de cumplir sus obligaciones

1. Saliencia, una actividad particular se convierte en lo más importante de la vida del individuo y llega a dominar sus pensamientos, sentimientos y conducta.
2. Modificación del humor (experiencias subjetivas experimentadas como consecuencia de implicarse en la actividad, euforia).
3. Tolerancia (proceso que requiere incrementar la cantidad de una actividad para lograr los mismos efectos).
4. Síndrome de abstinencia, al ser interrumpida o reducida repentinamente una actividad en particular.
5. Conflicto (área interpersonal, trabajo, en la vida social, en sus intereses).
6. La recaída, tras años de abstinencia, el adicto vuelve a los patrones tempranos.

En el año de 1995, Becoña (como se citó en Álvarez, Moreno & Granados, 2011) menciona que en una adicción hay cuatro elementos esenciales:

- un fuerte deseo que lleva a la realización de la conducta en particular
- capacidad deteriorada para controlar la conducta
- existencia de malestar y angustia emocional, cuando la conducta es impedida o dejada de hacer
- persistencia en la conducta a pesar de los problemas que produce.

La sociedad muchas veces brinda un ambiente pato sintónico con respecto al uso de Internet y las redes sociales, incentivando a que los adolescentes realicen las actividades que antiguamente se hacían de forma física ahora de forma virtual, como investigar información, relacionarse con amigos, divertirse (juegos online) e incluso realizar compras virtualmente. Esto indudablemente implica una alteración inevitable en el curso normal de vida de los adolescentes; estos cambios pueden ser percibidos en muchas ocasiones por las demás personas como desagradables o extraños.

La evidencia sobre consecuencias negativas relacionadas con el uso de Internet ha llevado a varios autores (Echeburúa y cols., 1998; Griffiths, 1997; Young, 1996 como se citó en López, 2004) a proponer la existencia de un desorden de adicción a Internet.

Es de vital importancia realizar esta investigación para que a posterior se trabaje terapéuticamente con las personas adictas, en todos sus aspectos de vida, debido a que estas presentan conflictos emocionales, conductuales, psicológicos y alteraciones en su personalidad; involuntaria e inconscientemente el adolescente presenta problemáticas psicológicas que no sabe cómo solucionar ni sobrellevar, debido al déficit psíquico propio de su etapa de desarrollo.

Varios autores mencionan a la adolescencia como un período de vulnerabilidad al desarrollo de la adicción a Internet; consideramos que esta vulnerabilidad se da debido a que en la adolescencia se potencia la socialización la cual, hoy en día, se desarrolla a través de la Internet y especialmente en las redes sociales; lo que lleva a que los jóvenes se mantengan conectados durante largo tiempo a las mismas. (Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015)

1.3. Estudios

En el Ecuador con respecto a la adicción a las redes sociales e Internet existen estadísticas frutos de investigaciones serias llevadas a cabo, así en Cuenca la Sta. Liliana Illescas de la Universidad del Azuay, quien realizó una investigación en la Unidad Educativa Santana en el año lectivo 2013–2014, concluye que el 26% de la población adolescente presenta abuso y el 66% adicción o dependencia a las mismas. (Illescas, 2014)

En la Universidad Camilo José Cela, se preguntó a los jóvenes de Ecuador la razón del uso de las redes sociales, siendo la principal razón, “porque todos mis amigos están en ellas”, por lo tanto se evidencia una necesidad de pertenencia a su grupo de pares. (Crespo, 2012). Esta actividad pone en riesgo a los adolescentes de peligros subyacentes entre los principales

se encuentran: el sexting³, el ciberbullying⁴ o el grooming⁵; además del acceso a contenidos inapropiados, la pérdida de privacidad o incluso la adicción a Internet. (Boubeta, Ferreiro, Salgado, & Couto, 2015)

La prevalencia del uso no adaptativo de Internet en los adolescentes en España, es de 13,3%; mientras que un 4,3% presentaría uso patológico. (Durkee, Kaess, Carli, Parzer, Wasserman, Floderus, Wasserman, 2012).

Entre los norteamericanos y canadienses habría cerca de un 6 % de usuarios adictos a Internet. (Greenfield, 1999)

El 1,98 % de una muestra de 3237 adolescentes noruegos entre 12 y 18 años cumplirían criterios de adicción a las TICS (Tecnologías de la Información y la Comunicación) y un 8,66 % presentarían un uso de alto riesgo. (Johansson y Götestam, 2004)

En la investigación sobre los marcadores potenciales para el uso problemático de Internet desarrollado a través de una encuesta telefónica a 2.513 adultos, el autor utilizó criterios de adicción más restrictivos, ocasionando esto una variación en los resultado de los porcentajes de dependencia, bajando del 3,7% (uso patológico) y 17% (uso no adaptativo) al 0,3% y 0,7% respectivamente (Aboujaoude, Koran, Gamel, Large y Serpe, 2006) y en los estudiantes del 8,4 % a cero. (Charlton y Danforth, 2007).

La Dra. Kimberly Young, (citado por López, 2004) cifra en 400.000 el número de norteamericanos afectados por la ciberadicción. También señala que las características principales de estas personas serian: ser varones con un elevado nivel educativo y hábiles en

3 Sexting: envío de contenidos de tipo sexual (fotografías y/o vídeos) producidos generalmente por el propio remitente, por medio de teléfonos móviles

4 Ciberbullying: uso de medios (Internet, móvil, videojuegos) para ejercer el acoso psicológico entre iguales

5 Grooming: prácticas online de un adultos para ganarse la confianza de un/a menor fingiendo cariño, etc con fines de satisfacción sexual

el uso de la tecnología; menciona que posiblemente existe un subgrupo caracterizado por la timidez.

Los estudios realizados por Carbonell , Chamarro, Griffiths, Oberst, Cladellas, y Talarn (2012); Estévez, Bayón, de la Cruz y Fernández-Liria, (2009) (como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015); mencionan que existe una prevalencia más altas de uso problemático entre los menores más jóvenes; en oposición a esta información autores como Jafari et al., (2014); Muñoz-Rivas et al., (2010); Rial, Gómez, Braña et al., (2014) (como se citò en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015) confirman un mayor uso hacia el final de la adolescencia y en los primeros años de la juventud, debido al mayor grado de autonomía.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación “variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes” aproximadamente 1 de cada 4 adolescentes de 11 a 17 años (26,6%) podrían estar haciendo un uso problemático o poco saludable de la Red. (Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015)

En el año 2015, Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto realizaron una investigación sobre la relación entre el uso problemático de Internet y diferentes variables (sociodemográficas, el papel de los padres, el rendimiento académico, hábitos de uso y consecuencias asociadas) en una muestra de 1709 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria de la provincia de A Coruña, cuyas edad eran de 11 a 17 años. Los resultados de esta investigación revelan que el 26,6% de los adolescentes que componen la muestra presentan un uso problemático de Internet, y el hecho de ser mujer o que los padres no sean usuarios de la Red, constituirían posibles predictores para un uso problemático. Esta investigación comprobó que el abuso problemático se asocia a un menor rendimiento académico y a una mayor presencia de problemas físicos y psicosociales, consecuencias de éste.

Rodríguez & Fernández, (2014) exponen cuatro variables con valor predictivo del tiempo de uso de Internet:

- la conducta agresiva,
- el tiempo que los adolescentes permanecen solos en casa
- las cualidades de los adolescentes
- la insatisfacción social de los menores.

Aunque el uso de la Red es un fenómeno universalizado y beneficioso a muchos niveles, cada vez son más los trabajos que advierten que un posible uso problemático conlleva a importantes consecuencias a nivel psicológico y comportamental. A pesar de la cantidad de investigaciones existente sobre el tema, no se ha podido identificar las variables asociadas ni los modelos explicativos. (Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015).

El abuso de las redes sociales virtuales facilita el aislamiento, el bajo rendimiento, produce desinterés, trastornos de conducta y el quebranto económico (los videojuegos), así como el sedentarismo y la obesidad. Además provocar una pérdida de las habilidades en el intercambio personal, que desemboca en una especie de analfabetismo relacional y facilitar la construcción de relaciones sociales ficticias. (Echeburúa & de Corral, 2010)

Los riesgos más importantes del abuso de las TIC son, además de la adicción (pérdida de control), el aislamiento, ansiedad, afectación al autoestima, el acoso o la pérdida de intimidad, acceso a contenidos inapropiados como la transmisión de contenidos pornográficos, mensajes racistas o violentos y proclives a desarrollar un trastorno (anorexia), incitadores al suicidio o a la comisión de delitos, trastornos de conducta y bajo rendimiento; así como la construcción de relaciones sociales ficticias. (Echeburúa & de Corral, 2010).

El proceso de adicción conlleva una alta vulnerabilidad psicológica (Echeburúa y Corral, 2010) que se traduce en déficits de personalidad déficits en las relaciones

interpersonales, déficits cognitivos y otras alteraciones psicopatológicas. (García del Castillo, 2013)

El Instituto Federal Suizo de Tecnología en 1996 menciona que los adictos a Internet presentaban mayores sentimientos de culpa/tristeza y dedicaban más tiempo a sus ordenadores que a su ocio. (López, 2004)

Katz y Aspden, (1997) (citado en Illescas, 2014, p 22) afirman que “Internet y las TIC están causando que los usuarios se aislen socialmente porque permanecen la mayoría del tiempo en sus ordenadores o han comenzado a comunicarse con personas extrañas en un medio social en donde no existe un contacto físico.”

En el año 2010, Echeburúa & Corral, refieren que en las TIC se corre el riesgo de crear una identidad ficticia, se crea una confusión entre lo íntimo, lo privado y lo público además se promueven conductas histriónicas y narcisistas.

“Griffiths, (2000) afirma que se pueden observar síntomas físicos y psicológicos de abstinencia (alteraciones del humor, irritabilidad, impaciencia, inquietud, tristeza, ansiedad) en caso de verse obligados a interrumpir la conexión, o no poder llevarla a cabo, debido a la lentitud de la conexión o por no encontrar qué o a quién se busca. Wieland, (2005) mencionar que algunos casos pueden tener ‘cibercrisis’ mostrando agitación y movimientos como el de mecanografiar pese a no estar delante del ordenador”. (p 197)

Roberts, (1996) describió algunos correlatos fisiológicos relacionados con el uso intensivo de Internet:

- Respuesta condicionada (aceleración del pulso, incremento de la conexión del módem).

- Estado alterado de conciencia durante largos períodos de tiempo, con una total concentración en la pantalla (hipoprosexia).
- Sueños que aparecen en forma de "Scroll".
- Irritabilidad cuando se es interrumpido por personas o circunstancias, mientras se está utilizando Internet.

Uno de cada tres usuarios problemáticos de Internet manifiesta no dormir suficiente, un 32,8% presenta picor de ojos o vista cansada y un 22,8% manifiesta presentar síntomas de ansiedad o nerviosismo y mal humor. Además un 5,4% de los usuarios afirma haber tenido problemas en el instituto por conectarse a Internet y el 36,7% tuvo alguna discusión en casa por esta causa. (Boubeta, Ferreiro, Salgado& Couto, 2015)

Las principales consecuencias de un alto uso de Internet son la privación de sueño Young, (1999) (como se citó en López, 2004). La relación entre un alto uso de Internet y el incremento en los niveles de depresión ha aparecido en varios estudios Kraut y cols., (1998); Petrie y Gunn, (1998); Young y Rodgers, (1998) (como se citó en López, 2004). Sin embargo el autor menciona la duda respecto a si es la depresión la causa o efecto de la adicción.

Las consecuencias derivadas de la privación de sueño podrían dar lugar a la fatiga, debilitación del sistema inmunitario, esto podría ocasionar un deterioro de la salud. (López, 2000)

El gran impacto del uso de Internet en gran porcentaje, sobre 169 personas en 73 hogares, está relacionado con un decremento en la comunicación familia, una disminución en el tamaño de su círculo social y un incremento en depresión y soledad. (Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukopahyay & Scherlis, 1998)

Según Danko, (1983) (citado en Illescas, 2014) las TIC estarían reduciendo el tiempo de compartir en familia.

Se puede llegar a descuidar el cuidado de los hijos. Y en algunas ocasiones produce discusiones y problemas de pareja, debido al tiempo que se permanece conectado además de la reducción de otras actividades. (Sánchez, Fargues, Rosell, Lusa & Oberst, 2008)

Otras de las consecuencias son que se limitan las formas de diversión a una sola, se reducen las relaciones sociales y aumenta el aislamiento social. (Sánchez, Fargues, Rosell, Lusa & Oberst, 2008).

