

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

Facultad de Psicología  
Departamento de Psicología Básica



PREVENCIÓN DE ADICCIONES TECNOLÓGICAS EN ADOLESCENTES  
ARGENTINOS

TESIS DOCTORAL

*Presentada por:*

Maria A Fontemachi

*Dirigida por:*

Dr. Mariano Chóliz Montañés

Valencia, 2014



*A mi familia, director y participantes*



## AGRADECIMIENTOS

---

Son muchas las personas y los acontecimientos que impulsaron la culminación de este trabajo, tanto del ámbito familiar como profesional, por ello es muy difícil que los contenga a todos.

Quiero reconocer en lo familiar el aliento y la paciencia de mi amado esposo Eduardo, a mis padres, Juan Carlos y María Angélica, que con su ejemplo de esfuerzo, formaron mi carácter. A mis queridos hijos, Nicolás, psicólogo y Priscila, trabajadora social que compartieron esta investigación siendo parte del equipo de implementación del *Prev.Tec.3.1*. También a Leonardo, Virginia y José, que aportaron sus conocimientos, y a Ignacio, que igual que sus hermanos apoyaron esta capacitación con amor y alegría resignando compañía en pos de la culminación de este sueño.

Otro gran protagonista fue mi eximio profesor, investigador y Director de la presente, Mariano Choliz que confió en mí para este Proyecto y con su paciencia supo guiar mis pasos y enseñarme que es posible la intervención educativa respecto de las tecnologías. Con su generosidad dio la posibilidad de que en el país más austral de América, se conociera su trabajo y la importancia de la prevención de adicciones a los medios tecnológicos a través de sus cursos y de esta investigación, que es solo el comienzo de esta lucha por el bienestar y la independencia de niños, niñas y adolescentes.

Una mención especial se merecen las licenciadas Adriana Amarfil, Mariela Cabañas y Antonella Giugno, por el entusiasmo en aprender y ayudar a concretar el trabajo de campo y a los directivos y docentes de las escuelas que colaboraron, al igual que Mary Possamai.

A José Luis Alba Robles y a todos aquellos que me hicieron amar la criminología y creer en las posibilidades de cambio a través de programas educativos.

Para concluir, vaya todo mi reconocimiento a las autoridades de la Facultad de Psicología, del doctorado en Conducta Humana de la Universidad de Valencia que a pesar de las distancias hicieron posible mi formación y este logro fundamental en mi vida.

## INDICE

PORTADA .....	1
AGRADECIMIENTOS.....	5
INDICE.....	6
INDICE DE FIGURAS .....	11
INDICE DE TABLAS.....	12
RESUMEN .....	17
ABSTRACT .....	19
INTRODUCCION.....	21
I PARTE TEORICA.....	24
I ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	25
CAPITULO I: TECNOLOGÍA y SOCIEDAD.....	26
1. Introducción.....	26
2. Tecnología y sociedad .....	27
3. Las tecnologías, su uso global y en Argentina .....	28
4. Tecnología, políticas públicas y educación .....	35
5. Programa Conectar Igualdad en Argentina .....	36
6. Tecnología y sexualidad en la niñez y adolescencia .....	40
7. Investigaciones previas en Mendoza Argentina .....	43
CAPITULO II: ADICCIONES COMPORTAMENTALES.....	45
1. Introducción.....	45
2. Delimitación conceptual .....	46
3. Elementos y características.....	47
4. ¿Cuál es el ciclo que se observa en las adicciones psicológicas?.....	52
5. Modelos explicativos de las adicciones.....	53
6. Factores de riesgo y protección de las adicciones en general.....	56
7. Factores relacionados con la capacidad adictiva de las TICs.....	61
7.1. Factores de riesgos de las adicciones a las TICs .....	62
7.1.1. Asociados al entretenimiento y ocio.....	62
7.1.2. Asociados a la necesidad de información.....	62
7.1.3. Asociados a la necesidad de estar comunicados.....	63
7.2 Factores protectores frente a las adicciones tecnológicas .....	64
CAPITULO III: ADICCIÓN A LOS MEDIOS TECNOLÓGICOS: INTERNET, CELULAR, VIDEO JUEGO.....	66

1. Introducción.....	66
2. Adicción a Internet: delimitación de la problemática – características .....	67
2.1 Herramientas de Internet .....	70
2.2. Ventajas de Internet .....	73
2.3 Inconvenientes de Internet.....	75
2.4 ¿De qué estamos hablando cuando decimos: adicción a Internet?.....	77
2.5 Factores que estimulan la aparición de riesgos en Redes Sociales.....	79
2.5 Distintas posturas sobre tratamiento.....	81
3. Teléfono celular .....	85
3.1. Delimitación de la problemática.....	85
3.2. Conceptualización de la adicción al móvil .....	86
3.3. La adolescencia y el uso de celular .....	87
4. Video juegos.....	89
4.1. Delimitación de la problemática.....	89
4.2. Propiedades motivacionales de los videojuegos.....	89
4.3. Criterios para determinar la dependencia a video juegos .....	91
<b>CAPITULO IV: NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES. ADICCIONES Y EL ROL DE LAS FAMILIAS.....</b>	<b>92</b>
1. Realidades y adicciones.....	92
2. Conceptualización de la familia .....	93
4. Comunicación entre padre e hijos .....	98
5 Dinámicas de comunicación y conflicto familiar: factores de riesgo y protección.....	100
6. Adolescencia desarrollo cerebral y comportamiento: .....	102
7. Implicación de la familia en programas. Postura epistemológica y pedagógica didáctica .....	105
<b>CAPITULO V: VÍAS DE INTERVENCIÓN Y PREVENCIÓN.....</b>	<b>108</b>
1. Prevención primaria en el uso de las nuevas tecnologías .....	108
2. Uso desadaptado de las nuevas tecnología.....	109
3. Modelo ISA y las familias .....	110
4. Programas de intervención eficaz.....	111
<b>II PARTE EMPIRICA.....</b>	<b>114</b>
<b>ESTUDIO I Implementación del Programa de Prevención de Adicciones Tecnológicas PrevTec 3.1 en niños y adolescentes argentinos.....</b>	<b>115</b>
1. METODO .....	115
1.1. OBJETIVOS E HIPÓTESIS .....	115

1.1.1. <i>Objetivos específicos</i> .....	115
1.1.2 <i>Hipótesis</i> .....	115
1.2 DISEÑO Y PROCEDIMIENTO .....	116
1.3 PARTICIPANTES Y DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA.....	117
1.4. DESCRIPCIÓN DE LOS INSTRUMENTOS .....	119
1.5 ANÁLISIS DE DATOS .....	120
2. RESULTADOS .....	121
2.1. ADICCIÓN A INTERNET .....	121
2.1.1 <i>Patrón de uso de Internet</i> .....	121
a. Media y desviación típica .....	121
b. En función del sexo .....	121
c. En función de la edad.....	122
2.1.2 <i>Patrón de uso de redes sociales</i> .....	123
a. Media y desviación típica .....	123
b. En función del sexo .....	123
c. En función de la edad.....	123
d. Frecuencia de acceso en función del rendimiento académico.....	124
2.1.3 <i>Test de dependencia de Internet</i> .....	124
a. Análisis de fiabilidad .....	124
b. Análisis factorial.....	127
2.2. ADICCIÓN A CELULAR .....	133
2.2.1 Patrón de uso del celular: Estadísticos descriptivos .....	133
a). Posesión de celular: .....	133
b) Gasto mensual .....	134
c) Uso del celular.....	136
d) Apaga el celular de noche .....	137
e) Problemas con los padres en función de quien paga .....	137
2.2.2 <i>Test de dependencia al celular</i> .....	137
a) Análisis de fiabilidad.....	137
b) Análisis Factoriales .....	140
2.3. ADICCIÓN A VIDEOJUEGOS .....	145
2.3.1 Patrón de uso de videojuegos: estadísticos descriptivos .....	145
a) En función del sexo .....	145
b) En función de la edad .....	146

2.3.2 Tipo de videoconsola utilizada/ sin agrupar .....	146
a) En función del sexo .....	147
b) En función de la edad .....	147
2.3.3. Frecuencia semanal de juego en función del rendimiento académico.....	147
2.3.4 <i>Test de Dependencia de videojuegos</i> .....	148
a) Análisis de fiabilidad .....	148
b) Análisis factoriales .....	151
2.4. ANALISIS DEL IMPACTO DEL PROGRAMA <i>PREV TEC 3.1</i> .....	158
2.4.1 <i>Internet</i> .....	158
2.4.2 <i>Celular</i> .....	161
2.4.3 <i>Videojuegos</i> .....	165
2.4.4. Datos una vez aplicado el programa <i>PtrevTec 3.1</i> .....	168
ESTUDIO II INCLUSIÓN DE LA SESIÓN CON PADRES O REFERENTES FAMILIARES AL <i>PREVTEC 3.1</i> .....	169
1. Introducción.....	169
1. MÉTODO .....	170
1.1 OBJETIVOS.....	170
1.1.1. <i>Objetivos Específicos</i> .....	170
1.2 DISEÑO Y PROCEDIMIENTO .....	171
1.3. Participantes y descripción de la muestra.....	172
1.4 DESCRIPCIÓN DE LOS INSTRUMENTOS .....	172
1.5 ANÁLISIS DE DATOS .....	173
2. RESULTADOS .....	174
2.1 ANALISIS DESCRIPTIVO DE DATOS .....	174
2.1.1. Estudios de los padres .....	174
a) Nivel educativo del padre.....	174
b. Nivel socio educativo de la madre.....	175
2.1.2. Porcentaje de tecnología disponible .....	176
2.1.3. Porcentaje de respuestas positivas a preguntas del formulario.....	177
2.1.4 Tiempo promedio de juego entre semana y fin de semana (horas) .....	178
a) Distribución tiempo utilizado entre semana.....	178
b) Distribución tiempo utilizado fin de semana.....	179
3. CUESTIONARIO.....	180
3.1 ANÁLISIS DE FIABILIDAD.....	182
3.2 ANÁLISIS FACTORIALES .....	190