En una investigación desarrollada con estudiantes universitarios se encontró que el hecho de pasar más tiempo en Internet interfería en sus relaciones sociales (cambiaban sus citas con amigos por estar en Internet) esto les acarrea más problemas con su familia. (Muñoz-Rivas, Fernández & Gámez-Guadiz, 2010).

En el área escolar se evidencian los siguientes efectos perjudiciales: fracaso escolar, abandono del estudio, se pueden producir pequeños hurtos (para compras de elementos y créditos para juegos), aparecen sentimientos de culpa y disminución de la autoestima. Es importante mencionar que el adolescente siente que Internet es el único lugar donde puede sentirse bien, pero con el uso inapropiado aparece la soledad y existe una reducción del bienestar psicológico. (Rosell, Sánchez, Jordana & Fargues, 2007).

De acuerdo a Rosell, Sánchez, Jordana, & Fargues, (2007):

La evidencia de la amplia gama de problemáticas antes mencionadas se está desarrollando a nivel mundial, esto ha llevado a varios autores Echeburúa, Amor, Cenea, (1998); Griffiths, (1997); Young, (1996) (como se citó en López, 2004) a proponer la existencia de un desorden de adicción a Internet.

Las redes sociales brindan beneficios positivos como la amistad y negativos como la pornografía, pérdida de privacidad, uso del tiempo y el aislamiento (individualismo). (Mujica, 2010)

El uso de las redes sociales presenta aspectos negativos sin embargo también posee cualidades positivas que han sido reflejadas en estudios como los de Castellana, Sánchez, Graner & Beranuy (2007) quien menciona que los adolescentes que pasan más tiempo en las redes sociales e Internet (Alto Uso), muestran un mayor nivel de cualidades, lo que facilita sus interacciones. Sánchez & Martín, (2011) apoya este punto de vista refiriendo que los propios adolescentes perciben que su relación con las redes sociales es saludable.

Es importante mencionar que las estadísticas varían de un estudio a otro y de acuerdo a los países, esto podría deberse a la diversidad en la forma de investigación realizada por cada uno de los investigadores, (recolección y análisis de los datos).

Después del análisis de las diversas investigaciones que exponen las consecuencias negativas del uso inadecuado de Internet, consideramos importante la revisión de estos temas ya que su afectación en la vida de los adolescentes es evidente, desestabilizando todas las áreas de su vida.

Es necesario que aprendamos e investiguemos sobre como el mal uso del tiempo libre, la errónea utilización de Internet y las redes sociales puede tener un impacto y consecuencias negativas sobre las personas, además de la posibilidad de desarrollarse una adicción. Con esta investigación se pretende prevenir las consecuencias negativas psicológicas, a nivel personal y social ocasionadas por la realización de esta actividad en forma inadecuada por parte de los adolescentes.

Sin embargo es importante reconocer lo que menciona el autor Mujica, (2010) las redes sociales en particular, son éticamente neutras, se convierten en lo que el hombre decide.

En esta reflexión se resalta el factor libertad humana, haciendo referencia el excesivo poder y valor que le damos los seres humanos a estas actividades llegando incluso a ocasionarnos problemáticas en nuestra vida diaria.

MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Participantes

La población estudiada estuvo conformada por 91 adolescentes provenientes de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel” de la ciudad de Cuenca, Ecuador. Los jóvenes poseían un rango de edad comprendido entre los 13 y 19 años, de los cuales el 47,3% fueron varones, el 42,9% fueron mujeres y el 9,9% correspondió a datos perdidos.

No se pudo cubrir la cuota propuesta en el diseño de tesis por diversos motivos que no pudieron controlarse y se decidió ampliar el rango de edad, de 13 a 19 años, del grupo meta de adolescentes; correspondiendo los alumnos a los cursos de décimo año de educación básica, y a los tres años del bachillerato, que suman un total de 91 adolescentes.

2.2. Metodología

El objetivo principal de esta investigación fue conocer el uso del tiempo libre y la adicción a las redes sociales e Internet en los adolescentes de 13 a 19 años, para ello se llevó a cabo la selección de las personas que cumplieran los criterios de inclusión y que no cuenten con ninguno de los criterios de exclusión. Luego de esto los alumnos fueron divididos en grupos, en base a su curso y paralelo y con el apoyo de los docentes y estudiantes de la escuela se aplicaron 273 cuestionarios correspondientes al Test de Adicción al Internet (IAT), el Test de Adicción a las redes sociales (ARS) y el cuestionario autoaplicable “Uso del tiempo libre”, durante el periodo de una semana. Los consultados fueron escogidos de acuerdo al curso y de forma aleatoria, adicionalmente, se codificó la información en respuestas numéricas para transformar los datos obtenidos y disminuir el error al obtener los resultados.

Una vez obtenidos los puntajes de ambos test estos se correlacionaron, posteriormente la base de datos se depuró y analizó utilizando el programa estadístico IBM SPSS Statistics

20, para observar la distribución de las variables de interés. Los datos para el análisis fueron procesados considerando la muestra completa y para algunos temas dividiéndolos por sexo, edad o grado escolar.

No se puede inferir el comportamiento de los jóvenes a nivel nacional a partir de los resultados encontrados en este estudio, ya que la realidad de la ciudad de Cuenca no es igual al de otras localidades. La información presentada en el reporte anual de estadísticas sobre las TICS (2011) concuerda con la opinión antes mencionada, ubicando a Pichincha en primer lugar en el ranking de utilización de éstas herramientas, seguida de las provincias de Azuay y Loja.

Por esta razón, las conclusiones obtenidas pueden ser tomadas como referencia para entender los hábitos de los adolescentes en lo relacionado al uso de la tecnología en otras ubicaciones geográficas, pero comprendiendo que existirán diferencias a causa de varios factores como la situación socioeconómica, la posibilidad de acceso a la tecnología, sus costumbres y el nivel de educación.

2.3. Instrumentos

En esta investigación se utilizó el cuestionario autoaplicable denominado “Uso del tiempo Libre” (realizado por la señorita Ana Loja en el años 2015), el cual consta de 11 preguntas las cuales permiten obtener información sobre la percepción que tienen los adolescentes sobre el uso que le dan a su tiempo libre y cuanto de este invierten en permanecer conectados a Internet y las redes sociales. (Loja, 2015)

El test de Adicción a las Redes Sociales (ARS), desarrollado por Edwin Salas y Miguel Mayaute, (2013) en la ciudad de Lima con la finalidad de realizar el diagnóstico de adicciones a las redes sociales. Está compuesto por 24 ítems y representa a los indicadores del DSM-IV-R para adicción a sustancias, validado por jueces para medir el concepto

adicción a redes sociales. Es un cuestionario de tipo likert el cual utiliza un sistema a de calificación de 5 puntos (de 0 a 4) tomando en cuenta la frecuencia desde «nunca» hasta «siempre» en una escala ordinal; está conformado por 3 factores o dimensiones latentes: A) Obsesión por las redes sociales. B) Falta de control personal en el uso de las redes sociales. C) Uso excesivo. (Blas & Mayaute, 2014).

En el ARS Se considera que la ausencia de adicción idealmente correspondería al puntaje cero (0), a partir de uno se valora el nivel de la adicción, por lo que aquellos valores más altos indican más nivel de adicción. (Escrura & Salas, 2014)

El test de Adicción al Internet desarrollado por el Dr. Kimberly Young en su versión inglés; para el objetivo de este estudio se utilizó la traducción al español por parte de D. X. Puerta-Cortes, X. Carbonell y A. Chamarro. Este instrumento está conformado por 20 ítems que permiten detectar una adicción moderada hasta severa al Internet. Cuyos valores van desde; 20 a 49 puntos. Este test asegura fiabilidad y viabilidad. (Puerta-Cortés, Carbonell & Chamarro, 2012)

ANÁLISIS DE LOS DATOS OBTENIDOS

3.1. Características sociodemográficas de los participantes

La investigación se realizó en la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, con los cursos de Decimo, Primero, Segundo y Tercero de Bachillerato del año lectivo 2015-2016. Se realizó con una población de 100 estudiantes, luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión se obtuvo como muestra a 91 adolescentes; entre los criterios de inclusión estaban: hombre y mujer, de 13 a 19 años, que se encuentre cursando el Décimo, Primero, Segundo y Tercero de Bachillerato, que sea usuario activo de Internet y las redes sociales y fundamentalmente que cuente con la autorización firmada por su representante para participar de forma voluntaria en esta investigación.

En la muestra participaron 43 hombres que corresponde al 47,3% y 39 mujeres que equivale el 42,9%, además el 9,9% corresponde a datos perdidos. El porcentaje de edad que prima en esta investigación es de 16 años ya que 36,3% la posee (Véase Tabla 1)

Tabla 1

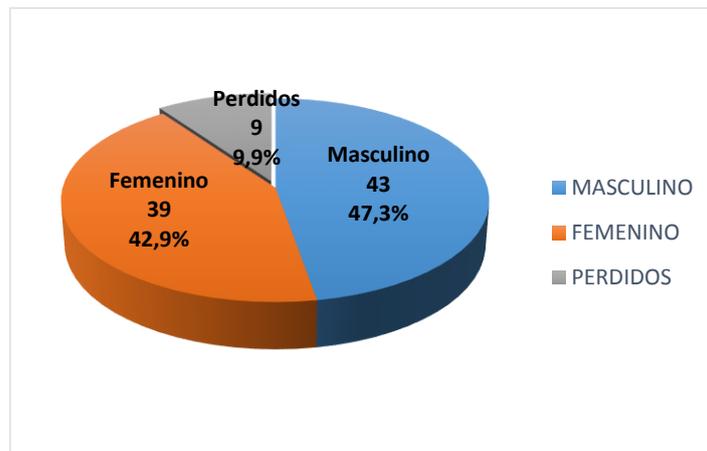
Características sociodemográficas de los participantes

Variable		Muestra(n=91)	%
Sexo	Masculino	43	47,3
	Femenino	39	42,9
	Perdidos	9	9,9
		91	100,0
Edad	13	3	3,3
	14	10	11,0
	15	18	19,8
	16	33	36,3
	17	19	20,9
	18	6	6,6
	19	2	2,2
	91	100,0	
Instrucción	Secundaria	91	100,0
Curso	Décimo	21	23,1
	Primero de Bachillerato	19	20,9
	Segundo de Bachillerato	21	23,1
	Tercero de Bachillerato	30	33,0
Total		91	100,0

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

Gráfico 1

Muestra del estudio según el sexo.

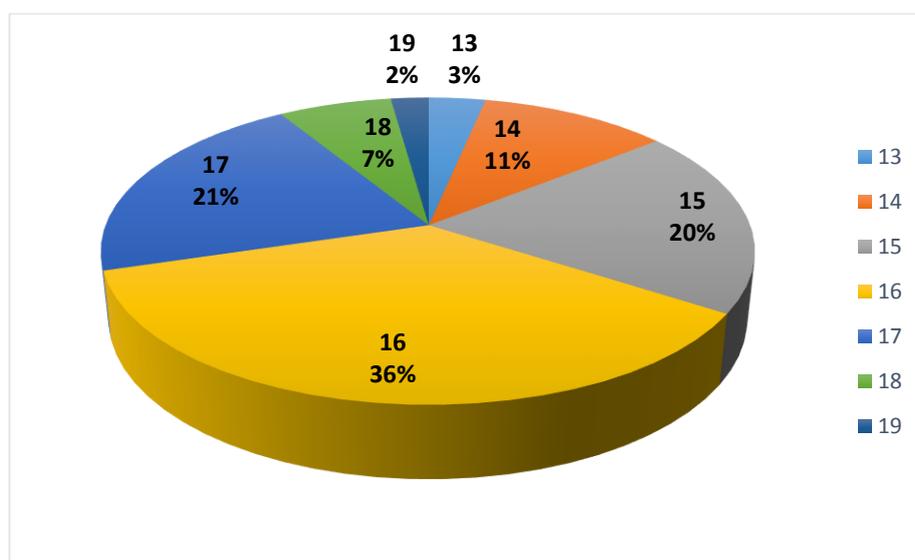


Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” Elaborado por: Estefania Ulloa

Los adolescentes poseen edades comprendidas entre los 13 a 19 años. De 13 años son 3 alumnos que equivale al 3%, de 14 años son 10 alumnos que equivale al 11%, de 15 años son 18 alumnos que equivale al 20%, de 16 años son 33 alumnos que equivale al 36%, de 17 años son 19 alumnos que equivale al 21%, de 18 años son 6 alumnos que equivale al 7% y de 19 años son dos alumnos que equivale al 2%.

Gráfico 2

Población de estudio según la edad



Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” Elaborado por: Estefania Ulloa

3.2. Uso del tiempo libre en los adolescentes

3.2.1. Consideración sobre el uso del tiempo libre

De acuerdo a los resultados observamos una igualdad en la percepción del uso sobre el tiempo libre, ya que el 38,9% de los adolescentes lo considera como regular y otro 38,9% como bueno; a su vez el 2,2% menciona que su uso es muy malo.

De los adolescentes que considera al uso de su tiempo libre como bueno, el 66,7% corresponde a los estudiantes de 13 años. A su vez del grupo que señaló que su uso es malo, el 5,6% corresponde a los de 15 años. (Véase Tabla 2)

Tabla 2

Consideración sobre el uso del tiempo libre

	Uso tiempo libre				Total
	Muy malo	Regular	Bueno	Excelente	
13	0,0%	33,3%	66,7%	0,0%	100,0%
14	0,0%	20,0%	60,0%	20,0%	100,0%
15	5,6%	61,1%	11,1%	22,2%	100,0%
Edad	3,0%	42,4%	36,4%	18,2%	100,0%
16	0,0%	26,3%	52,6%	21,1%	100,0%
17	0,0%	20,0%	60,0%	20,0%	100,0%
18	0,0%	50,0%	0,0%	50,0%	100,0%
19					
Total	2,2%	38,9%	38,9%	20,0%	100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.2.2. Actividad que los adolescentes realizan con frecuencia en su tiempo libre

De acuerdo a los resultados observamos que el 30,0% de los adolescentes dedican su tiempo libre a practicar deporte, seguido del 17,8% quienes escuchan música. Es importante

mencionar que el 50% de los adolescentes de 19 años son los que dedican más tiempo libre a la realización de actividades deportivas. (Véase Tabla 3)

Tabla 3

Actividad que los adolescentes realizan con frecuencia en su tiempo libre

	Actividad frecuente realizada en el tiempo libre								
	Practicar algún deporte	Video juegos	Salir con amigos	Escuchar música	Leer	Revisar redes sociales	Revisar páginas de internet	Otras	Total
13	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	33,3%	33,3%	33,3%	100,0%
14	30,0%	30,0%	0,0%	10,0%	20,0%	0,0%	0,0%	10,0%	100,0%
15	33,3%	5,6%	5,6%	38,9%	0,0%	16,7%	0,0%	0,0%	100,0%
16	31,2%	12,5%	9,4%	12,5%	3,1%	12,5%	12,5%	6,2%	100,0%
17	26,3%	5,3%	15,8%	21,1%	10,5%	10,5%	0,0%	10,5%	100,0%
18	33,3%	0,0%	0,0%	0,0%	33,3%	16,7%	0,0%	16,7%	100,0%
19	50,0%	0,0%	50,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%
Total	30,0%	10,0%	8,9%	17,8%	7,8%	12,2%	5,6%	7,8%	100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.2.3. Actividad realizada al navegar

De los adolescentes que utilizan la red, el 82,4% dedican su tiempo al uso de las redes sociales; siendo los adolescentes de 13 y 19 años los que muestran un porcentaje de uso del 100%. (Véase Tabla 4)

Tabla 4*Actividades realizadas al navegar*

	Cuándo navegas por internet ¿Qué es lo que frecuentemente realiza?			Total
	Revisar redes sociales	Buscar información	Otras	
13	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
14	60,0%	30,0%	10,0%	100,0%
15	83,3%	16,7%	0,0%	100,0%
Edad				
16	90,9%	3,0%	6,1%	100,0%
17	73,7%	15,8%	10,5%	100,0%
18	83,3%	16,7%	0,0%	100,0%
19	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
Total	82,4%	12,1%	5,5%	100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefanía Ulloa

3.2.4. Tiempo dedicado por los adolescentes a las actividades escolares obligatorias

Las estadísticas evidencian que el 79,1% de los adolescentes utilizan de 1 a 3 horas de su tiempo para la realización de actividades escolares obligatorias, mientras que el 1,1% de los adolescentes dedica 5 o más horas, siendo únicamente los adolescentes de 16 años los que utilizan el tiempo antes mencionado para la realización de las tareas escolares.

Es importante mencionar que en este ítem se creó una nueva variable ya que el 4,4% de los adolescentes utilizan de uno a treinta minutos de su tiempo para la realización de tareas escolares. (Véase Tabla 5)

Tabla 5

Tiempo dedicado por los adolescentes a las actividades escolares obligatorias

		Al regresar del colegio ¿Cuánto tiempo dedica a actividades escolares?				Total
		1 a 3 horas	3 a 5 horas	5 o más horas	1 min a 30 min	
Edad	13	2 66,7%	1 33,3%	0 0,0%	0 0,0%	3 100,0%
	14	6 60,0%	2 20,0%	0 0,0%	2 20,0%	10 100,0%
	15	16 88,9%	0 0,0%	0 0,0%	2 11,1%	18 100,0%
	16	28 84,8%	4 12,1%	1 3,0%	0 0,0%	33 100,0%
	17	14 73,7%	5 26,3%	0 0,0%	0 0,0%	19 100,0%
	18	4 66,7%	2 33,3%	0 0,0%	0 0,0%	6 100,0%
	19	2 100,0%	0 0,0%	0 0,0%	0 0,0%	2 100,0%
	Total	72 79,1%	14 15,4%	1 1,1%	4 4,4%	91 100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.2.5. Actividad realizada por los adolescentes además de sus deberes escolares

De acuerdo a los resultados obtenidos el 31,9% de los adolescentes además de realizar sus deberes escolares se dedican también a desarrollar actividades extracurriculares como practicar deporte, baile y pintura, seguido de un 26,4% que revisa sus redes sociales. La actividad que realizan con menos frecuencia es visitar páginas de Internet ya que solo el 2,2% lo hace. (Véase tabla 6)

Tabla 6*Actividad realizada por los adolescentes además de sus deberes escolares*

¿Cuál de las siguientes actividades realiza además de hacer sus deberes escolares?

	Reforzar lo aprendido repasando	Actividades extracurriculares	Revisar redes sociales	Dormir	Ayudar en casa	Visitar páginas de internet	Otras	Total
	0	1	1	1	0	0	0	3
13	0,0%	33,3%	33,3%	33,3%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	0	5	1	3	1	0	0	10
14	0,0%	50,0%	10,0%	30,0%	10,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	0	5	7	3	1	1	1	18
15	0,0%	27,8%	38,9%	16,7%	5,6%	5,6%	5,6%	100,0%
	1	9	9	6	6	1	1	33
16	3,0%	27,3%	27,3%	18,2%	18,2%	3,0%	3,0%	100,0%
	0	7	5	1	5	0	1	19
17	0,0%	36,8%	26,3%	5,3%	26,3%	0,0%	5,3%	100,0%
	2	1	1	1	1	0	0	6
18	33,3%	16,7%	16,7%	16,7%	16,7%	0,0%	0,0%	100,0%
	1	1	0	0	0	0	0	2
19	50,0%	50,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	4	29	24	15	14	2	3	91
Total	4,4%	31,9%	26,4%	16,5%	15,4%	2,2%	3,3%	100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.2.6. Tiempo libre dedicado a permanecer conectado a las redes sociales

Según la encuesta el 28,9% de los estudiantes señaló que el tiempo de conexión más frecuente a las redes sociales es de más de una hora, por el contrario el menor tiempo de conexión según el 22,2% de los adolescentes es inferior una hora.

El mayor tiempo de conexión se encuentra entre los adolescentes de 16 años ya que el 21,2% permanecen conectados todo el día a las redes sociales, seguidos del 26,3% de los adolescentes de 17 años.

Los estudiantes que permanecen menos tiempo conectado a las redes son los de 14 años, ya que el 60,0% dedica menos de una hora a la conexión. (Véase tabla 7)

Tabla 7

Tiempo libre dedicado a permanecer conectado a las redes sociales

		¿Cuánto de su tiempo libre dedica usted a permanecer conectado a las redes sociales?					Total	
		Menos de 1 hora	Más de 1 hora	Más de 3 horas	Más de 5 horas	Reviso todo el día		
Edad	13	1 33,3%	0 0,0%	1 33,3%	0 0,0%	1 33,3%	3 100,0%	
	14	6 60,0%	4 40,0%	0 0,0%	0 0,0%	0 0,0%	10 100,0%	
	15	2 11,8%	4 23,5%	4 23,5%	4 23,5%	3 17,6%	17 100,0%	
	16	5 15,2%	8 24,2%	11 33,3%	2 6,1%	7 21,2%	33 100,0%	
	17	5 26,3%	7 36,8%	2 10,5%	0 0,0%	5 26,3%	19 100,0%	
	18	1 16,7%	2 33,3%	2 33,3%	1 16,7%	0 0,0%	6 100,0%	
	19	0 0,0%	1 50,0%	0 0,0%	1 50,0%	0 0,0%	2 100,0%	
	Total		20 22,2%	26 28,9%	20 22,2%	8 8,9%	16 17,8%	90 100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefanía Ulloa

3.2.7. Tiempo de conexión y revisión, de lunes a viernes, de las páginas de Internet.

De lunes a viernes el 31,9% de los encuestados permanece conectado a las páginas de Internet por el lapso mayor a una hora, a su vez el 13,2% revisan todo el día estas páginas.

Los adolescentes de 16 años presentan la mayor prevalencia (30,3%) de uso mayor a una hora a las páginas de Internet, contrario a esto los estudiantes de 14 años son los que menos revisan estas páginas, ya que el 50,0% lo hace por un tiempo inferior a una hora.

El 22,2% de los estudiantes de 15 años revisan todo el día las páginas de Internet. (Véase tabla 8)

Tabla 8

Tiempo de conexión y revisión, de lunes a viernes, de las páginas de Internet

		De lunes a viernes ¿cuánto tiempo usted invierte en permanecer conectado y revisar páginas de Internet?					Total
		Menos de 1 hora	Más de 1 hora	Más de 3 horas	Más de 5 horas	Reviso todo el día	
Edad	13	1 33,3%	1 33,3%	1 33,3%	0 0,0%	0 0,0%	3 100,0%
	14	5 50,0%	3 30,0%	0 0,0%	2 20,0%	0 0,0%	10 100,0%
		1 5,6%	6 33,3%	3 16,7%	4 22,2%	4 22,2%	18 100,0%
	15	4 12,1%	10 30,3%	10 30,3%	4 12,1%	5 15,2%	33 100,0%
		4 21,1%	6 31,6%	2 10,5%	4 21,1%	3 15,8%	19 100,0%
	16	1 16,7%	3 50,0%	1 16,7%	1 16,7%	0 0,0%	6 100,0%
		0 0,0%	0 0,0%	1 50,0%	1 50,0%	0 0,0%	2 100,0%
	17	0 0,0%	0 0,0%	1 50,0%	1 50,0%	0 0,0%	2 100,0%
	18	16 17,6%	29 31,9%	18 19,8%	16 17,6%	12 13,2%	91 100,0%
		Total	17,6%	31,9%	19,8%	17,6%	13,2%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefanía Ulloa

3.2.8. Tiempo de conexión y revisión, durante los fines de semana, de las páginas de Internet.

El 33,0% de los adolescentes señala que el tiempo de conexión más frecuente a las páginas de Internet, durante los fines de semana es inferior a una hora; mientras que el 2,2% menciona que no se conecta nunca durante estos días.

El 21,2% de los adolescentes de 16 años mencionan que revisan todos los fines de semana las páginas de Internet, durante todo el día; a su vez los adolescentes de 13 años son quienes

presentan el tiempo más bajo de conexión a estas páginas, ya que el 100,0% se conecta menos de una hora. (Véase tabla 9)

Tabla 9

Tiempo de conexión y revisión, durante los fines de semana, de páginas de Internet

Durante los fines de semana ¿cuánto tiempo usted invierte en permanecer conectado y revisar páginas de Internet?

		Nunca	Menos de 1 hora	Más de 1 hora	Más de 3 horas	Más de 5 horas	Reviso todo el día	Total	
Edad	13	0 0,0%	3 100,0%	0 0,0%	0 0,0%	0 0,0%	0 0,0%	3 100,0%	
	14	0 0,0%	7 70,0%	1 10,0%	1 10,0%	1 10,0%	0 0,0%	10 100,0%	
	15	0 0,0%	5 27,8%	2 11,1%	6 33,3%	4 22,2%	1 5,6%	18 100,0%	
	16	1 3,0%	6 18,2%	8 24,2%	8 24,2%	3 9,1%	7 21,2%	33 100,0%	
	17	1 5,3%	5 26,3%	4 21,1%	3 15,8%	3 15,8%	3 15,8%	19 100,0%	
	18	0 0,0%	3 50,0%	0 0,0%	2 33,3%	0 0,0%	1 16,7%	6 100,0%	
	19	0 0,0%	1 50,0%	0 0,0%	0 0,0%	1 50,0%	0 0,0%	2 100,0%	
			2	30	15	20	12	12	91
	Total	2,2%	33,0%	16,5%	22,0%	13,2%	13,2%	100,0%	

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.2.9. Tiempo de conexión y revisión a las redes sociales, durante los fines de semana.