3.3 Resultados del Análisis del instrumento.....	193
3.3.1. Resultados más significativos del cuestionario para padres.....	194
1. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN.....	197
1.2. LIMITACIONES DEL ESTUDIO Y PERSPECTIVAS DE FUTURO .....	203
EPÍLOGO .....	204
V. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	206
VI ANEXOS.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
ANEXO 1: TEST DE DEPENDENCIA A INTERNET.....	222
ANEXO 2 TEST DE DEPENDENCIA A CELULAR.....	246
ANEXO 3 TEST DE DEPENDENCIA A VIDEOJUEGO .....	218
ANEXO 4 PROGRAMA <i>PREVTEC3.1</i> PARA INTERNET .....	220
ANEXO 5 CUESTIONARIO PARA PADRES.....	254
ANEXO 6 SESION PARA PADRES <i>PREVTEC 3.1</i> .....	257
ANEXO 7 NOTAS ENVIADAS A LAS ESCUELAS.....	285
ANEXO 8 RESOLUCION DE LA DIRECCION GENERAL DE ESCUELAS .....	292

## INDICE DE FIGURAS

Figura 1: Usuarios de Internet en América Latina .....	31
Figura 2: Promedio de minutos por mes que invierten varones y mujeres argentinos\ en sitios de deportes .....	33
Figura 3: Evolución promedio de horas en redes sociales por visitante al mês .....	34
Figura 4: Dependencia al móvil en jóvenes argentinos conforme la edad .....	43
Figura 5: Uso de celular por parte de adolescentes argentinos conforme edad .....	44
Figura 6: Visitantes de Internet en Argentina y América Latina .....	69
Figura 7: Sistemas operativos más difundidos en América Latina .....	70
Figura 8: Internautas argentinos que acceden a videos "on line " .....	71
Figura 9: Porcentaje de víctimas de ciberbullying por continente .....	106
Figura 10: Proporción de niños y adolescentes según la edad .....	117
Figura 11: Proporción de niños y adolescentes hombres y mujeres .....	118
Figura 12: Distribución de las escuelas de gestión privada y pública .....	119
Figura 13: Patrón de uso de Internet en "por sexo" .....	122
Figura 14: Patrón de uso de Internet en "función de la edad" .....	122
Figura 15: Posee celular el 83% de la muestra .....	133
Figura 16: Gasto mensual en celular por edad .....	135
Figura 17: Gasto mensual de celular por sexo .....	135
Figura 18: Apaga el celular de noche .....	137
Figura 19: Uso de videojuegos en función del sexo .....	145
Figura 20: Patrón de uso de videojuegos en función de la edad .....	146
Figura 21: Sin asignaturas desaprobadas .....	148
Figura 22: Padres que respondieron el cuestionario y recibieron la sesión .....	172
Figura 23: Nivel educativo de los padres .....	174
Figura 24: Nivel educativo de la madre .....	175
Figura 25: Tecnología disponible en las casas .....	176
Figura 26: Porcentaje de horas utilizadas por semana en las tecnologías .....	178
Figura 27: Horas utilizadas fin de semana .....	179
Figura 28: Control conductual de los hijos .....	195
Figura 29: Sensibilización de los padres con el problema de adicción a las TIC's .....	195
Figura 30: Información de los padres sobre el uso de las TICs .....	196

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Principales entidades de Internet en Argentina .....	29
Tabla 2: Análisis demográfico de usuarios de Internet en Argentina 2011 .....	30
Tabla 3: Detalle por países de usuarios en Latinoamérica .....	31
Tabla 4: Porcentajes por edad a nivel global, latinoamericano y argentino .....	32
Tabla 5: Rango de horas de Internet por mes que utiliza cada persona .....	32
Tabla 6: Promedio de horas consumidas “on line” según sexo y edad en Argentina .....	33
Tabla 7: Porcentaje de visitas a páginas de deportes sobre el total de audiencia “on line”	34
Tabla 8: Participación del tiempo consumido online en redes sociales .....	34
Tabla 9: Distribución de escuelas de gestión privada y pública .....	118
Tabla 10: Cantidad de escuelas por gestión .....	118
ADICCIÓN A INTERNET	
Tabla 11: Patrón de uso de Internet .....	121
Tabla 12: Patrón en función del sexo .....	121
Tabla 13: En función de la edad .....	122
Tabla 14: Patrón de uso de redes sociales .....	123
Tabla 15: Patrón de uso en función del sexo .....	123
Tabla 16: Patrón de uso en función de la edad .....	123
Tabla 17: Por la frecuencia de acceso en función del rendimiento académico .....	124
Tabla 18: Resumen del procesamiento de los casos .....	124
Tabla 19: Estadísticos de fiabilidad .....	124
Tabla 20: Estadísticos de los elementos .....	125
Tabla 21: Estadísticos de resumen de los elementos .....	125
Tabla 22: Estadísticos total-elemento .....	126
Tabla 23: Estadísticos de la escala .....	126
Tabla 24: Comunalidades .....	127
Tabla 25: Varianza total explicada .....	127
Tabla 26: Resumen de procesamiento de casos .....	128
Tabla 27: Estadísticos de fiabilidad .....	128
Tabla 28: Estadísticos de los elementos .....	128
Tabla 29: Estadísticos de resumen de los elementos .....	129
Tabla 30: Estadísticos total-elemento .....	129

Tabla 31: Estadísticos de la escala .....	129
Tabla 32: Varianza total explicada .....	130
Tabla 33: Matriz de configuración .....	131
Tabla 34: Matriz de estructura .....	131
Tabla 35: Matriz de correlaciones de componentes .....	132
Tabla 36: Estructura factorial del Test de Adicción a Internet .....	132
<b>TEST DE DEPENDENCIA AL CELULAR</b>	
Tabla 37: Patrón de uso por edad .....	134
Tabla 38: Patrón de uso por sexo .....	134
Tabla 39: Patrón por gasto9 mensual .....	134
Tabla 40: Patrón de gasto mensual por edad en pesos argentinos .....	134
Tabla 41: Gasto mensual de celular por sexo .....	135
Tabla 42: Uso de celular entre semana.....	136
Tabla 43: Uso de celular entre semana por sexo.....	136
Tabla 44: Uso de celular fin de semana.....	136
Tabla 45: Discutió con sus padres.....	137
Tabla 46: Resumen de procesamiento de datos.....	137
Tabla 47: Estadísticos de fiabilidad.....	138
Tabla 48: Estadísticos de los elementos.....	138
Tabla 49: Estadísticos total-elemento.....	139
Tabla 50: Estadísticos de la escala.....	139
Tabla 51: Comunalidades.....	140
Tabla 52: Varianza total explicada.....	140
Tabla 53: Matriz de componentes.....	141
Tabla 54: Matriz de configuración.....	142
Tabla 55: Matriz de estructura.....	143
Tabla 56: Matriz de correlaciones de componentes.....	143
Tabla 57: Estructura factorial del Test de Adicción al Celular.....	144
<b>TEST DE DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS</b>	
Tabla 58: Patrón de uso de videojuegos.....	145
Tabla 59: En función del sexo.....	145
Tabla 60: Uso de videojuegos en función de la edad.....	146

Tabla 61: Tipo de video consola utilizada.....	146
Tabla 62: Tipo de videoconsola utilizada en función del sexo.....	147
Tabla 63: Tipo de consola utilizada en función de la edad.....	147
Tabla 64: Frecuencia semanal de juego en función del rendimiento académico.....	147
Tabla 65: Sin asignaturas desaprobadas (suspendidas) en función frecuencia de juego.....	148
Tabla 66: Resumen del procesamiento de los pasos.....	148
Tabla 67: Estadísticos de fiabilidad.....	148
Tabla 68: Estadísticos de los elementos.....	149
Tabla 69: Estadísticos total-elemento.....	150
Tabla 70: Estadísticos de la escala.....	151
Tabla 71: Comunalidades.....	151
Tabla 72: Varianza total explicada.....	152
Tabla 73: Matriz de componentes.....	153
Tabla 74: Matriz de configuración.....	154
Tabla 75: Matriz de estructura.....	155
Tabla 76: Matriz de correlaciones de componentes.....	155
Tabla 77: Test de adicción a videojuegos.....	156
Tabla 78: Por edad.....	158
Tabla 79: Por sexo.....	158
Tabla 80: Descriptivos.....	159
Tabla 81: ANOVA.....	160
Tabla 82: Test de adicciones a celular por edad.....	161
Tabla 83: Por sexo.....	161
Tabla 84: Descriptivos.....	162
Tabla 85: ANOVA.....	164
Tabla 86: Frecuencia de uso.....	165
Tabla 87: Frecuencia de uso por sexo.....	165
Tabla 88: Descriptivos.....	166
Tabla 89: ANOVA.....	167
DATOS UNA VEZ APLICADO EL PROGRAMA <i>PrevTec 3.1</i>	
Tabla 90: Uso y dependencia de Internet.....	168
Tabla 91: Uso y dependencia de videojuegos.....	168