El 28,6% de los estudiantes manifiesta que el tiempo de conexión frecuente a las redes sociales durante los fines de semana es inferior a una hora, mientras que el 3,3% señala nunca conectarse los días antes mencionados.

Es importante aludir que el 33,3% de los alumnos de 16 años se conectan a las redes sociales durante todos los fines de semana. (Véase tabla 10)

Tabla 10*Tiempo de conexión y revisión, durante los fines de semana, a las redes sociales*

		Durante los fines de semana ¿cuánto tiempo usted invierte en permanecer conectado a las redes sociales?						
		Nunca	Menos de 1 hora	Más de 1 hora	Más de 3 horas	Más de 5 horas	Reviso todo el día	Total
Edad	13	0	2	1	0	0	0	3
		0,0%	66,7%	33,3%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	14	1	7	2	0	0	0	10
		10,0%	70,0%	20,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	15	0	4	2	7	4	1	18
		0,0%	22,2%	11,1%	38,9%	22,2%	5,6%	100,0%
	16	1	3	8	7	3	11	33
		3,0%	9,1%	24,2%	21,2%	9,1%	33,3%	100,0%
	17	1	6	3	3	4	2	19
		5,3%	31,6%	15,8%	15,8%	21,1%	10,5%	100,0%
18	0	3	0	2	0	1	6	
	0,0%	50,0%	0,0%	33,3%	0,0%	16,7%	100,0%	
19	0	1	0	0	1	0	2	
	0,0%	50,0%	0,0%	0,0%	50,0%	0,0%	100,0%	
Total		3	26	16	19	12	15	91
		3,3%	28,6%	17,6%	20,9%	13,2%	16,5%	100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.2.10. Percepción del uso del tiempo en los adolescentes, al terminar el fin de semana

La percepción más frecuente, al terminar el fin de semana, sobre el uso del tiempo en los adolescentes según el 51,6% de los encuestados es que a veces perdieron su tiempo en vez de utilizarlo de una manera productiva, a su vez la percepción con menos rango es el 3,3% de los participantes quienes señalan que casi siempre perdieron su tiempo en vez de ser utilizado de una forma correcta.

El 16,7% de los participantes de 15 y 18 años mencionan que nunca perdieron su tiempo y este fue utilizado de manera productiva frente al 10,5% de los estudiantes de 17 años que consideran que su tiempo fue mal invertido siempre. (Véase tabla 11)

Tabla 11

Percepción del uso del tiempo en los adolescentes, al terminar el fin de semana

	Al terminar su fin de semana, con frecuencia, siente que perdió su tiempo en vez de utilizarlo de manera productiva					Total
	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca	
	0	0	2	1	0	3
13	0,0%	0,0%	66,7%	33,3%	0,0%	100,0%
	1	0	5	3	1	10
14	10,0%	0,0%	50,0%	30,0%	10,0%	100,0%
	1	1	10	3	3	18
15	5,6%	5,6%	55,6%	16,7%	16,7%	100,0%
	2	2	17	6	6	33
Edad 16	6,1%	6,1%	51,5%	18,2%	18,2%	100,0%
	2	0	10	4	3	19
17	10,5%	0,0%	52,6%	21,1%	15,8%	100,0%
	0	0	3	2	1	6
18	0,0%	0,0%	50,0%	33,3%	16,7%	100,0%
	0	0	0	2	0	2
19	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
	6	3	47	21	14	91
Total	6,6%	3,3%	51,6%	23,1%	15,4%	100,0%

Fuente: Cuestionario “Uso del tiempo libre” **Elaborado por:** Estefanía Ulloa

3.3. Adicción a las redes sociales

3.3.1. Análisis preliminar de los ítems

Se realizó el análisis descriptivo de los ítems del test de adicciones a las redes sociales, para ello se examinó la media, desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de ellos. Se evidenció una fuerte correlación entre los ítems del ARS, las correlaciones oscila entre 0,127 a 1. La consistencia interna del ARS se analizó con el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose como resultado una gran consistencia entre todos los ítems. (Véase tabla 12)

Tabla 12*Media, desviación estándar, asimetría, curtosis de los ítems (N =91)*

Test de adicciones a las redes sociales

Ítem	Media	Desv. Est	Asimetría	Curtosis	Correlación de Pearson	Alfa de Cronbach (al eliminar ítem)
Ítem 1	1,66	1,183	,227	-,808	1	,882
Ítem 2	1,09	1,013	,681	-,296	,667**	,886
Ítem 3	,53	,867	1,730	2,753	,458**	,888
Ítem 4	1,27	1,372	,784	-,711	,413**	,891
Ítem 5	,80	1,073	1,193	,526	,309**	,889
Ítem 6	,66	1,055	1,669	2,117	,127	,892
Ítem 7	,68	,958	1,791	3,403	,329**	,889
Ítem 8	1,16	1,233	,884	-,187	,465**	,887
Ítem 9	1,52	1,304	,442	-,856	,451**	,886
Ítem 10	1,57	1,296	,364	-,897	,592**	,884
Ítem 11	1,13	1,256	1,030	,124	,442**	,887
Ítem 12	1,61	1,466	,377	-1,205	,322**	,894
Ítem 13	1,39	1,341	,579	-,809	,311**	,894
Ítem 14	1,24	1,382	,806	-,610	,237**	,894
Ítem 15	,79	1,250	1,577	1,311	,431**	,886
Ítem 16	1,43	1,347	,629	-,713	,593**	,883
Ítem 17	1,68	1,300	,071	-1,148	,495**	,887
Ítem 18	1,77	1,391	,199	-1,227	,282**	,891
Ítem 19	,84	1,170	1,386	1,043	,297**	,887
Ítem 20	1,14	1,232	,824	-,379	,365**	,886
Ítem 21	1,00	1,158	,943	,048	,296**	,891
Ítem 22	1,23	1,446	,835	-,704	,317**	,888
Ítem 23	,91	1,158	1,376	1,235	,426**	,887
Ítem 24	,81	1,043	1,009	-,052	,388**	,890

Fuente: Test de adicción a las redes sociales **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.3.2. Análisis de los resultados del test de adicción a las redes sociales en los estudiantes de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, de la ciudad de Cuenca.

En la Tabla 13 se presentan los resultados del análisis global del test, se aprecia que la puntuación mínima fue de cero y el puntaje máximo de setenta y uno.

Cuando se analizan los resultados teniendo en cuenta las puntuaciones de los adolescentes sobre el test de adicciones a las redes sociales, descubrimos que el 82,4% presenta una puntuación entre 00 a 40 correspondiente a un percentil del 80%, el 9,9% tiene una puntuación entre 41 a 56 correspondiente a un percentil del 94% y el 7,7% presenta una puntuación de 57 a 72 puntos, equivalentes a un percentil del 98%. Se evidencian diferencias en cuanto se compara cada uno de estos grupos, con los dos últimos (9,9% y 7,7%) vale decir que, que se recomienda un mayor análisis y a profundidad de estos casos ya que los valores obtenidos máximos en esta poblaciones corresponde a 71 puntos, contrarios a los valores ideales de cero que demuestran una ausencia de adicción. (Véase tabla 13 y 14)

Tabla 13

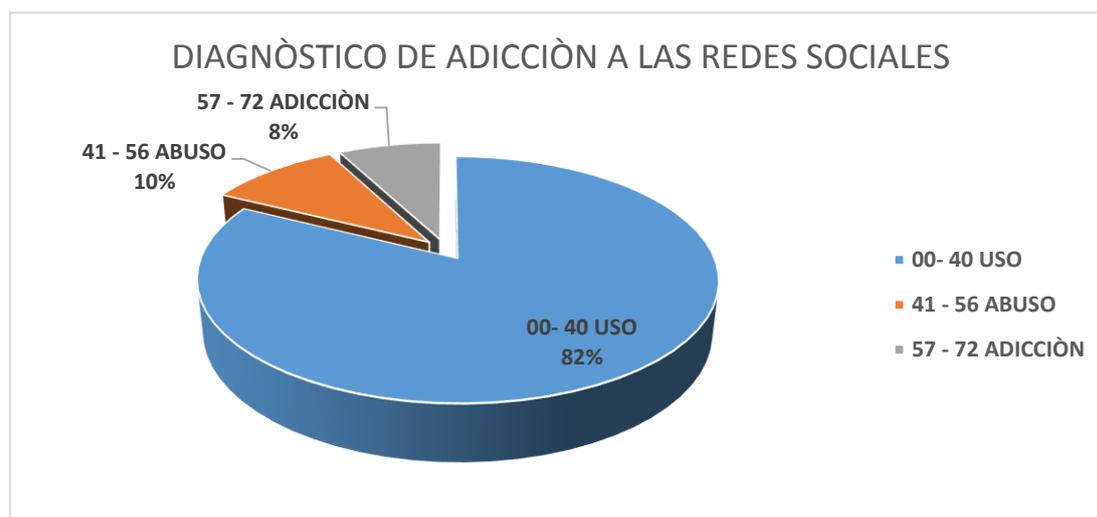
Estadísticos descriptivos del test de adicciones a las redes sociales

Estadísticos descriptivos del Test de Adicciones a las Redes Sociales					
	Nº alumnos	Puntaje Mínimo	Puntaje Máximo	Media	Desviación Estándar
Total ítems	91	0	71	27,36	16,600
Adicción-Redes					
N válido (según lista)	91				

Fuente: Test de adicción a las redes sociales **Elaborado por:** Estefania Ulloa

Tabla 14*Puntuaciones de respuesta del test de adicciones a las redes sociales*

	Puntuaciones de respuesta del A.R.S.			Total
	00- 40	41 - 56	57 - 72	
13	3 100,0%	0 0,0%	0 0,0%	3 100,0%
14	10 100,0%	0 0,0%	0 0,0%	10 100,0%
15	13 72,2%	2 11,1%	3 16,7%	18 100,0%
Edad 16	25 75,8%	6 18,2%	2 6,1%	33 100,0%
17	17 89,5%	1 5,3%	1 5,3%	19 100,0%
18	5 83,3%	0 0,0%	1 16,7%	6 100,0%
19	2 100,0%	0 0,0%	0 0,0%	2 100,0%
Total	75 82,4%	9 9,9%	7 7,7%	91 100,0%

Fuente: Test de adicción a las redes sociales **Elaborado por:** Estefania Ulloa**Gráfico 3****Fuente:** Test de adicción a las redes sociales **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.4. Adicción al Internet

3.4.1. Análisis preliminar de los ítem

Se realizó el análisis descriptivo de los ítems del test de adicciones a Internet, para ello se examinó la media, desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de ellos. La correlación del test IAT no es tan fiable ya que las puntuaciones oscilaron entre -.009 a 1. Contario a esto la consistencia interna del IAT se analizó con el coeficiente Alfa de Cronbach obteniéndose como resultado una buena consistencia entre todos los ítems, ya que todas las puntuaciones se encuentran por encima de 0,869. (Véase tabla 15)

Tabla 15

Media, desviación estándar, asimetría, curtosis de los ítems (N =91)

Test de adicción al Internet						
Ítem	Media	Desv. estándar	Asimetría	Curtosis	Correlación de Pearson	Alfa de Cronbach (si se elimina elemento)
Ítem 1	3,03	,964	-,154	,400	1	,880
Ítem 2	2,87	1,117	-,001	-,431	,472**	,878
Ítem 3	2,37	1,342	,566	-,899	,298**	,879
Ítem 4	2,51	1,198	,595	-,412	,150	,875
Ítem 5	2,30	1,286	,661	-,628	,159	,871
Ítem 6	2,10	1,129	,816	-,186	,053	,875
Ítem 7	2,40	1,189	,480	-,640	-.009	,888
Ítem 8	2,16	1,117	,733	-,070	,228	,876
Ítem 9	2,03	1,112	,794	-,153	,157	,869
Ítem 10	2,27	1,268	,671	-,646	,049	,871
Ítem 11	2,15	1,258	,879	-,273	,192	,870
Ítem 12	2,11	1,172	,730	-,349	,147	,879
Ítem 13	2,14	1,126	,812	,000	,102	,875
Ítem 14	2,05	1,236	,982	-,101	,164	,873
Ítem 15	1,94	1,132	1,027	,155	,046	,874
Ítem 16	2,65	1,287	,227	-1,021	,224	,873
Ítem 17	2,44	1,300	,532	-,801	,190	,872
Ítem 18	2,11	1,149	,796	-,136	,170	,871
Ítem 19	2,10	1,253	,976	-,004	,101	,874
Ítem 20	1,76	1,087	1,463	1,583	,130	,872

Fuente: Test de adicción a Internet **Elaborado por:** Estefania Ulloa

3.4.2. Análisis de los resultados del test de adicción a Internet en los estudiantes de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, de la ciudad de Cuenca.