Tabla 92: Uso y dependencia de celular.....	168
INCLUSIÓN DE LA SESIÓN CON PADRES O REFERENTES AL <i>PrevTec 3.1</i>	
Tabla 93: Comparación de edad de los padres y madres.....	172
Tabla 94: Nivel educativo de los padres.....	174
Tabla 95: Nivel educativo de la madre.....	175
Tabla 96: Tecnología disponible en la casas.....	176
Tabla 97: Sobre conocimiento de videos juegos por parte de los padres.....	177
Tabla 98: Tiempo promedio de juego entre semana y fin de semana (horas) .....	178
Tabla 99: Tiempo que utiliza la tecnología entre semana.....	178
Tabla 100: Porcentajes de tiempo utilizado en tecnología los fines de semana.....	179
ANÁLISIS DE FIABILIDAD	
Tabla 101: Resumen del procesamiento de los casos.....	183
Tabla 102: Estadísticos de fiabilidad.....	183
Tabla 103: Estadísticos de los elementos.....	183
Tabla 104: Matriz de correlaciones inter-elementos.....	184
Tabla 105: Estadísticos de resumen de los elementos.....	185
Tabla 106: Estadísticos total-elemento.....	185
Tabla 107: Estadísticos de la escala.....	185
Tabla 108: Resumen del procesamiento de los casos.....	186
Tabla 109: Estadísticos de fiabilidad.....	186
Tabla 110: Estadísticos de los elementos.....	186
Tabla 111: Matriz de correlaciones inter-elementos.....	186
Tabla 112: Estadísticos de resumen de los elementos.....	187
Tabla 113: Estadísticos total-elemento.....	187
Tabla 114: Estadísticos de la escala.....	187
Tabla 115: Notas.....	188
Tabla 116: Resumen del procesamiento de los casos.....	189
Tabla 117: Estadísticos de fiabilidad.....	189
Tabla 118: Estadísticos de los elementos.....	189
Tabla 119: Matriz de correlaciones inter-elementos.....	189
Tabla 120: Estadísticos de resumen de los elementos.....	190
Tabla 121: Estadísticos total-elemento.....	190

Tabla 122: Estadísticos de la escala.....	190
<b>ANÁLISIS FACTORIALES</b>	
Tabla 123: Matriz de correlaciones.....	191
Tabla 124: KMO y prueba de Bartlett.....	191
Tabla 125: Comunalidades.....	191
Tabla 126: Varianza total explicada.....	192
Tabla 127: Matriz de componentes.....	192
Tabla 128: Matriz de componentes rotados.....	192
Tabla 129: Matriz de transformación de las componentes.....	193
Tabla 130: Estructura factorial del cuestionario.....	193
<b>RESULTADOS DEL ANÁLISIS DEL INSTRUMENTO</b>	
Tabla 131: Resultados significativos del cuestionario para padres.....	194

## RESUMEN

El descubrimiento de todas estas tecnologías (Internet, celular y videojuegos) por los niños, niñas, adolescentes y la sociedad en general, ha generado infinidad de transformaciones en los distintos aspectos de la vida de todos. Ha traído grandes beneficios, pero también perjuicios. A ellos, a sus causas y efectos nos referimos en esta tesis, diagnosticando la realidad, proponiendo una manera de prevenir la adicción en potenciales usuarios a través de un programa adaptado a esa realidad.

Los principales objetivos son 1. Estudiar el patrón de uso de los videojuegos, Internet y móvil por parte de niños y adolescentes argentinos. 2. Validar en población argentina los cuestionarios de adicciones tecnológicas presentes en el programa de prevención *PrevTec 3.1*: Test de Dependencia de Internet (TDI), Test de Dependencia de Móvil (TDM) y Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) 3. Aplicar y adaptar el módulo de Internet del programa *PrevTec 3.1* en niños y adolescentes argentinos. 4. Valorar la eficacia de la aplicación del módulo de Internet del *PrevTec. 3.1* en niños y adolescentes argentinos.

Para ello se formó a un grupo de alumnos pertenecientes a las carreras de Psicología, Trabajo Social y Criminología, quienes participaron de la capacitación sobre adicciones tecnológicas brindada por el Dr. Chóliz en la Universidad del Aconcagua durante el año 2011 y 2012. La muestra estuvo compuesta por 601 niños y adolescentes (54% varones y 46% mujeres), de edades comprendidas entre 12 y 17 años de edad, alumnos de siete centros educativos públicos y privados, cursantes desde 7° grado del nivel primario hasta 5° año del nivel secundario. Se efectuó la adaptación de los cuestionarios y del *Prev.Tec.3.1* a la idiosincrasia de la población argentina tanto en el vocabulario como en los tiempos y la dinámica de los adolescentes. Así, por ejemplo, se practicaron dos talleres y no tres como estaba diseñado el mismo, ya que los tiempos institucionales disponibles para esta tarea eran acotados y no existe el sistema de tutoriales. El desarrollo de las sesiones tuvo una duración promedio de 40 minutos cada una aproximadamente. En cada una de las escuelas la duración fue distinta, lo cual dependía del grado de participación de los alumnos. Después de la aplicación del programa de prevención, se evaluó la frecuencia de uso de las tecnologías y las

puntuaciones de los cuestionarios de adicciones tecnológicas. No se obtuvieron resultados estadísticamente significativos y se explica, a nuestro entender, porque la tarea de prevención, y especialmente el cumplimiento de las medidas educativas dadas en las sesiones, involucran a la familia, a los padres y/o referentes encargados de la educación. Por ello, se decidió implementar una sesión para padres o referentes familiares a fin de informarles, sensibilizarlos y transmitir estrategias de intervención, actitudes, conductas a desempeñar para ayudar a sus hijos a cumplir con las tareas asignadas y evitar las adicciones a las tecnologías. Esta sesión con padres se diseñó a partir de la estructura del Programa *PrevTec 3.1* cuyas acciones de prevención están dirigidas específicamente a niños y adolescentes. Entendemos que esta aplicación puede significar una aportación importante a dicho Programa,

En resumen, se trata de un trabajo que ha sido realizado en diferentes fases, que se han ido elaborando en función de los resultados obtenidos en cada una de ellas, pero que podemos concluir que se han cumplido los principales objetivos propuestos al inicio del proyecto.

**Palabras Claves:** adicciones comportamentales – tecnologías – niñez adolescencia familia – prevención – Programa *PrevTec 3.1*

## ABSTRACT

The discovery of all these technologies (Internet, mobile phone and videogames) by boys, girls, adolescents and society in general, has generated countless transformations in the different aspects of everyone's life. It has brought about great benefits, but also some drawbacks. We make reference to them, to their cases and effects in this thesis, diagnosing the reality, suggesting a way to prevent this addiction in potential users through a programme adapted to this reality.

The main aims are 1-To study the pattern of the use of the videogames, Internet and mobile phones by Argentinian children and adolescents. 2-To validate in the Argentinian population the questionnaires of the technological addictions which are present in the prevention programme *PrevTec3.1*: Internet Dependence Test (IDT), Mobile Phone Dependence Test (MBDT) and Videogames Dependence Test (VDT). 3- To apply and adapt the Internet module of the programme *PrevTec3.1* to Argentinian children and adolescents. 4- To value the efficiency of applying the Internet module of *PrevTec3.1* for Argentinian children and adolescents.

To achieve this, a group of students was formed. They belong to the careers of Psychology, Social Worker and Criminology. They took part in the training on technological addictions taught by Dr. Chóliz at Aconcagua University in 2011 and 2012. A sample was taken of 601 children and adolescents (54% men and 46% women), between 12 and 17 years old, students at seven public and private educational centres, attending from seventh year at Primary School to fifth year at High School. The questionnaires and the *PrevTec3.1* were adapted to the idiosyncrasy of the Argentinian population not only in the vocabulary, but also in the time and the dynamic of the adolescents. So, for example, two workshops were carried out, instead of three as it had been planned. This happened because the institutional time available for this task was definite and there is no tutorial system. The sessions took on average 40 minutes each one approximately. In each school the duration was different depending on the students' participation. After implementing the prevention programme, the frequency in the use of technologies and the scoring of the questionnaires of technological addictions were assessed.

The results were not significant statistically and this is, from our viewpoint, because the prevention work, and especially the carrying out of the educational measures put into practice in the sessions involved the family, parents and/or family referents in charge of the education. Because of this a session was implemented for parents or family referents in order to inform them, sensitize and transmit strategies of intervention, attitudes, develop behaviours to help their children to comply with the assigned tasks and avoid the addictions to technologies. This session with the parents was designed on the basis of the programme PrevTec3.1 whose prevention actions were focused specifically on children and adolescent . We believe that this implementation can mean an important contribution to this programme.

To sum up, this work has been carried out in different stages, which have been done taking into account the results that were obtained in each one, but we can end up emphasizing that the main objectives proposed at the beginning of this project were achieved.

Traducción: Cecilia Inés Gassol (Prof. de Ens.Media y Superior en Lengua y Literatura InglesaU.N.Cuyo y Traductora Pública matrícula 324)

## INTRODUCCION

Las adicciones tecnológicas forman parte de las consideradas adicciones no tóxicas y hacen referencia a los procesos de dependencia que pueden aparecer por el uso excesivo e inapropiado de instrumentos como Internet, el celular o los videojuegos. Se trata de un fenómeno emergente que incide especialmente en los adolescentes, por la fascinación que les genera este tipo de actividades y por lo que significan en la forma de relacionarse con otras personas, autoafirmación personal, o simplemente como fórmula de ocio.

El descubrimiento de todas estas tecnologías (Internet, celular y videojuegos) por los niños, niñas, adolescentes y la sociedad en general, ha generado infinidad de transformaciones en los distintos aspectos de la vida de todos. Ha traído grandes beneficios, pero también perjuicios, A ellos, a sus causas y efectos nos hemos referido en esta tesis, diagnosticando la realidad, proponiendo una manera de prevenir la adicción en potenciales usuarios a través de un programa adaptado a esa realidad.

Las distintas herramientas tecnológicas han pasado a formar parte de nuestra vida. Su uso se ha generalizado y normalizado, pero lo cierto es que hay casos en los que aparecen problemas de dependencia manifestados especialmente en el uso excesivo de Internet o los videojuegos, y aparece malestar si no pueden utilizarse, o se experimenta una importante necesidad de conectarse o jugar a pesar de las consecuencias que pueda implicar dicha conducta. Esta dependencia puede producir una interferencia respecto de otras actividades y áreas de la vida de la persona y esto se puede tomar como un criterio especialmente relevante para determinar adicción (Marco Clara: 2012).