Luego de realizar el análisis de los resultados del test de adicción a Internet encontramos que la puntuación mínima corresponde a 0 puntos y la máxima a 93. (Véase tabla 16)

De acuerdo a las puntuaciones de respuesta del IAT el 62,6% de los adolescentes no presenta adicción, el 36,3% (33 alumnos) presenta problemas debido al uso del mismo y el 1,1% (una alumna) presenta adicción a Internet. (Véase tabla 17)

Es importante mencionar que los resultados demuestran un gran porcentaje de alumnos que presentan problemas (33) ocasionados por el uso excesivo o inapropiado de Internet, e incluso un caso de adicción; por ello es conveniente coordinar con el equipo profesional de la institución para que se desarrollen o tomen medidas que permitan orientar de forma adecuada sobre el uso de esta herramienta.

Tabla 16

Estadísticos descriptivos del Test de adicción a Internet

Estadísticos descriptivos del Test de adicción a Internet					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Total ítems Adicción-Internet	91	0	93	43,37	15,066
N válido (según lista)	91				

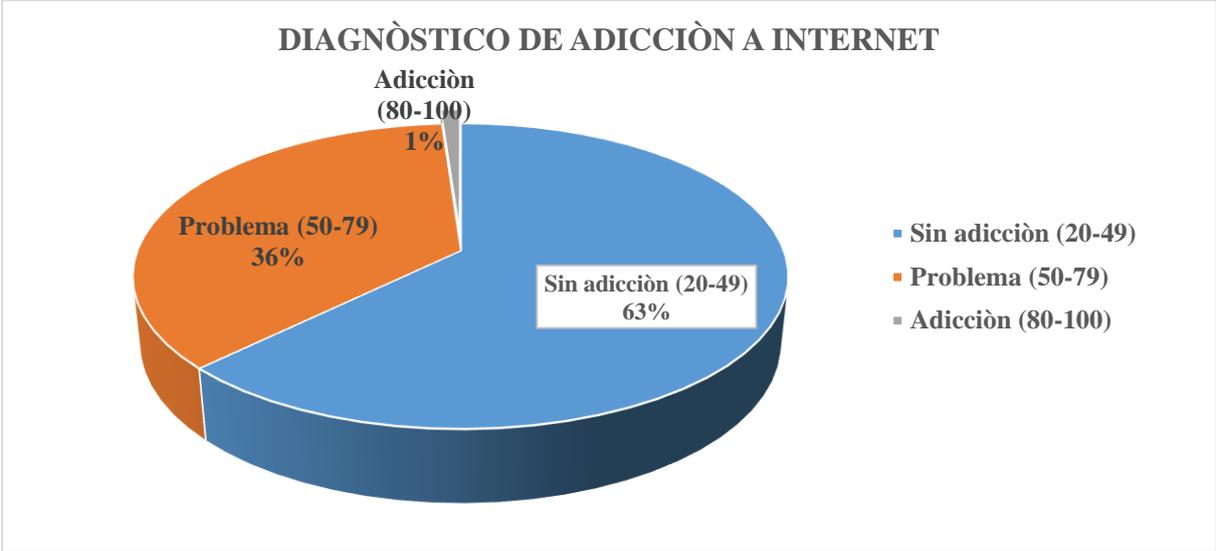
Fuente: Test de adicción a Internet **Elaborado por:** Estefania Ulloa

Tabla 17*Puntuaciones de respuestas del test de adicción a Internet*

		Puntuaciones de respuesta del I.A.T.			Total
		Sin adicción 20- 49	Problema 50 - 79	Adicción 80 - 100	
Edad	13	2 66,7%	1 33,3%	0 0,0%	3 100,0%
	14	9 90,0%	1 10,0%	0 0,0%	10 100,0%
	15	7 38,9%	10 55,6%	1 5,6%	18 100,0%
	16	19 57,6%	14 42,4%	0 0,0%	33 100,0%
	17	14 73,7%	5 26,3%	0 0,0%	19 100,0%
	18	5 83,3%	1 16,7%	0 0,0%	6 100,0%
	19	1 50,0%	1 50,0%	0 0,0%	2 100,0%
	Total	57 62,6%	33 36,3%	1 1,1%	91 100,0%

Fuente: Test de adicción a Internet **Elaborado por:** Estefania Ulloa

Gráfico 4



DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

La presente investigación de tipo descriptiva y mixta que se realizó en la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel” con 91 adolescentes de 13 a 19 años permitió responder al siguiente objetivo general, propuesto en la investigación:

Conocer el uso del tiempo libre y adicción a las redes sociales en adolescentes de 13 a 19 años

La principal actividad realizada por los adolescentes en su tiempo libre es practicar deporte, seguido de escuchar música; estos datos coinciden con Loja, (2015) y el último con el INEC en el estudio sobre el “Uso del Tiempo en Ecuador. (INEC, 2012) La información antes mencionada es relevante ya que demuestra que los jóvenes en la actualidad aún conservan una cultura deportiva a pesar del gran uso que realizan de las tecnologías.

De acuerdo al objetivo del análisis sobre los resultados obtenidos y sus relaciones podría decirse que en este estudio el sexo y especialmente la edad si influyen en el uso de las redes sociales e Internet, siendo las mujeres las que presentan un mayor tiempo de conexión, durante los 15 años y de manera especial durante los 16. Este dato concuerda con los del INEC los cuales mencionan que los grupos de 12 a 24 años y 25 a 44, son los mayores usuarios de esta tecnología. (INEC 2005-2006)

Respecto al dato antes mencionado, señalamos que la edad es un factor predisponente al uso de las herramientas tecnológicas pero no es un determinante, ya que otros estudios encontraron un mayor uso problemático a finales de la adolescencia, vinculado posiblemente a un mayor grado de autonomía. (Jafari et al., 2014; Muñoz-Rivas et al., 2010; Rial, Gómez, Braña et al., 2014 como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015).

Respecto a la variable del sexo como predisponente al mayor uso del Internet y las redes sociales autores como (Durkee, Kaess, Carli, Parzer, Wasserman, Floderus, Wasserman, 2012 como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015) señalan que las mujeres

presentan un mayor uso problemático de Internet, sin embargo otros trabajos han encontrado la tendencia contraria (Muñoz-Rivas, Fernández y Gámez-Guadix, 2010; Kormas, Critselis, Janikian, Kafetzis y Tsitsika, 2011; Wang et al., 2011 como se citó en Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015)

Respondiendo al objetivo sobre la prevalencia de adicción a Internet y las redes sociales según los resultados de la investigación existe una adicción o dependencia a las Redes Sociales en un 7,7% y el 9,9% de los adolescentes podría estar haciendo un uso problemático o poco saludable de la red Social.

Una alumna cumple con los criterios de adicción a Internet y 33 estudiantes presentan problemas debido al uso del mismo.

Los resultados obtenidos en nuestra investigación, no concuerdan con las estadísticas de la Sta. Lilibeth Illescas de la Universidad del Azuay en Cuenca, quien revela que el 26% de la población adolescente presenta abuso y el 66% adicción a las redes sociales. (Illescas, 2014). Igualmente en el estudio de Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, (2015) también se evidencia una variación en sus datos, mencionando que el 26,6% (1 de cada 4 adolescentes de 11 a 17 años) realiza un uso problemático de la Red. Las estadísticas más cercanas a las nuestras son las planteadas por Durkee, Kaess, Carli, Parzer, Wasserman, Floderus, Wasserman, (2012).

En los párrafos anteriores evidenciamos dificultades en la comparación y generalización de los resultados obtenidos en nuestra investigación con los datos de trabajos previos; esto se debe a los diversos y diferentes procedimientos de recogida de información, ocasionando esto variaciones en las estadísticas resultantes. (Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015).

La principal actividad que realizan los adolescentes en Internet es revisar las Redes sociales, en comparación con otras páginas de Internet, ya que el 82,4% de los adolescentes

dedican su tiempo al uso de las mismas; esta información coincide con la planteada por (Montgomery 2001, Suess, Garitaonandia, Juaristi, Koikkalainen, Oleaga 1998 citado por Rivera, 2012) quienes afirman que los adolescentes presentan una predisposición al uso de Internet para la interacción social, poniendo un especial énfasis en el establecimiento de relaciones de amistad.

De lunes a viernes el tiempo de conexión más frecuente, de los encuestados, al Internet y las redes sociales es mayor a una hora, en los fines de semana señalan que se conectan menos de una hora a estas páginas. Coincidiendo con los resultados antes mencionados Alcázar, (2012) señala que la conexión en promedio es de 7,5 veces por semana y permanecen 15,5 horas conectados en este período, coincidiendo esto con el tiempo de conexión de nuestra investigación, la cual es superior a una hora.

Los hombres (16,7%) de lunes a viernes son los que más permanecen conectados a las redes sociales, lo hacen durante todo el día; sin embargo es importante señalar que las estadísticas de conexión de las mujeres son muy cercanas (15,4%). Además las chicas (12,8%) son las que más se conectan durante los fines de semana a estas páginas en relación a los varones (17,9%). Las mujeres permanecen más tiempo conectadas a Internet de lunes a viernes (15,4%) y durante los fines de semana (17,9%), se conectan durante todo el día, en relación a los varones. (lun-viern 11,6%, fines: 9,3%).

Los adolescentes de 16 años permanecen más tiempo conectados a las redes sociales e Internet, permaneciendo en línea durante todo el día; seguidos de los de 15 años que se conectan más de 5 horas, de lunes a viernes, y durante los fines de semana.

Al momento de la aplicación de los reactivos se evidenció que la mayoría de los adolescentes comentaban diversas problemáticas (dormir a altas horas, discusiones paternas, problemas escolares) debido al uso de Internet y las Redes sociales, sin embargo en las

respuestas proporcionadas en los tests el número de estudiantes que señalaron estas dificultades en su vida fue bastante reducido; esta situación se podría explicar debido a la presencia de distorsiones cognitivas en las adicciones psicológicas; como lo son la negación, ocultación y/o minimización de la duración de la conexión y la magnitud de los efectos perjudiciales. (Sánchez, Fargues, Rosell, Lusa & Oberst, 2008). Otros autores como (Young, 1999; Greenfield, 1999a; Echeburúa, 1999 como se citó en López, 2004) también concuerdan con la opinión antes mencionada, adjuntando que el principal obstáculo que se encuentra al detectar la existencia del problema es la negación, ya que las personas tienden a negar o minimizar su dependencia de la red; por ello, según López, (2000) no es fácil que el trastorno se haga evidente en una exploración inicial.

Finalmente concuerdo con la opinión del autor Mujica, (2010) quien menciona que Internet y las redes sociales en particular, son éticamente neutros, se convierten en lo que el hombre decide. Su bondad o maldad dependen del factor libertad humana, es decir, del uso que el hombre les da.

4.1. Limitaciones

1. Se amplió el rango de edad establecido al inicio de la investigación de 15-18 años a 13-19 años, debido a inconvenientes no controlables.
2. Dificultades de apertura y apoyo por parte de algunos estudiantes hacia la investigación:
 - Falta de datos (datos en blanco).
 - Oposición ante la participación en la investigación.
 - Respuestas incoherentes ante algunas preguntas.
3. Ausencia de rangos en las puntuaciones globales del Test de Adicción a las redes sociales que permitan diagnosticar una adicción a la misma, ya que el análisis y diagnóstico se realiza a través de valores establecidos en percentiles.
4. El tamaño de la muestra impide la generalización de los resultados.

4.2. Recomendaciones

1. Coordinar con el equipo profesional de la institución para establecer un plan psicoeducativo enfocado en los estudiantes (charla, taller) sobre información fundamental de las Redes sociales e Internet, dedicando énfasis en el uso adecuado y las posibles consecuencias al realizar un abuso de los mismo, logrando así concientizar a los estudiantes sobre estas temáticas.
2. A través del área de Orientación Vocacional incluir a los padres de familia a que incentiven en sus hijos el desarrollo de la comunicación cara a cara, mejorando así la comunicación y el diálogo en la propia familia; además de la realización de hábitos saludables como el deporte, la lectura, etc. Es importante que los padres limitar el uso de aparatos y pacten con sus hijos las horas de uso del ordenador, además que conjuntamente con los educadores estimulen las actividades en equipo y la realización de actividades grupales.

BIBLIOGRAFÍA

Aboujaoude, E., Koran, L. M., Gamel, N., Large, M. D. y Serpe, R. T. (2006). Potential markers for problematic internet use: a telephone survey of 2,513 adults. *CNS Spectrum*, 11, 750-755.