En América Latina esto ha generado gran preocupación. No obstante, no se vislumbra aún la realización de investigaciones sistemáticas sobre el tema impulsado desde distintas disciplinas científicas, tal como ha sucedido en otros continentes, en los que las investigaciones orientadas a lograr un uso más seguro y beneficioso de las pantallas por parte de niños y adolescentes se ofrecen. Por ello, al conocer el programa de prevención de adicciones tecnológicas *PrevTec 3.1*, y participar en estudios exploratorios sobre esta problemática, surgió la idea de hacer un trabajo sistemático con niños, niñas y adolescentes de Argentina aplicando los cuestionarios para determinar la realidad respecto del uso de Internet, celular y video

juegos y la consecuente aplicación del *PrevTec 31* surgido de las investigaciones llevadas a cabo en España por el Dr. Mariano Choliz.

¿Qué tipo de adicciones conocemos y en cuál de ellas se puede insertar a las referidas a las tecnologías? ¿Qué son las adicciones comportamentales? ¿Se puede ser adicto a una tecnología? ¿Cuándo se considera uso excesivo de Internet, videojuegos o celulares? ¿Puede representar un problema para la vida y el desarrollo integral de niños, niñas o adolescentes el uso indiscriminado de Internet, videojuegos o celulares? ¿Cómo inciden las tecnologías de comunicación en la comunicación entre niños, niñas y adolescentes y de estos con sus padres y grupo familiar?

Las preguntas e inquietudes que surgen son numerosas y las respuestas aun en algunos casos complicadas, por ello es tan relevante investigar sobre estos temas, a los fines de prevenir usos indebidos o perjudiciales, especialmente cuando se hace referencia a seres en formación, donde la educación y la prevención son fundamentales y los resultados mucho más eficaces si se interviene a tiempo.

Tal como se dijera esta problemática si bien se ha “visto”, no se ha profundizado lo suficiente en Argentina, y por ello aún no se tienen parámetros que distingan un uso problemático u excesivo, de uno patológico. ¿Dónde situar la barrera que separa el uso no problemático, del excesivo y del patológico? Tampoco esta pregunta es de respuesta sencilla. Las distintas herramientas tecnológicas han pasado a formar parte de nuestra vida, su uso se ha generalizado y normalizado. ‘Si se experimenta ‘la necesidad’ de conectarse, jugar o usar el celular con una frecuencia inusual a pesar de las consecuencias que pueda implicar dicha conducta, es posible que nos encontremos ante un problema de dependencia’

Es necesario recordar que en la adolescencia temprana se pasa más tiempo en Internet y usando videojuegos que en cualquier otra etapa de la vida, y diferentes investigaciones han encontrado que los adolescentes presentan una mayor adicción en comparación con otros grupos de edad. Por tanto, los esfuerzos de prevención deben dirigirse a los adolescentes (preadolescentes y niños) que tienen sus primeras experiencias con comportamientos potencialmente adictivos. También cabe resaltar que en este periodo de la vida la influencia de los padres disminuye, especialmente cuando ellos no saben cómo orientarlos e intervenir mientras que el grupo de iguales adquiere más importancia.

Sin negar todas las ventajas que nos brindan las tecnologías y sin caer en el error de demonizarlas, este trabajo pretende contribuir en la prevención del abuso, dependencia y uso.

Del mismo surgieron los resultados que se presentan y además la necesidad de un segundo estudio, motivado por la necesidad de la inclusión de los padres o referentes familiares y docentes como receptores del *PrevTec 3.1*, diseñando un módulo al efecto para coadyuvar lo hecho por psicólogos y trabajadores sociales del equipo de investigación con los niños, desarrollando una sesión que se integra al programa *PrevTec 3.1*. a los fines de que reconozcan la situación de sus hijos, de los niños y adolescentes en general y la relación con las tecnologías, tratando de sensibilizarlos para reconocer que puede haber un problema y ejercer un cierto control de los padres o referentes familiares, como del propio uso que hacen los niños o adolescentes de las TICs, conocer los deberes y derechos de los padres y de los hijos y enseñar estrategias de intervención y acercamiento .

Una de las actuaciones que cabría llevar a cabo en un futuro es la baremación de los cuestionarios, de acuerdo con la realidad argentina, ya que los datos españoles no son directamente extrapolables. El hecho de que, además, el patrón de uso de los medios tecnológicos (y por ende, los problemas asociados a los mismos, como es el caso de la adicción) es tan extraordinariamente cambiante, obliga a que para que sean herramientas diagnósticas, se lleven a cabo estudios con población clínica, utilizando curvas ROC, lo cual sobrepasa los objetivos de esta tesis, pero creemos que es una línea prometedora y, desde luego, imprescindible para los que luchamos por la salud y el bienestar de niños y adolescentes.

## **I PARTE TEORICA**

## I ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

En investigaciones anteriores se ha desarrollado *PrevTec 3.1* (Chóliz, 2010), un programa de prevención de adicciones tecnológicas de estructura modular, consistente en tres sesiones para cada una de las tres adicciones tecnológicas más características (Internet, móvil y videojuegos). Consiste en un libro/guía, DVD con cada una de las sesiones, cuestionarios y fichas correspondientes.

Esta primera parte de la investigación tiene como principales objetivos analizar el patrón de uso, abuso o dependencia de las tecnologías de la información en niños, niñas y adolescentes argentinos, así como la implementación del programa de prevención *PrevTec 3.1* en la misma población, ya que ha demostrado su eficacia en diferentes estudios científicos (Chóliz M 2009)

Asimismo, observar su eficacia y la adaptación del mismo a la población argentina e incluir a los padres dentro de la dinámica, ya que se ha evaluado a los mismos y corroborado en el grupo experimental que es un elemento muy importante a los fines de conseguir el objetivo previsto en el Programa.

## CAPITULO I: TECNOLOGÍA y SOCIEDAD

### 1. Introducción

No cabe duda que cada día más nuestra vida está siendo afectada positiva y negativamente por la tecnología.

Solo por poner algunos ejemplos basta salir a un centro comercial, a una universidad o a un parque para ver que una gran parte de las personas trae un teléfono celular, un videojuego, una Tablet, una Laptop. Hace tan solo unos años esto no era tan evidente, el celular todavía tenía como principal función hacer y recibir llamadas, y tal vez jugar un poco a la viborita en los ratos libres. Hoy en día es prácticamente el centro de nuestro día, incluso aún si no es utilizado únicamente para hablar por teléfono.

Dicen los estudiosos que las necesidades no se crean, solamente las formas de satisfacerlas, pues la tecnología ha permitido satisfacer una necesidad (muchas veces ficticia) de mantenerse siempre comunicados.

Las redes sociales han aportado mucho a este fenómeno, pues a través de ellas tenemos fácil acceso a información sobre otras personas que de otra manera no hubiera sido posible, así sean viejos amigos de la infancia, amigos actuales, conocidos, familiares, enamorados o prospectos, modelos, artistas, políticos y un gran etcétera, esto ya suena bastante atractivo para un gran número de personas.

Pero eso no es todo, las mismas empresas han migrado sus modelos de negocio hacia versiones más “online” y móviles. Hoy en día, las campañas publicitarias que no incluyen redes sociales se puede decir que están desactualizadas. Cada vez se ofrecen más servicios, como por ejemplo financieros, de consulta, de compra-venta, a través de Internet, que llega a nosotros hasta donde estemos a través de diversas tecnologías como el celular, Tablet, Laptop, etc.

En resumen, la tecnología le ha dado a la sociedad la posibilidad de acceder desde cualquier lugar a una gran cantidad -casi infinita- de información.

Esto ha generado importantes cambios en los comportamientos sociales. Cada vez le resulta más difícil a un joven permanecer estable en algo, la misma movilidad casi que lo obliga a buscar un gran dinamismo en su propia vida. Muchos jóvenes sienten que ya tienen todo a su alcance para poder hacer eso que realmente les hace felices, sin embargo, todavía no están muy seguros el cómo.

A otros la tecnología les ha causado gran confusión, pues muchos padres aun no entienden que ya estamos viviendo en un mundo muy diferente al que vivieron en su juventud y por lo tanto al tratar de imponer ciertas pautas a sus hijos origina problemas. Entre ellos está precisamente uno de los más graves: el aislamiento provocado por la adicción a los dispositivos móviles y la tecnología en general, que por momentos hace pensar que no se necesita a nadie ni nada más que una computadora con conexión a Internet, convencidos que por ahí se puede obtener “todo” lo que necesitan.

## 2. Tecnología y sociedad

Al observar estos fenómenos nos preguntamos ¿cuál es la relación tecnología-sociedad? ¿Cómo sería el camino a recorrer de la relación tecnología-sociedad? La respuesta es incierta. Ha variado la productividad; han variado los negocios y las conexiones sociales. Vivimos en un constante cambio, y a raíz de estos cambios y de otros que no mencionamos, han surgido nuevos problemas de los cuales todavía no conocemos sus efectos totalmente

En materia de desarrollo tecnológico, nuestros países del sur se ven muchas veces influenciados por las estrategias y el grado de avance tecnológico alcanzado en los países del norte más industrializados, y en la medida que la actividad científica genera nuevos conocimientos, aporta a la formación de recursos humanos y provee los insumos científicos que son indispensables para la construcción de una sociedad basada en el conocimiento.

La economía es ahora global y esto tiene efectos importantes. La nueva tecnología crea productos, nueva dinámica y esta productividad hace cada día más accesible la obtención de estos medios a todos.

### 3. Las tecnologías, su uso global y en Argentina

ComScore, Inc. (NASDAQ: SCOR), líder en medición del mundo digital, publicó en el 2011 un estudio sobre el uso de Internet en Argentina basado en su solución de medición de audiencia online y planificación de medios comScore MMX. El estudio descubrió que los sitios Microsoft lideraron, en abril del 2011, todas las entidades web en cuanto a tamaño de audiencia, alcanzando más del 95% de la población online; mientras que los visitantes promediaron el mayor tiempo en Facebook.com con 8,8 horas por visitante durante el mes.

Ampliando la información, en dicho mes, cerca de 13 millones de personas de 15 años de edad o más accedió a Internet desde su hogar o lugar de trabajo en Argentina, consumiendo un promedio de 26,9 horas online durante el mes. Los sitios Microsoft se ubicaron en primer lugar como la entidad más visitada alcanzando casi 12,4 millones de visitantes únicos, representando 95,1% de la población online total. Los sitios Google se ubicaron en segundo lugar con cerca de 12,3 millones de visitantes (94,3%), seguidos por Facebook.com con 11,5 millones de visitantes (88,6%). En términos de involucramiento de usuario, Facebook.com se ubicó en primer lugar con visitantes promediando 8,8 horas consumidas en la entidad durante el mes de abril. Al ser comparado con mercados mundiales, el promedio de los usuarios de Argentina es el segundo más alto en cuanto a tiempo consumido en Facebook.com, detrás de Israel, donde los visitantes promediaron 10,6 horas durante el mismo mes del mismo año

A continuación mostramos la tabla publicada en el estudio mencionado respecto de las principales entidades de Internet visitadas en Argentina. No incluye visitas desde espacios públicos de comunicación (ciber, cafés, etc.) ni desde fonos móviles o PDAs

Tabla 1: Principales entidades de Internet por total visitantes únicos en Argentina. Abril 2011

	Total Visitantes Únicos (000)	% Alcance	Minutos Promedio por Visitante
Total Internet : Total Audiencia	12.991	100,0%	1.614,9
Sitios Microsoft	12.353	95,1%	409,0
Sitios Google	12.256	94,3%	181,0
Facebook.com	11.504	88,6%	527,8
Sitios Yahoo!	8.942	68,8%	36,4
Grupo Clarín	5.989	46,1%	56,8
TARINGA.NET	5.981	46,0%	26,4
Mercado Libre	5.329	41,0%	43,2
Sitios Wikimedia Foundation	5.319	40,9%	10,3
Terra – Telefónica	4.976	38,3%	10,6
Grupo La Nación	4.263	32,8%	22,6

Fuente: ComScore

El análisis demográfico de 2011 sobre usuarios de Internet en Argentina reveló que hombres y mujeres componen prácticamente partes iguales de la población online. Los hombres representaron un 50,5% de los usuarios online, mientras que las mujeres un 49,5% de los mismos. Los usuarios jóvenes representaron la mayor participación de visitantes en ambos géneros donde los hombres entre 15 y 24 constituyeron el 15% de la población online, mientras que las mujeres entre 15-24 constituyeron un 14,2% de los visitantes.

Los usuarios jóvenes también promediaron la mayor cantidad de minutos online, donde ellos, entre las edades de 15 y 24, promediaron 33,7 horas durante abril, mientras que ellas, con las mismas edades promediaron 31,4 horas durante el mes. Usuarios de edad entre 15 y 34 representaron casi un 60% de todo el tiempo consumido online en Argentina.

En la próxima tabla se analiza demográficamente por edad la visita a Internet

*Tabla 2 Análisis demográfico de usuarios de Internet en Argentina – Abril 2011*

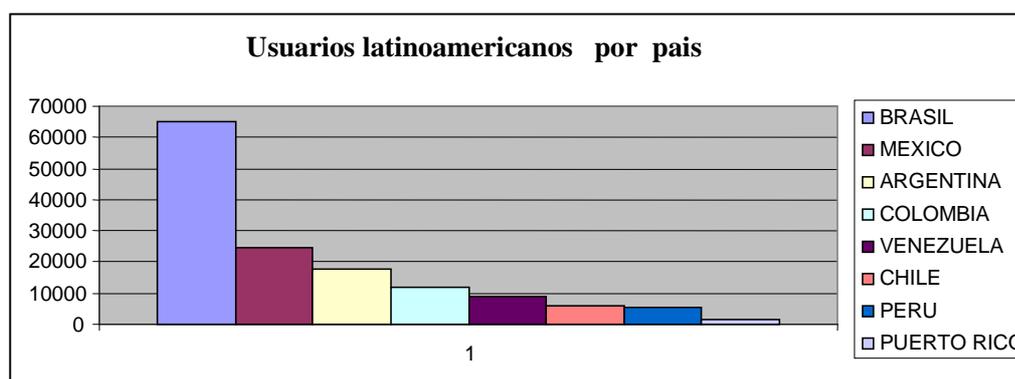
Total Audiencia Internet Argentina*, Edad 15+Hogar & Trabajo Fuente: comScore MMX				
	Audiencia Objetivo (000)	% Composición Visitantes Únicos	Horas Promedio por Visitante	% Composición Minutos
Total Audiencia	12.991	100,0%	26,9	100,0%
Total Hombres (15+)	6.566	50,5%	26,9	50,5%
Hombres: 15-24	1.952	15,0%	33,7	18,8%
Hombres: 25-34	1.681	12,9%	24,9	12,0%
Hombres: 35-44	1.206	9,3%	22,5	7,8%
Hombres: 45-54	936	7,2%	25,1	6,7%
Hombres: 55+	790	6,1%	23,0	5,2%
Total Mujeres(15+)	6.425	49,5%	27,0	49,5%
Mujeres: 15-24	1.845	14,2%	31,4	16,6%
Mujeres: 25-34	1.627	12,5%	23,3	10,9%
Mujeres: 35-44	1.177	9,1%	25,4	8,5%
Mujer: 45-54	923	7,1%	25,5	6,7%
Mujeres: 55+	853	6,6%	28,0	6,8%

*\*No incluye visitas desde computadores públicos tales como cafés Internet o acceso desde fonos móviles o PDAs*

Un nuevo estudio de comScore realizado en 2013, informa que Latinoamérica cuenta con más de 159 millones de usuarios “on line” discriminados de la siguiente manera conforme lo muestra la próxima tabla con su respectivo gráfico

*Tabla 3 Detalle por países de usuarios en Latinoamérica*

PAÍSES	USUARIOS
Brasil	64.842
México	24.773
Argentina	17.780
Colombia	11.777
Venezuela	8.763
Chile	5.949
Perú	5.233
Puerto Rico	1.468
LATINOAMÉRICA	159.222



*Figura 1: Usuarios de Internet en América Latina*

También se informa la composición porcentual del total de visitantes a Internet

Tabla 4: Porcentajes por edad a nivel global, latinoamericano y argentino

Edades	14 a 24	25 a 34	35 a 44	45 a 54	55 o mas
Global	26,83	26,30	20,80	13,60	12,90
Latinoamérica	32,60	28,00	19,05	12,1	7,80
Argentina	29,20	27,40	18,90	11,80	12,70

En Argentina se destaca que más del 25% son mayores de 45 años

Respecto del promedio de horas visitante por mes, el Global da 23,7 horas y Latinoamérica en general arroja que los usuarios dedican 24 horas por mes a conectarse por medio de las redes, como se discrimina en la tabla n° 5.

En cuanto a las categorías en que los argentinos consumen tiempo “on line”, en “red social media” el visitante consume 9,15 horas promedio por mes; en “servicios” aproximadamente 3 horas; en “entretenimientos” 2,80 horas; y en “servicios e información” se consumen 2,70 horas.

Tabla 5: Rango de horas de Internet por mes que utiliza cada persona

Países	Usuarios
Brasil	32,9
México	16,5
Argentina	22,0
Colombia	17,5
Venezuela	17,7
Chile	18,8
Perú	19,9
Puerto Rico	11,9

Respecto al promedio de horas consumidas por visitante por mes y por sexo, resulta que las mujeres argentinas mayores de 55 años son las que más horas “on line” consumen en Argentina

Tabla 6 Promedio de horas consumidas “on line” según sexo y edad en Argentina

Edades	Mujeres	Varones
+ de 55	25,5	21,7
45 a 54	20,3	20,9
35 a 44	21,0	19,9
25 a 34	21,2	21,1
15 a 24	21,7	25,3

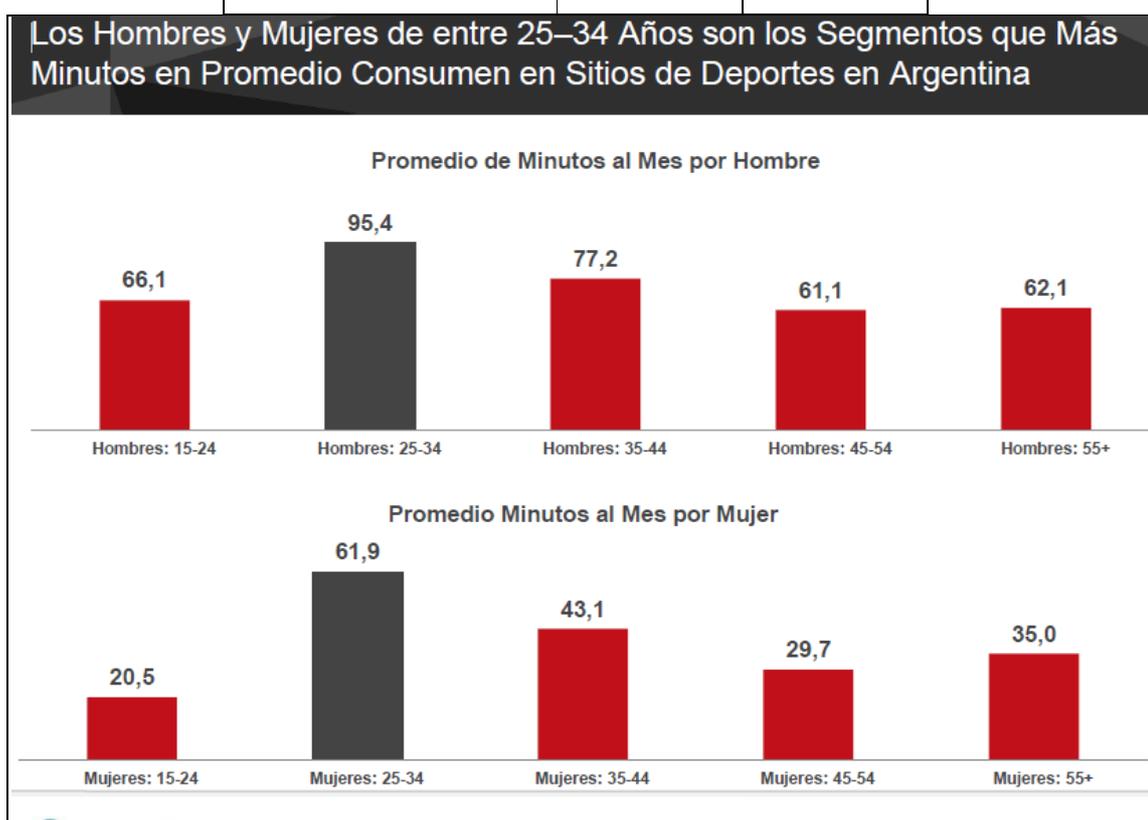


Figura 2: Promedio de minutos por mes que invierten varones y mujeres argentinos en sitios de deportes