Álvarez, M., Moreno, A., & Granados, B. (2011). Adicciones psicológicas: perspectiva psicosomática.

Boubeta, R., Ferreiro, G., Salgado, G., & Couto, B. (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 15(1), 25-38.

Castellana, M., Sánchez, x., Graner, C. y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y video juegos. *Papeles del Psicólogo*, 28, 196-204.

Charlton, J. P. y Danforth, I. D. W. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23, 1531-1548

Crespo, A. (2012). La tecnología y los jóvenes. Quito: *Universidad Tecnológica Indoamérica. Primera edición. ISBN: 978-9942-11-686-4*

Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., Wasserman, D. (2012). Prevalence of pathological Internet use among adolescents in Europe: Demographic and social factors. *Addiction*, 107, 2210-2222. doi:10.1111/j.1360-0443.2012.03946.x

Echeburúa, E. & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2) 91-95. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>

Echeburúa, E. (1999). ¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet. Bilbao: Desclee de Brower.

Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Clínica y Salud*, 5, 251-258.

Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.

Espinosa, I. M., & Gómez, P. S. (2006). Ocupaciones de tiempo libre: Una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, (6), Pág-39

García del Castillo, A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y drogas*, 13(1) 5-13. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83928046001>

Generaciones Interactivas. (27 de Julio de 2011). Presentando el Primer estudio de Generaciones Interactivas en el Ecuador. Recuperado el 12 de Noviembre de 2011, de <http://www.generacionesinteractivas.org/es/noticias/presentado-el-primer-estudio-de-la-generacion-interactiva-en-ecuador-76-es>

Goldini, C. (2010). Adicción al Internet y el DSM-5. Recuperado el 13 de Marzo de 2012, de <http://blog.goldini.com/2015/11/16/adiccion-a-internet-y-el-dsm5.aspx>

Greenfield, D.N. (1999a): *Virtual Addiction: Help for Netheads, Cyber Freaks and Those who love them*. Oakland: New Harbinger Publications.

Griffiths, M.D. (1997): *Tecnological addictions: looking for the future*. Artículo presentado en la 105th Anual Convention of de APA, Chicago, Illinois.

Griffiths, M.D. (1998). Internet addiction: Does it really exist? En J. Gackenbach (Ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications* (pp 61-75). New York: Academic Press.

Illescas, L., (2014). Análisis correlacional entre tipos de personalidad y niveles de adicción a redes sociales de la Unidad Educativa Experimental Santana, del Décimo de Básica y Primero de Bachillerato del año lectivo 2013-2014. Tesis de pregrado. *Universidad del Azuay*, Cuenca.

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, Encuesta de Condiciones de Vida-Quinta Ronda, (2005-2006), *Folleto de Indicadores Sociales, Hábitos y prácticas de la población de 12 años y más*. Disponible en: www.inec.gov.ec/c/document_library/get_file?folderId=80249&name=DLFE-4009.pdf - Consultado [Febrero 1/2016]

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, *Uso del tiempo en Ecuador*, Marzo (2012). Disponible en: http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Usos_Tiempo/Presentacion_%20Principales_Resultados.pdf

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2011). *Reporte anual de estadísticas sobre tecnología de la información y comunicaciones TIC`s*. Quito

Instituto Nacional de Estadísticas, (2012). *Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo, Ecuador*. Recuperado de www.inec.gob.ec

Jerves, M., & et, a. (2011). Estado del arte de la educación sexual en adolescentes. Cuenca-Ecuador: VLIR-IUC - *Universidad de Cuenca*.

Johansson, A. y Götestam, K. G. (2004). Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years). *Scandinavian Journal of Psychology*, 45, 223-229

Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopahyay, T. & Scherlis, W. (1998): Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53 (9), 1017-1031.

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

López, L. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2, 22-52.

López, N. M. (2000). La Adicción a Internet. Retrieved September, 2, 2011.

Madrid, R. I. (2000). La adicción a Internet. *Psicología Online*. Recuperado de <http://www.psicología-online.com/colaboradores/nacho/ainternet.htm>

Mujica, J. (2010). Redes sociales: historia, oportunidades y retos. In *Forum Libertas*. Recuperado de: <http://www.forumlibertas.com/frontend/forumlibertas/noticia.php>.

Muñoz-Rivas, M., J., Fernández, L. y Gámez-Guadiz, M. (2010). Analysis of the indicators of pathological Internet use in Spanish university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 13, 697-70.

Puerta-Cortés, D. X., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2012). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión en español del Internet Addiction Test. *Trastornos adictivos*, 14(4), 99-104.

Rivera, D., (2012). Socialización de los adolescentes a través de las redes sociales. Cuenca: *Universidad de Cuenca*. Retrieved september 21, 2015, from <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/2275>

Rodríguez, A & Fernández, A., (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta colombiana de psicología*, 17(1), 131-140. Retrieved september 21, 2015, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=s0123-

Rosell, C., Sánchez, X., Jordana, G., & Fargues, B. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del psicólogo*, 28(3), 196-204.

Sánchez, A., y Martin, A. (2011). Informe Generación 2.0 2011. Hábitos de uso de las redes sociales en los adolescentes de España y América Latina. Recuperado el 18 noviembre del 2015, de: [http://www.slideshare.net/ucjc/generacin-20-2011-hbi-tos-de-usos-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-de- espaa-y-amrica-latina](http://www.slideshare.net/ucjc/generacin-20-2011-hbi-tos-de-usos-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-de-espaa-y-amrica-latina)

Sánchez, M., García, S., Rodríguez, M., & Sanz, P. (2015). ¿Qué significa ser activo en una sociedad sedentaria? Paradojas de los estilos de vida y el ocio en la juventud española. *Empiria. Revista de metodología de ciencias sociales*, (30), 77-108.

Sánchez, X., Fargues, B., Rosell, C., Luser, C., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno?. *Adicciones: Revista de sociodrogalcohol*, 20(2), 149-159.

Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Artículo presentado en la 104th annual meeting of the *American Psychological Association*, August 11, 1996. Toronto, Canada.

Young, K. S. (1999). Internet Addiction: symptoms, evaluation and treatment. En VandeCreek, L. & Jackson, T. (Eds.). *Innovations in clinical practice: a source book*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.

ANEXOS

ANEXO 1: PROTOCOLO DE TRABAJO DE TITULACIÓN

ESQUEMA DE TESIS

USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES
DE 15 A 18 AÑOS

1 DATOS GENERALES

1.1 **Nombre del estudiante:** Ulloa Masache Estefanía Jhoselyn

1.1.1 Código: 60832

1.1.2 Contacto: 3040043, 0985973375, Mail: stefany.ullo@hotmail.com

1.2 **Director sugerido:** Peña Contreras Eva, Master en Psicoterapia

1.2.1 Contacto: 0998494242, Mail: epena@uazuay.edu.ec

1.3 **Tribunal Designado:**

1.4 **Aprobación:**

1.5. **Línea de investigación de la carrera:** esta investigación se desarrolla a partir de la Psicología del Desarrollo (Psicopatología del niño y del adolescente), Psicología Social

1.5.1. Código UNESCO

6102 Psicología del niño y del adolescente

01 Psicología evolutiva

99 Otras (tiempo libre)

1.5.2. Tipo de trabajo

Esta investigación es un estudio prospectivo, transversal, descriptivo y mixto (cuantitativo y cualitativo), basado en la teoría Psicología del Desarrollo, (Psicopatología del

niño y del adolescente) y la Psicología Social a desarrollarse en los alumnos de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”.

El estudio a realizarse corresponde al ámbito de investigación científica, porque intenta conocer el uso que los adolescentes dan a su tiempo libre y cuanto de este lo dedican a permanecer conectados a las redes sociales y el Internet, y si presentan adicción a alguna de estas, mediante la utilización de tres instrumentos validados: una encuesta sobre el uso que dan al tiempo libre, el Test ARS (Adicción a Redes Sociales) y el IAT (Internet Adiction Test).

1.6 Área de estudio

- Psicopatología del Niño y del Adolescente
- Psicología Del Desarrollo
- Psicología Social

La principal área de estudio de esta investigación es la perteneciente al tiempo libre de los adolescentes entre 15 a 18 años, además el tiempo que permanecen conectados a Internet y a las redes sociales, de la Comunidad Educativa Bilingüe “Israel”.

1.7 Título propuesto

“Uso del tiempo libre y adicciones a las redes sociales en adolescentes entre 15 a 18 años.”

1.8 Subtítulo: estudio a realizarse en la Comunidad Educativa Bilingüe “Israel”, durante el periodo 2015-2016, en los estudiantes de cuarto hasta sexto de Bachillerato.

1.9 Estado del proyecto:

La presente investigación a realizarse corresponde a la réplica de un trabajo realizado en la Universidad de Cuenca por Ana Loja en el año 2015 a las alumnas de la Unidad Educativa “Luisa de Jesús Cordero”, que se encontraban cursando el nivel de Bachillerato.

Es importante mencionar que se han realizado pocos estudios sobre este tema en nuestro país, Ecuador, una investigación a la cual considero relevante mencionar es la desarrollada por la Sta. Liliana Illescas de la Universidad del Azuay, cuyos resultados revelan que el 26% de la población adolescente presenta abuso y el 66% adicción o dependencia a las redes sociales, motivo por el cual este estudio es interesante ya que brindara y completara información nueva respecto a esta problemática. (Illescas, 2014)

2 CONTENIDO

2.1 Motivación de la investigación

La principal motivación que me impulso a realizar esta investigación fue al observar en la vida cotidiana a las personas que me rodean; darme cuenta que los niños, adolescentes, adultos y adultos mayores hacen uso del Internet y las redes sociales para cumplir varias finalidades como: distraimiento (juegos online), ocio, investigación educativa y socializar, desplazando estas a un plano secundario a las actividades corporales (físicas) realizadas en los años previos. Es evidente la realización de este comportamiento en la población en general ya que las personas la utilizan al encontrarse en una reunión, entre amigos, en familia, en la escuela, parques e incluso en una fiesta, recibiendo llamados de atención por parte de las demás personas al sentirse desplazadas debido al uso excesivo de esta herramienta.

Esta situación me permitió reflexionar y tomar consciencia sobre la utilización que realizan los adolescentes de su tiempo libre y del uso de las redes sociales, logrando así con esta investigación determinar si esto produce una afectación en su vida diaria; para promover a futuro programas de intervención enfocados en este tema.

2.2 Problemática

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la adultez con cambios madurativos de orden fisiológico, cognitivo, afectivo y psicosocial, factores que la predisponen al desarrollo de problemáticas de carácter psicopatológico. (Rodríguez & Fernández, 2014)

Es importante mencionar que la adolescencia es una etapa difícil debido a los cambios constantes que sufre el adolescente, por ello es importante guiar adecuadamente a los mismos para que dediquen esta etapa de su vida a la realización de actividades productivas ya que cuentan con una gran cantidad de “tiempo libre”. En el estudio de socialización de los adolescentes a través de las redes sociales virtuales menciona que el uso de las redes sociales en los adolescentes de nuestro país alcanza un 70% según el informe de Generaciones Interactivas. (Rivera, 2012).

Varios autores Kaltiala-Heino, Lintonen y Rimpelä, (2004); Kandell, (1998); Kuss, Van Rooij, Shorter, Griffiths y Van de Mheen, (2013) “coinciden en perfilar a la adolescencia como un período de gran vulnerabilidad de cara al desarrollo de una posible adicción a Internet (AI)”. (Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, 2015, p 28)

Sin negar los beneficios que la red reporta, también conviene alertar de los peligros riesgos subyacentes, entre los que se encuentran: el sexting, el cyberbullying o el grooming; además del acceso a contenidos inapropiados, la pérdida de privacidad o incluso la adicción a Internet. (Boubeta, Ferreiro, Salgado, & Couto, 2015)

La evidencia sobre consecuencias negativas relacionadas con el uso de Internet ha llevado a varios autores Echeburúa y cols., (1998); Griffiths, (1997); Young, (1996) a proponer la existencia de un desorden de adicción a Internet. (López, 2004)

Por ello es de vital importancia realizar una investigación profunda sobre estos temas, determinando así la existencia o no de esta patología en la actualidad en los adolescentes. Esto permitiría tomar medidas de prevención y contención contra la misma y desarrollar a posterior proyectos que intervengan en esta problemática; logrando así mejorar la salud mental y el bienestar de los adolescentes de nuestra sociedad.

2.3 Preguntas de investigación

- ¿Los adolescentes presentan adicción al Internet/Redes Sociales?
- ¿Cuál es la principal actividad que realizan los adolescentes en su tiempo libre?
- ¿Cuántas horas de su tiempo libre invierten los adolescentes para conectarse al Internet/Redes Sociales?
- ¿Cuáles son las principales actividades que realizan los jóvenes en Internet?
- ¿Las variables de edad y sexo influyen en el uso del Internet/Redes Sociales?