Tabla 7 Porcentaje de visitas a páginas de deportes sobre el total de la audiencia “on line”

Referencia	Porcentaje
Global	39,4
Latinoamérica	43,8
Argentina	50,0

Tabla 8 Participación del tiempo consumido online en redes sociales (%)

Redes Sociales	% De Visitas
Facebook	94,00
Likedin	0,32
Tumbir	0,35
Badoo	0,7
Twitter	1,3

Facebook lidera en afinidad

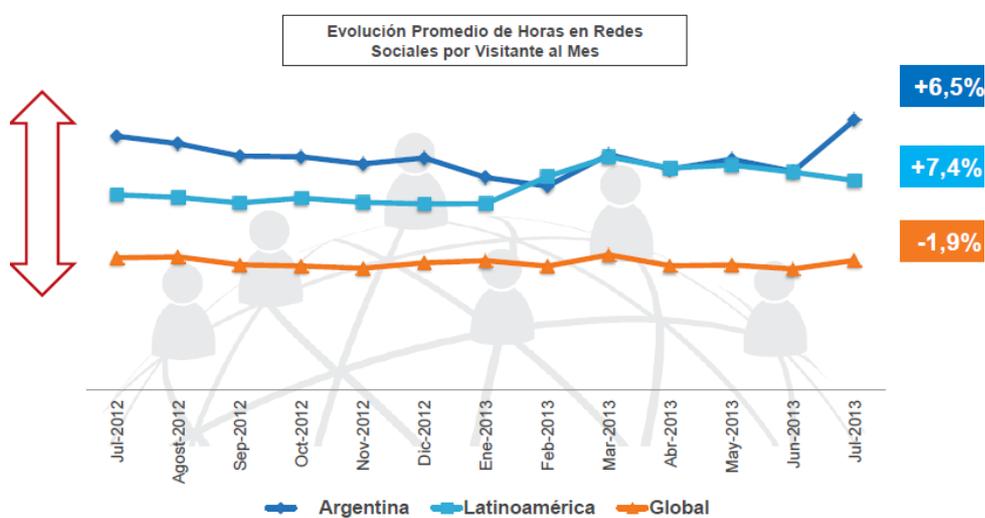


Figura 3: Evolución promedio de horas en redes sociales por visitante al mes

Información disponible en:  
[http://www.comscore.com/lat/Insights/Presentations\\_and\\_Whitepapers/2013/2013\\_Argentina\\_Digital\\_Future\\_in\\_Focus](http://www.comscore.com/lat/Insights/Presentations_and_Whitepapers/2013/2013_Argentina_Digital_Future_in_Focus)

En este gráfico podemos observar el tiempo que se dedica y su aumento relevante en la Argentina

Los informes precedentes respecto del uso de tecnologías en Latinoamérica y la Argentina especialmente, indican la importancia de hacer una prevención respecto de su uso y abuso

#### 4 Tecnología, políticas públicas y educación

Si se tiene en cuenta lo expresado hasta este momento, no podemos olvidarnos de la incidencia de la política y la cultura propias de una sociedad post-industrial, globalizada e interconectada que hicieron pensar a los responsables de las políticas públicas y educativas, que la formación de los niños, niñas y adolescentes demandaba arbitrar todos los medios posibles para que adquieran nuevas habilidades laborales, estén mejor informados, más activos y más participativos, lo cual entraña nuevos desafíos para el sistema educativo, una noción más amplia y compleja de alfabetización que refleje la creciente importancia de las Tecnologías de Información y Comunicación (TICs) en los diversos aspectos de la vida.

Asimismo, es importante comprender que hoy en día se exige un sistema educativo dinámico que consulte las nuevas realidades y problemas de la vida moderna. Para ello se necesitan currículos y pedagogías que permitan a los docentes, estudiantes y ciudadanos, comprender la naturaleza e impacto cultural de estas tecnologías, sin olvidar que la sociedad contemporánea, el conocimiento y la información no sólo se presentan en forma de palabras impresas, sino también de imágenes, sonidos, videos y documentos multimediales (Kellner, 2004).

Para vivir, aprender y trabajar con éxito en esta sociedad cada vez más compleja, rica en información y basada en el conocimiento, los estudiantes y los docentes deben utilizar la tecnología digital con eficacia. En un contexto educativo sólido, las TICs pueden ayudar a los estudiantes a adquirir las capacidades necesarias para llegar a cumplir con los objetivos educativos (UNESCO, 2008).

Como ya se ha mencionado, las Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación (NTIC) han transformado de alguna manera a la sociedad, especialmente en el sistema

educativo, donde su aporte puede resultar significativo en los procesos de enseñanza y en los de aprendizaje, lo que ha obligado a muchos países a definir políticas educativas en el uso de estas tecnologías. Como ya se ha mencionado, las Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación (NTIC) han transformado de alguna manera a la sociedad, especialmente en el sistema educativo, donde su aporte puede resultar significativo en los procesos de enseñanza y en los de aprendizaje, lo que ha obligado a muchos países a definir políticas educativas en el uso de estas tecnologías.

Chile, a través del denominado Centro de Educación y Tecnología, creado en el año 2005, ha llegado a que el 95% de los alumnos estén en escuelas equipadas con computadoras, 75% de las cuales cuentan con conexión de banda ancha. Estos resultados son el producto de más de 16 años de una política integral que incluye equipamiento escolar, capacitación docente, asistencia técnica en escuelas y extensión de la alfabetización digital a toda la comunidad.

Uruguay incorporó las tecnologías en las aulas a través del denominado Plan CEIBAL (señalado por algunos como uno de los mejores ejemplos a nivel regional) que es un proyecto socioeducativo que ha contado con fuerte impulso desde la presidencia del país uruguayo. Los principales destinatarios del programa son los alumnos de 1° a 6° año de las escuelas primarias estatales, a quienes se les ha otorgado una computadora portátil XO diseñadas por el proyecto OLPC (One Laptop per Child) impulsado por Nicholas Negroponte. Asimismo, el programa permitió la extensión de la red de conectividad, lo que se ha hecho privilegiando la modalidad inalámbrica, sobre todo en las áreas rurales. ([www.conectarigualdad.gob.ar](http://www.conectarigualdad.gob.ar)).

##### 5. Programa Conectar Igualdad en Argentina

Con estas concepciones en la República Argentina se implementó el Programa 'Conectar Igualdad' que posibilitó la entrega de tres millones y medio de computadoras a niños, niñas y adolescentes, desde Jujuy a Tierra del Fuego, desde la provincia más norteña a la más austral.

Entre sus fundamentos, este Programa describe que en las últimas décadas, las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) han modificado sustancialmente las

relaciones sociales en todos sus aspectos llegando a redefinir la manera de interactuar con el medio. Formar parte de esta nueva sociedad, no estar excluido, implica cada vez más poder participar activamente a través de las nuevas tecnologías. En una sociedad con fuertes desigualdades se entiende que la escuela es el medio privilegiado para que el acceso al conocimiento pueda democratizarse. Esta situación le otorga al Estado una nueva responsabilidad, la de preparar al sistema educativo para que forme a sus estudiantes en la utilización comprensiva y crítica de las nuevas tecnologías. Educación con TICs no es solamente el uso instrumental de las nuevas tecnologías sino que implica el aprendizaje de competencias de gestión de información, comunicación, intercambio con otros en un mundo global, capacidad de innovación y actualización permanente. Estos objetivos exceden aunque incluyen las habilidades informáticas.

Este programa se propone una educación con TICs que incluya un conjunto de propuestas didácticas tales como el aprendizaje por proyectos, la resolución de problemas, el trabajo mancomunado, la construcción de conocimientos, que apuntan a formar a los estudiantes para la vida ([www.conectarigualdad.gob.ar](http://www.conectarigualdad.gob.ar))

El costo del plan fue de 750 millones de dólares. Eso incluyó la compra de equipos y de todos los bienes necesarios para que las escuelas dispusieran de Internet inalámbrico. Se pensó también en la capacitación de los docentes y el mantenimiento de las máquinas. El 70% de esos recursos fueron un préstamo al Tesoro Nacional del Fondo de Garantía de Sustentabilidad de las Jubilaciones, recurso que era administrado por las Administradoras de Fondos para Jubilaciones y Pensiones, y el 30% restante se aportó por un fondo especial a cargo del Ministerio de Educación.

Las características de los ordenadores entregadas nos ilustran sobre sus potencialidades. Los mismos cuentan con Windows XP y el Programa Linux Rxart, con Memoria Ram de 1GB (expansible hasta 2 GB) Procesador: Intel(R) Atom(TM) CPU N450 1.66GHz. Placa Aceleradora de Vídeo: Intel(R) Graphics Media Accelerator 3150 (PS2.0/VS0.0) con una autonomía de la batería de 6 horas, esto, usando programas de estudio.

Los docentes de los colegios en los cuales se efectuó la presente investigación, mencionaron que los alumnos no usaban los ordenadores como estaba diagramado. No sabían cómo ponerles límite o motivarlos para los usos para los cuales fueron pensados.

Entre los usos no previstos e inadecuados se advirtió que fueron instalados juegos que no estaban autorizados, entre ellos: Gta 3 Vice City; Gta San Andres (con los gráficos al mínimo); Counter Strike 1.6 (y cualquiera de sus modelos, ej: Earth Especial forces; Condicion zero; Age Of Empires 2 The Conqueros; Age of Empires 3; Medal of honor Allied Assault Mount and Blade Warband (con los gráficos al mínimo); Pro Evolution Soccer 6; The History Channel Civil War; Frets On Fire; Battlefield 1942; Battlefield Vietnam (graphics bajos) ; WarCraft 3; Chaos Legion; Resident Evil 4 emulado; Diablo II; Harry Potter y el cáliz de fuego; Plantas Versus Zombies; Lineage 2; Word of Warcraft; Zhyper Mu' Call of duty 1 y 2; Battle of Europe; etc.

El plan fue considerado con fines pedagógicos, como hemos visto, educando y acercando las tecnologías a todos por igual. Implicaba capacitación, educación para su uso y límites tanto para la instalación de programas como para ingresos a Internet.

Los alumnos, no solo ingresaron juegos, sino que lograron cargar otros programas prohibidos y conectarse en un mes a Internet tantas veces (1000) como lo que estaba previsto para todo el periodo escolar, y los docentes no tenían la capacitación ni el conocimiento para ponerle límites, además del temor siempre presente de que los límites impuestos no fueran respetados o fueran mal interpretados.

Tampoco se pudo motivar a los alumnos, en la mayoría de los casos, en la utilización eficaz para los fines de inclusión de las tecnologías brindadas.

Al respecto, en una publicación aparecida en diario local, los docentes han expresado que las Netbooks son un obstáculo en la clase porque los alumnos se distraen en Facebook o viendo videos. Otro de los inconvenientes es que muchas se rompen y que falta conectividad. Los alumnos, en tanto, opinan que sólo algunos profesores las aprovechan y les permiten utilizarlas. El uso que se ha dado a las Netbooks que se entregaron desde 2010 a los alumnos de nivel medio a través del plan "Conectar Igualdad" - como dijimos en el primer párrafo de este

apartado - para equilibrar el acceso a las nuevas tecnologías y generar espacios de aprendizaje, en el aula y hacia afuera, no fue el imaginado, Lo que en principio fue recibido con entusiasmo por los alumnos, no ha logrado aún afianzarse de manera generalizada y mucho menos aprovecharse como una herramienta de mucha presencia en el aula. Por el contrario, se asegura que en ocasiones se ha transformado en un obstáculo. Esto no quita que en algunos colegios haya podido aprovecharse e incluirse como una herramienta de enseñanza e intercambio de información, más adaptada a los códigos de los jóvenes y que aporta alternativas para acceder a la información y en la forma de trabajar. Al respecto, asegura Rocío Olivera (13): “Me sirvió bastante aunque la usamos a veces para jugar, redes sociales o ver videos en clase”. La adolescente, alumna del Magisterio, explica que los profesores en general no tienen control de lo que cada chico hace con la computadora y que el uso depende de lo permisivo que sea cada docente, porque algunos aplican sanciones cuando los descubren. La utilización no académica de las Netbooks dentro del aula es uno de los aspectos que más mencionan tanto alumnos como docentes, pero lo justifican por otras cuestiones que no han permitido aprovechar esta herramienta, como la escasa conectividad (wi-fi) en las escuelas o el hecho de que no todos los alumnos las posean.

Los profesores mencionan, sin embargo, que los chicos sí acceden a Facebook o a juegos. En muchos casos descargados en la computadora luego de haber borrado programas que vienen incluidos para trabajar las diferentes áreas.

Desde el punto de vista de los docentes, bajó el rendimiento de los alumnos y expresan: “Tienes que estar atento a lo que hacen porque están en el curso pero no atienden y cuando te acercas cierran la ventana, entonces al final no las usas porque te demanda mucho tiempo”. “...muchas veces están tan “enviciados” con los juegos que no salen al recreo y cuando comienza la clase están dispersos o piden salir”. Tampoco aprovechan la netbook en la casa con fines académicos, ya que muchos no tienen el hábito de hacer las tareas allí y aducen que no tienen Internet sin buscar zonas de Wi-fi.

Está claro que la brecha generacional en cuanto al dominio de la herramienta informática es sin dudas un gran desafío. Pese a esto, los docentes aseguraron que no han recibido mucha capacitación y que por esa causa quienes sí las han aprovechado son los profesionales de materias relacionadas con la tecnología digital (De Vita, 2013)

A partir de haber tomado conocimiento de la problemática descrita, durante los años 2011 y 2012, se propiciaron y se dictaron dos seminarios sobre prevención de adicciones tecnológicas (Internet, videojuegos y celular) en niñez y adolescencia, dictado por el Profesor Mariano Choliz. Dichos seminarios fueron aprobados por la Comisión para el Desarrollo Profesional Docente Evaluativa de Proyectos, dependiente de la Dirección General de Escuelas mediante resolución 0243/2011, y otorgaba puntaje a los docentes que participaron (Ver Anexo 7).

#### 6. Tecnología y sexualidad en la niñez y adolescencia

Al igual que en Europa, muchos chicos de todas partes del mundo consideran la web como un recurso para todo lo que siempre han querido saber sobre sexo y sexualidad, incluidas las fotos y películas pornográficas. En ese mundo, el sexo se trata como cualquier otro producto; se puede acceder durante las 24 horas y la única censura que existe es la condición superficial, "si tienes menos de 18 años, haz clic aquí".

En 2010, EU Kids Online, en una encuesta a 25.142 niños y adolescentes de 25 países, informó que cerca del 25 por ciento de los encuestados habían visto contenidos sexuales o pornográficos tanto en la red como fuera, y algunos de ellos más de una vez por mes. En 2006, un estudio realizado en los Países Bajos a 471 adolescentes de entre 13 y 18 años, reveló que cuanto más pornografía veían en la red, más consideraban que el sexo era una simple actividad física. Otros dos estudios holandeses realizados en 2009 descubrieron que los niños que usaban Internet como su única fuente de información sobre sexualidad eran especialmente propensos a copiar los comportamientos que veían, en vez de establecer sus propios límites y normas.

La pornografía en la red está muy lejos del contenido de las revistas. Las imágenes son crudas. Bamberg Denver, experto en Internet, señala que un niño acostumbrado a navegar por la Web puede estar convencido de que es común tener un pene extraordinariamente grande o, que hacerse una operación para aumentar el tamaño del pecho es lo normal. El sentido de la realidad sexual de un niño puede verse afectado si ve porno a una edad temprana. "La educación sexual ha dejado de ser territorio exclusivo de los padres o de los colegios. A menos

que se tenga cuidado, puede influir en la actitud de un niño con respecto al sexo y a las relaciones", agrega Delver.

La Dra. Diana Sahovaler de Litvinoff, psicoanalista Miembro Titular de la Asociación Psicoanalítica Argentina, autora del libro "El sujeto escondido en la realidad virtual" dice que entre las páginas existen varias que presentan videos sexuales en directo y otras que hacen gala de un despliegue vertiginoso de videos protagonizados por 'mujeres de todo tipo físico y nacionalidades', sin importar demasiado lo que ofrecen a la vista. "Los padres deben transmitir que Internet es una puerta abierta. No es algo privado, aun teniéndola en la casa. La computadora es igual a salir a la calle, con toda clase de datos e información de lo que se quiera. No se puede prohibir, pero si acompañar y enseñar". (Sahovaler de Litvinoff, 2009).

Agrega que el sexo y la violencia explícitos en la época actual, descriptos y graficados en las pantallas, editados y hasta modificados para ser comercializados como espectáculo, la aparente falta de angustia que acompaña a las imágenes y discursos más descarnados, tanto en el emisor como en el receptor, nos muestran viviendo en una "era pornográfica. La conjunción del empuje al objeto y la globalización informática presentan a la vida como un show donde todo puede ser mostrado. El pudor, la vergüenza y la lástima son interpretados como debilidad o como manifestación de una personalidad amargada o prejuiciosa" (Sahovaler de Litvinoff, 2009).

Una encuesta realizada en Holanda en 2006 a 11.000 niños menores de 18 años, revelaba que muchas niñas suben fotos suyas inapropiadas y en actitudes sexuales en redes sociales como Facebook. El nueve por ciento de las niñas dijo que había colgado fotos y que lo lamentaban. Algunas adolescentes suenan mayores de lo que son, son *sabelotodo* y displicentes. Algunas suenan ansiosas como Kata, de 16 años que pensaba que podría ser lesbiana porque el sexo heterosexual que había visto en Internet era salvaje, rudo e insensible.

Dado que Internet ha cambiado la forma en la que los niños aprenden en general, su papel central en la educación sexual no debería sorprendernos. El sexo sigue siendo uno de esos temas embarazosos que los adultos tratamos de evitar. Y sin embargo, es muy fácil entrar en Internet para encontrar respuestas a nuestras preguntas, y para que satisfagan nuestra curiosidad no lasciva. Aunque los niños de diez años o menores pueden encontrarse con imágenes

sexuales, pocos países ofrecen educación sexual obligatoria en la enseñanza primaria. Así que corresponde a padres y educadores, hablar con los niños tan pronto como puedan y escucharnos para crear un espacio donde se sientan seguros. Lo importante es permanecer en contacto, dice Gisela Priebe, una de las autoras de 'See Me', un estudio del fenómeno realizado en Suecia. "No importa lo que sus hijos hayan hecho. Debe re-calcularles que les pueden contar todo, incluso aunque pueda no gustarle."