2.4 Resumen

El objetivo de esta investigación es determinar el uso que los adolescentes de la Comunidad Educativa Bilingüe “Israel” dan a su tiempo libre y cuanto de este lo dedican a permanecer conectados a las redes sociales y a Internet, además si presentan adicción a alguna de estas.

Esta investigación es de tipo prospectivo, transversal, descriptivo y mixto (cuantitativo y cualitativo), en el cual participaran aproximadamente una muestra de 100 alumnos, cuyas edades se encuentran entre los 15 a 18 años. Se aplicara una encuesta sobre el uso que dan al tiempo libre, el test IAT (Internet Adiction Test) y el test ARS (Adicción a Redes Sociales)

Se realizara el análisis de los resultados y una correlación entre las variables.

Palabras clave: Adolescentes, tiempo libre, adicción, redes sociales, internet.

2.5 Estado del Arte y Marco Teórico

La adolescencia es un periodo entre los 12 y 20 años aproximadamente, en la cual se producen cambios físicos, psicológicos y sociales que el hasta entonces niño experimenta antes de convertirse en un adulto. (Rivera, 2012).

En la etapa de la adolescencia los adolescentes disfrutan de varias situaciones como la gran cantidad de tiempo libre por ello es importante tratar estos temas, ya que debemos conocer cuál es la utilización que ellos dan a este tiempo y así poder guiarlos e incentivarlos a la realización de actividades adecuadas que beneficien su desarrollo y crecimiento personal. Según Espinosa, & Gómez, (2006) el tiempo libre son “actividades no obligatorias, motivadas intrínsecamente y en las que la persona se involucra durante un tiempo discreto, esto es, un tiempo no destinado a ocupaciones obligatorias...” (pàrr. 19)

Además en esta etapa existe una potencialización de sus habilidades sociales, llevando a los jóvenes a desarrollarlas de distinta manera, en algunos casos a través de la utilización de las redes sociales que “actúan como puntos de encuentro donde es posible acceder a información, compartir impresiones, consultar archivos y recursos disponibles a tiempo real” (Nass, 2011, p 133)

En la actualidad las dos principales actividades de ocio y tiempo libre que practican los grupos de población más jóvenes (de 18 a 34 años) son ver la televisión (65%) y usar Internet (58%). Según INJUVE, (2008) el ocio digital prevalece ante otras formas de expresión cultural y uso del tiempo libre (Sánchez, García, Rodríguez & Sanz, 2015)

Durante el siglo XX se ha producido un cambio relacionado con las conductas adictivas debido a que ha ocasionado un gran impacto las llamadas adicciones no químicas o sin sustancia, también denominadas adicciones psicológicas. (Álvarez, Moreno & Granados, 2011).

La adicción a Internet puede considerarse una adicción específicamente psicológica. (López, 2004)

Según la Superintendencia de Telecomunicaciones y Microsoft Advertising en Ecuador, actualmente cerca del 17 % de ecuatorianos está online. La conexión en promedio es de 7,5 veces por semana. (Alcázar, 2012).

En el estudio de Boubeta, Ferreiro, Salgado & Couto, (2015) también se evidencia una variación en sus estadísticas mencionando que el 26,6% (1 de cada 4 adolescentes de 11 a 17 años) realiza un uso problemático o poco saludable de la Red.

Rodríguez & Fernández, (2014) exponen cuatro variables con valor predictivo del tiempo de uso de Internet: la conducta agresiva, el tiempo que los adolescentes permanecen solos en casa, las cualidades de los adolescentes y la insatisfacción social de los menores.

El proceso de adicción conlleva una alta vulnerabilidad psicológica Echeburúa y Corral, (2010) que se traduce en déficits de personalidad déficits en las relaciones interpersonales, déficits cognitivos y otras alteraciones psicopatológicas. (García del Castillo, 2013)

Desde mi punto de vista considero importante mencionar al “tiempo libre” como una variable significativa para el desarrollo de la adicción a Internet ya que es la población ecuatoriana adolescente (5 a 11 y 12 a 19 años) y las personas de la tercera edad (de 65 y más años) las que tienen más tiempo libre, pudiendo utilizarlo en el uso inapropiado de Internet/redes sociales. (Instituto Nacional de Estadísticas, 2012).

Según López, (2004):

El trastorno de dependencia de la red se ha conocido con muchos nombres: desorden de adicción a Internet –Internet Addiction Disorder (IAD)- (Goldberg, 1995), uso compulsivo

de Internet (Morahan-Martin y Schumacker, 1997), o uso patológico de Internet – Pathological Internet Use (PIU)- (Young y Rodgers, 1998).

León (1998) considera la adicción como una “dependencia, a una sustancia o actividad, de tal intensidad que altera el habitual funcionamiento fisiológico, psicológico y comportamental de la persona”. (Álvarez, Moreno & Granados, 2011).

Griffiths, (1997) entiende por adicciones tecnológicas aquellas que involucran la interacción hombre-máquina, y las divide entre pasivas y activas. (Rosell, Sánchez, Jordana, & Fargues, 2007).

Los riesgos más importantes del abuso de las TIC son, además de la adicción, el acceso a contenidos inapropiados, el acoso o la pérdida de intimidad. En las redes se puede acceder a contenidos pornográficos o violentos, racistas, proclives a la anorexia, incitadores al suicidio o a la comisión de delito. (Echeburúa & De Corral, 2010).

Katz y Aspden, (1997) (citado en Illescas, 2014, p 22) afirman que “Internet y las TIC están causando que los usuarios se aíslen socialmente porque permanecen la mayoría del tiempo en sus ordenadores, o han comenzado a comunicarse con personas extrañas en un medio social en donde no existe un contacto físico.”

En el año 2010, Echeburúa & Corral, refieren que en las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) se corre el riesgo de crear una identidad ficticia, se crea una confusión entre lo íntimo, lo privado y lo público y se promueven conductas histriónicas y narcisistas. Según Danko, (1983) (citado en Illescas, 2014) las TIC estarían reduciendo el tiempo de compartir en familia.

Otras de las consecuencias son que se limitan las formas de diversión a una sola, se reducen las relaciones sociales y aumenta el aislamiento social. Se puede llegar a descuidar el cuidado de los hijos. Y en algunas ocasiones produce discusiones y problemas de pareja,

debido al tiempo que se permanece conectado, a la reducción de otras actividades. (Sánchez, Fargues, Rosell, Lusaar & Oberst, 2008).

Después del análisis de las diversas investigaciones que exponen las consecuencias negativas del uso inadecuado de Internet, se considera importante la revisión de estos temas ya que su afectación en la vida de los adolescentes es evidente, desestabilizando todas las áreas de su vida.

Sin embargo es importante reconocer lo que menciona el autor Mujica, (2010) las redes sociales en particular, son éticamente neutras, se convierten en lo que el hombre decide. En esta reflexión se resalta el factor libertad humana, haciendo referencia el excesivo poder y valor que le damos los seres humanos a estas actividades llegando incluso a ocasionarnos problemáticas en nuestra vida diaria.

Es necesario que aprendamos e investiguemos sobre como el mal uso del tiempo libre y la errónea utilización de las redes sociales, ya que esto puede tener un impacto y consecuencias negativas sobre las personas además de la posibilidad de desarrollarse una adicción. Con esta investigación se pretende prevenir las consecuencias negativas psicológicas, a nivel personal y social ocasionadas por la realización de esta actividad en forma inadecuada por parte de los adolescentes.

2.6 Objetivo General

- Uso del tiempo libre y adicción a las redes sociales en adolescentes de 15 a 18 años

2.7 Objetivos específicos

- Identificar el uso que los adolescentes dan a su tiempo libre
- Identificar la prevalencia de adicción a Internet y redes sociales
- Analizar los resultados obtenidos y su relación

2.8 Metodología

Tipo de estudio

Esta investigación es un estudio prospectivo, transversal, descriptivo y mixto (cuantitativo y cualitativo), que trata de conocer las actividades que realizan los adolescentes, de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, en su tiempo libre y cuantas horas dedican al uso de Internet y redes sociales

Población

La población estará constituida por los adolescentes de 15 a 18 años correspondientes desde el cuarto hasta el sexto de Bachillerato de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel” (100 alumno).

Criterios de inclusión y exclusión

Dentro de los criterios de inclusión están:

- Adolescentes de sexo masculino y femenino
- Adolescentes cuyas edades estén comprendidas dentro de 15 a 18 años
- Aceptación voluntaria por parte del adolescente y su representante a participar en esta investigación, contando con la firma de autorización del consentimiento informado.
- Adolescentes alfabetizados

Criterios de exclusión:

- Los adolescentes que no se encuentren dentro de la edad establecida (15-18 años)
- Adolescentes con alteración o deterioro de los procesos cognitivos
- Adolescentes que presenten dificultades en la comunicación (oral, escrita)
- Adolescentes que se nieguen a participar en la investigación y cuyos representantes no accedieron a firmar el consentimiento informado

Instrumentos

Los instrumentos a utilizarse en esta investigación son:

Un cuestionario autoaplicable (realizado por Ana Loja en el 2015) que consta de 11 preguntas, el cual permite obtener información sobre la percepción que tienen los adolescentes sobre el uso que le dan a su tiempo libre y cuanto de este invierten en permanecer conectados a Internet/redes sociales

El test de Adicción a las Redes Sociales (ARS), desarrollado por Edwin Salas y Miguel Mayaute, en la ciudad de Lima con la finalidad de realizar el diagnóstico de adicciones a las redes sociales. Es un cuestionario de tipo Likert el cual utiliza un sistema de calificación de 5 puntos (de 0 a 4) tomando en cuenta la frecuencia desde «nunca» hasta «siempre»; está conformado por 3 factores o dimensiones latentes: A) Obsesión por las redes sociales. B) Falta de control personal en el uso de las redes sociales. C) Uso excesivo. (Blas & Mayaute, 2014)

El test de Adicción a Internet desarrollado por el Dr. Kimberly Young, en su versión ingles pero el objeto de este estudio se utilizó la traducción al español por parte de D. X. Puerta-Cortes, X. Carbonell y A. Chamarro. Este instrumento está conformado por 20 ítems que permiten detectar una adicción moderada hasta severa a Internet. Cuyos valores van desde; 20 a 49 puntos. Este test asegura fiabilidad y viabilidad.

Método

Se realizara el estudio en los alumnos de la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel” (100 alumnos), durante el periodo comprendido entre el año 2015-2016. La muestra estará conformada por aquellos alumnos que acepten su participación en el estudio mediante la firma del consentimiento informado, además de cumplir los criterios de inclusión y no contar con ninguno de los criterios de exclusión.

Los alumnos serán divididos en grupos, en base a su curso y paralelo. Se aplicara el cuestionario autoaplicable, el Test de Adicción al Internet (IAT) y el Test de Adicción a las Redes Sociales (ARS)

Una vez obtenidos los puntajes de ambos test se correlacionaran, además se llevara a cabo la comparación entre los mismos. Posteriormente se realizara un análisis estadístico para observar la distribución de las variables de interés; así mismo para obtener las relaciones entre grupos, estos datos se analizaran en el paquete estadístico SPSS.

2.9 Alcance y resultados esperados

El presente estudio pretende determinar en que invierten su tiempo libre los adolescentes y si existe una Adicción al uso de Internet y las Redes Sociales, mediante la obtención de datos estadísticos que fundamentes los resultados de la investigación. Esto a posterior servirá como una motivación para futuros estudios, en los que se realicen programas de intervención orientados hacia esta problemática, mejorando así la calidad de vida de las adolescentes.

2.10 Supuestos y riesgos

El presente estudio cuenta con ciertas limitaciones, como son el tamaño de la muestra lo que impide la generalización de los resultados, la deserción de los alumnos durante la investigación (rehusarse de participar) y el periodo de tiempo de recolección de la información.

En el caso de no existir el número suficientes de participantes necesarios para la realización de esta investigación, como una alternativa se podría trabajar en otros lugares donde exista la presencia de la juventud (parques).

2.11 Presupuesto

Rubro- Denominación	Costo USD	Justificación
Fotocopias	25,00	Aplicación de reactivos Psicométricos
Material de Oficina	10,00	Lápices, Borradores, Grapas, para la aplicación de los test
Transporte	5,00	Movilización
Análisis de datos SPSS	20,00	Realizar un análisis estadístico de las variables de interés.

2.12 Financiamiento

Esta investigación será autofinanciada por parte de la estudiante Estefanía Ulloa.

2.13 Esquema Tentativo

Capítulo 1: Adolescencia, Tiempo Libre

1.1. Adolescencia

1.1.1. Concepto

1.1.2. Modelos explicativos de la adolescencia

1.2. Tiempo Libre

1.2.1. Concepto

1.2.2. Tiempo libre de los adolescentes

Capítulo 2: Adicción, Internet, Redes Sociales

2.1. Adicción

2.1.1. Concepto

2.1.2. Modelos explicativos de la adicción

2.2. Internet

2.2.2 Definición

2.2.2 Adicción a Internet

2.2.2.1 Definición

2.2.2.2 Factores predisponentes a la Adicción a Internet

2.2.2.3 Modelos explicativos de la adicción a internet

2.2.2.4 Criterios de Diagnostico de Adicción a Internet

2.2.2.5 Estudios/Investigaciones realizados

2.2.2.6 Intervenciones Psicológicas/ Tratamiento

2.3. Redes Sociales

2.3.1 Definición

2.3.2 Función de las redes sociales

Capítulo 3: Metodología

3.1. Tipo de investigación

3.2. Población y muestra

3.3 Criterios de inclusión y exclusión

3.4. Instrumentos Utilizados

3.4.1 Encuesta sobre el uso del tiempo libre en adolescentes

3.4.2 Test de Adicción al Internet (IAT)

3.4.3 Test de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Capítulo 4: Resultados

4. 1 Resultados

Capítulo 5: Conclusiones y Recomendaciones finales

2.14 Cronograma

Objetivo específico	Actividad	Resultado Esperado	Tiempo (semanas)
Elaboración de los capítulos	Investigar información y revisar bibliografía	Obtener información valida y actualizada sobre el tema propuesto	10 semanas
Determinar cuáles son las principales actividades que realizan los adolescentes en su tiempo libre, y conocer cuánto de su tiempo libre lo invierten en el uso del internet y las redes sociales.	Aplicación de la encuesta sobre el uso del tiempo libre en adolescentes	Conocer cuáles son las actividades que realizan los adolescentes en su tiempo libre. Identificar las horas que se conectan a Internet/Redes Sociales	4 semanas
Conocer si los adolescentes presentan una adicción a Internet o a las redes sociales	Aplicar el Test IAT Aplicar el Test ARS	Obtener información sobre la existencia o no de la adicción al Internet/Red Social	4 semanas
Relacionar los resultados del uso del tiempo libre y las adicciones al Internet/Redes Sociales	Análisis de la información	Correlación entre las horas de tiempo libre y el uso del Internet/Redes Sociales	10 semanas

2.14 Referencias

Alcázar, J. (2012). ¿Qué hacen los ecuatorianos en Internet.?. Recuperado el 8 de Octubre del 2015. Obtenido de www.formaciongeneral.com

Álvarez, M., Moreno, A., & Granados, B. (2011). Adicciones psicológicas: perspectiva psicosomática.

Blas, S., & Mayaute, E. (2014) construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales, construction and validation of the social network addiction questionnaire (ARS).

Boubeta, R., Ferreiro, G., Salgado, G., & Couto, B. (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 15(1), 25-38.

Echeburúa, E. & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2) 91-95. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>

García del Castillo, A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y drogas*, 13(1) 5-13. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83928046001>

Illescas, L., (2014). Análisis correlacional entre tipos de personalidad y niveles de adicción a redes sociales de la Unidad Educativa Experimental Santana, del Décimo de Básica y Primero de Bachillerato del año lectivo 2013-2014. Tesis de pregrado. *Universidad del Azuay*, Cuenca.

Instituto Nacional de Estadísticas, (2012). *Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo, Ecuador*. Recuperado de www.inec.gob.ec

López, L. (2004). Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2, 22-52.

Mujica, J. (2010). Redes sociales: historia, oportunidades y retos. In *Forum Libertas*. Recuperado de: <http://www.forumlibertas.com/frontend/forumlibertas/noticia.php>.

Nass, I. (2011) Las redes sociales. *Rev. venez. oncol.* [online]., vol.23, n.3 [citado 2015-09-21], pp. 133-133. Disponible en: <http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-05822011000300001&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0798-0582.

Rivera, D., (2012). Socialización de los adolescentes a través de las redes sociales. Cuenca: *Universidad de Cuenca*. Retrieved september 21, 2015, from <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/2275>

Rodríguez, A & Fernández, A., (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta colombiana de psicología*, 17(1), 131-140. Retrieved september 21, 2015, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=s0123-91552014000100013&lng=en&tlng=es.

Rosell, C., Sánchez, X., Jordana, G., & Fargues, B. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del psicólogo*, 28(3), 196-204.

Sánchez, M., García, S., Rodríguez, M., & Sanz, P. (2015). ¿Qué significa ser activo en una sociedad sedentaria? Paradojas de los estilos de vida y el ocio en la juventud española. *Empiria. Revista de metodología de ciencias sociales*, (30), 77-108.

Sánchez, X., Fargues, B., Rosell, C., Lusa, C., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno?. *Adicciones: Revista de sociodrogalcohol*, 20(2), 149-159.

ANEXO 2: OFICIO CAMBIO DE TEMA DE TESIS

Oficio No.086-16-FF-UDA
Santa Ana de los Ríos de Cuenca, 7 de marzo de 2016

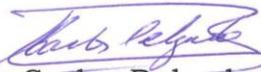
Mg. Eva Peña Contreras
Mg. María Fernanda Coello N.
Mg. Alberto Astudillo P.
Ciudad.

De mi consideración:

El Consejo de Facultad de Filosofía, en sesión del día 3 de marzo del año en curso, acogió el informe de la Junta Académica de la Escuela de Psicología Clínica y aprobó la modificación del Tema de Tesis: "USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE 15 A 18 AÑOS" por "**USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE 13 A 19 AÑOS**", de la estudiante: Estefanía Jhoselyn Ulloa Masache.

Particular que pongo a su conocimiento para los fines pertinentes.

Atentamente,



Mst. Carlos Delgado Álvarez
Decano de la Facultad de Filosofía

c.c.: Estudiante (s)
Junta Académica PCI.

ANEXO 3: OFICIO UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE CRISTIANA “ISRAEL”

Cuenca, 19 de octubre del 2015

Dra.

Emma Nieto Loyola

DIRECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE CRISTIANA “ISRAEL”

Presente.-

Yo, Estefanía Jhoselyn Ulloa Masache, estudiante egresada de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad del Azuay por medio del presente le expreso un cordial y respetuoso saludo, a la vez me permito solicitar comedidamente se me conceda el respectivo permiso para realizar la investigación sobre mi Proyecto de Tesis en su prestigiosa institución la Unidad Educativa CEBCI, con la finalidad de obtener información que me permitirá consolidar mi trabajo de investigación, ya que su institución ha brindado a los estudiantes la oportunidad de desarrollar los aprendizajes adquiridos, además es uno de los lugares donde los mismos desarrollan su intelecto y capacidad socializadora.

Por ello considero oportuno aplicar la investigación relacionada al “Uso del tiempo libre y adición a las redes sociales en adolescentes de 15 a 18 años”, durante el periodo 2015-2016. Este estudio contribuirá e impactará positivamente en su establecimiento al obtener los datos reales y demostrar la preocupación de directivos y docentes sobre la utilización del tiempo libre de la niñez y juventud que aquí se educa.

Esperando que mi petición sea favorablemente aceptada, me despido reiterándole mis sentimientos de estima personal.

Atentamente:

Estefanía Ulloa Masache
ALUMNA DEL 10 CICLO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA “B”
Cel: 0985973375

ANEXO 4: CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

USO DEL TIEMPO LIBRE Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE 15 A 18 AÑOS

Descripción

Entiendo que la señorita Estefanía Ulloa egresada de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad del Azuay, realizará una investigación, previa a la obtención de su título como Psicóloga Clínica, en la Comunidad Educativa Bilingüe Cristiana “Israel”, contando con la debida aprobación de la rectora Emma Nieto Loyola.

El objetivo de la investigación es conocer el uso que los adolescentes, en la actualidad, dan a su tiempo libre y cuanto de este lo invierten en permanecer conectados a Internet/Redes sociales.

Para lo cual mi aporte será brindar información, respondiendo con sinceridad a los cuestionarios que se me aplicarán.

Confidencialidad y privacidad

Toda la información obtenida en este estudio es completamente confidencial.

Otras consideraciones

Los alumnos que participen en esta investigación tendrán el permiso respectivo de las autoridades, por lo que no se considera un riesgo en su rendimiento académico.

Si se produce cambios significativos en este estudio la investigadora me informará sobre los mismos cuando me presente este consentimiento.

Consentimiento Voluntario del Participante

He leído el documento precedente del consentimiento, o me lo han leído, y entiendo completamente el contenido de este documento y consiento voluntariamente participar.

Todas mis preguntas referentes a la investigación han sido contestadas. Acuerdo por este medio participar en este estudio de investigación. Si tengo cualquier pregunta en el futuro, sobre este estudio, serán contestadas por la investigadora antes mencionada.

Recibiré una copia de este documento. Este consentimiento termina una vez que se haya finalizado este estudio.

Firma del Participante:

Firma del Representante:.....

CUESTIONARIO USO DEL TIEMPO LIBRE

N° _____

DATOS INFORMATIVOS

INSTITUCIÓN: _____

SEXO: F M **EDAD:** _____ **CURSO:** _____

La presente encuesta tiene como objetivo conocer el uso que los adolescentes dan a su tiempo libre y al internet. Por tal motivo, solicitamos su colaboración para que responda a este cuestionario con la mayor sinceridad posible. Le aseguramos total anonimato a los datos que ustedes nos proporcionen en la presente encuesta.
Muchas gracias por su colaboración

INSTRUCCIONES

Lea detenidamente cada una de las preguntas y contéstelas según corresponda.

1. ¿Usted considera que el uso que le da a su tiempo libre es?

Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Excelente
1	2	3	4	5

¿Por qué?: _____

2. ¿Qué actividad considera que debería hacer más, dejar de hacer, o hacer menos en su tiempo libre?

3. ¿Considera usted importante usar su tiempo libre en actividades tales como: lectura, realizar tareas escolares, practicar un deporte, compartir tiempo con la familia?

Si No

¿Por qué?: _____

Lo hace No

¿Por qué?: _____

4. ¿Cuál es la actividad que usted realiza con más frecuencia en su tiempo libre?

Practicar algún deporte Video juegos Salir con amigos
Escuchar música Leer Revisar redes sociales

Visitar páginas de internet

Otras ¿Cuáles?: _____

5. Cuando navega por internet: ¿Qué es lo que frecuentemente realiza?

Revisar redes sociales (facebook, twitter, whatsapp, hi5, instagram, line, etc)

Buscar información

Otras: _____

6. Al regresar del colegio ¿Cuánto tiempo dedica a actividades escolares

obligatorias? (realizar/investigar deberes, estudiar para una prueba, etc)

1 a 3 horas

3 a 5 horas

5 o más

7. ¿Cuál de las siguientes actividades realiza además de hacer tus deberes escolares?

Reforzar lo aprendido repasando

Actividades extracurriculares (deporte, baile, pintura, etc)

Revisar redes sociales

Dormir

Ayudar en casa

Visitar páginas de internet

Otras: _____

8. ¿Cuánto de su tiempo libre dedica usted a permanecer conectado a sus redes

sociales? (facebook, whatsapp, hi5, twitter, instagram, line, etc)

Menos de 1 hora

Más de 1 hora

Más de 3 horas

Más de 5 horas

Reviso todo el día

9. De lunes a viernes: ¿Cuánto tiempo usted invierte en permanecer conectado y revisar páginas de internet?

Menos de 1 hora

Más de 1 hora

Más de 3 horas

Más de 5 horas

Reviso todo el día

Durante los fines de semana

10. Durante los fines de semana: ¿Cuánto tiempo usted invierte en permanecer conectado y revisar páginas de internet?

Menos de 1 hora Más de 1 hora Más de 3 horas

Más de 5 horas Reviso todo el día

11. Durante los fines de semana: ¿Cuánto tiempo usted invierte en permanecer conectado a las Redes Sociales? (facebook, whatsapp, hi5, twitter, instagram, etc)

Menos de 1 hora Más de 1 hora Más de 3 horas

Más de 5 horas Reviso todo el día

12. Al terminar su fin de semana, con frecuencia, siente que perdió su tiempo en vez de utilizarlo de una manera más productiva.

Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca	Casi Nunca
1	2	3	4	5

Por qué: _____

ANEXO 6: TEST DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Test de Adicción a las Redes Sociales

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, marque con una X en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piense o hace.

Siempre = S

Rara vez = RV

Casi siempre = CS

Nunca = N

Algunas veces = AV

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