Lo expresado es la realidad de muchos niños, niñas y adolescentes, y a más de lo dicho, no escapa a nadie que son víctimas a través de las redes sociales de abusos sexuales, y las pantallas se convierten en las ventanas por la que salen muchas adolescentes de su casa al encuentro de una ilusión, presentada por extraños que conocen a través de las mismas, y que sólo desean aprovecharse de su inocencia.

Lo que ven lo repiten, y esto me recuerda un caso muy doloroso que me tocó resolver en mi servicio de justicia. Dos niños de 9 y 11 años abusaron sexualmente de su primita de 7 años, le metieron un palo de escoba por su órgano genital, y al interrogar sobre la motivación, los mismos expresaron que repetían conductas que habían visto en Internet.

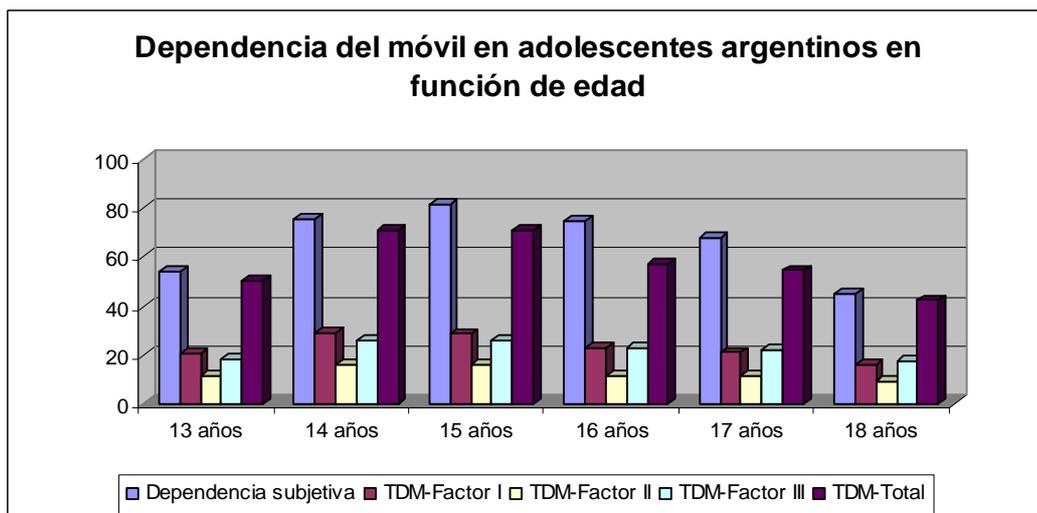
A más de lo dicho en los párrafos anteriores, para evitar la permanencia sin control e indiscriminada de los niños, niñas y adolescentes frente a las pantallas, aquellos que tenemos la posibilidad de tener influencia en la educación, tanto padres, como docentes y educadores, debemos tomar conciencia y movilizarnos para buscar las herramientas de control de esta situación.

## 7. Investigaciones previas en Mendoza Argentina

En el año 2009, se comenzó a trabajar en la adaptación y aplicación de los protocolos de evaluación previstos en el *Prev. Tec.3.1*. El mismo comprendió a 1200 niños y adolescentes de escuelas de Mendoza de zona marginal y urbana, colegios de gestión pública y privada. Era la primera vez que se abordaba esta problemática en los colegios, desde la prevención

De esta investigación surgieron resultados que nos impulsaron a continuarla y eventualmente aplicar el Programa *PrevTec3.1* para prevención de adicciones.

A continuación presentamos los resultados obtenidos en la oportunidad respecto del teléfono celular o móvil.



*Figura 4 Dependencia al móvil en jóvenes argentinos conforme la edad*

Factor I. Dependencia del móvil. Factor II. Problemas provocados por abuso del móvil. Factor III. Anhedonia (incapacidad para experimentar placer, la pérdida de interés o satisfacción en casi todas las actividades).

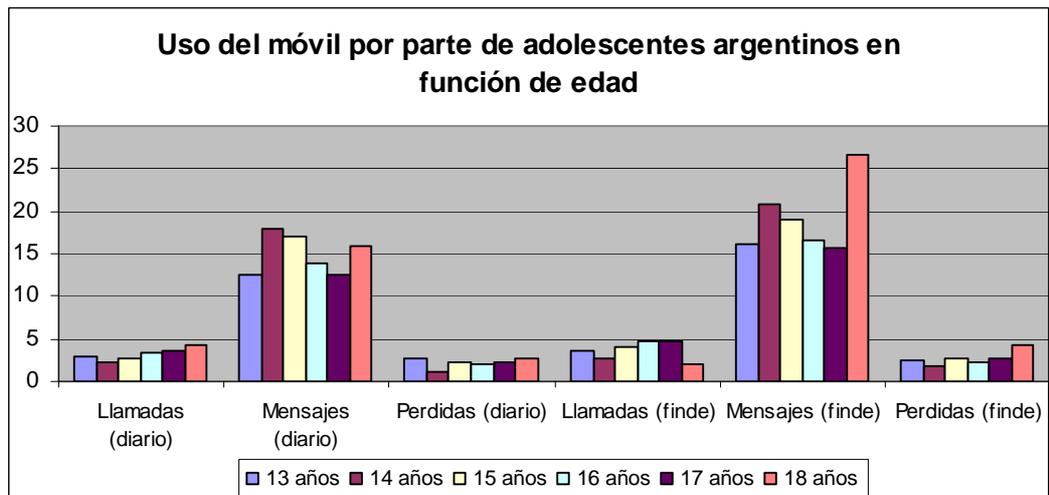


Figura 5. Uso de celular por parte de adolescentes argentinos conforme edad

Era la primera vez que en nuestra provincia y en América Latina se advertía sobre este problema y allí se propuso, en base a estos resultados preliminares: 1. Que se procure la evaluación científica con cuestionarios específicos sobre las adicciones a medios tecnológicos a niños, niñas y adolescentes; 2. Que se arbitren programas educativos para prevenir adicciones y favorecer conductas alternativas e incompatibles con la adicción y 3. Promover la capacitación de profesionales para especializarse en estas adicciones y en el programa preventivo, lo que se aprobó por unanimidad.

## CAPITULO II: ADICCIONES COMPORTAMENTALES

### 1. Introducción

Generalmente cuando pensamos en adicciones se nos representan las sustancias psicotrópicas adictivas.

Estas adicciones son generadas por sustancias que alteran a la persona de forma psíquica, física, social y personalmente (Alonso-Fernández, 2003; Echeburúa, 1999).

Los componentes fundamentales de los trastornos adictivos son: la falta de control y la dependencia, es decir, la pérdida de libertad.

Las adicciones no se limitan exclusivamente a las conductas generadas por sustancias químicas como los opiáceos, los ansiolíticos, la nicotina o el alcohol, de hecho existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos que pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas (Echeburúa, 2005).

Hablar de adicciones psicológicas, significa adicciones en las que no están involucradas, al menos en principio, sustancias químicas externas, y que pueden llegar a ser igual de perjudiciales que las conocidas adicciones químicas. Pese a que aún están en desarrollo las investigaciones que pretenden conseguir una mayor validez empírica, estas adicciones, las nuevas adicciones, pueden derivarse del hábito cotidiano.

No es exagerado señalar que ciertas conductas, como el juego patológico, la hipersexualidad (normal y parafílica), la adicción a la comida (bulimia), el ejercicio físico compulsivo, la dependencia a las compras, el trabajo excesivo, etc., pueden considerarse psicopatológicamente como adicciones (Echeburúa, 1994).

Hablar de adicción a Internet y a las redes sociales puede resultar chocante y es objeto de controversia. Sin embargo, y por mucho que la adicción a las nuevas tecnologías no sea equivalente, al grave problema de la adicción a las drogas, y al alcohol, hay muchos puntos en común. En realidad cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad placentera puede

desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. La adicción es una afición psicológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses. De hecho existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos (como las compras) que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir de forma grave en la vida cotidiana de las personas afectadas, a nivel familiar, escolar, social, o de salud (Echeburúa en Choliz y Marco2012).

Las adicciones psicológicas (sin droga) no figuran incluidas como tales en el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994). En esta clasificación nosológica, el término adicción se reserva para los trastornos por abuso de sustancias psicoactivas (Echeburúa, 1994).

¿Cuándo una conducta puede calificarse de adictiva? Cuando está controlada inicialmente por reforzadores positivos y termina por ser controlada por reforzadores negativos e implica una pérdida de control para el sujeto, y en último término, le lleva a una degradación psicosocial (Goodman, 1999 citado por Echeburúa y Corral, 1994:7).

Muchas son las preguntas que podemos hacernos ante lo que se ha dado en denominar como adicción a las tecnologías, aunque a día de hoy todavía está en discusión el propio criterio diagnóstico. Mientras que unos especialistas aseguran que estamos ante uno de los trastornos adictivos más recientes, otros piensan que se trata más bien de un uso descontrolado o problemático, sin más repercusión que los inconvenientes que puede tener una conducta excesiva (Choliz y Marco 2012)

## 2. Delimitación conceptual

El término de adicciones comportamentales es verdaderamente joven, por ello es más complicado de delimitar. Además, éstas pueden ser ámbito de trabajo y estudio de diferentes disciplinas, ello hace, si cabe, más complicada su delimitación y definición conceptual.

Las perspectivas involucradas son: la psicología, la psiquiatría y la sociología. La adicción, sea química o no, consideramos que es una enfermedad en la que se desarrolla una

relación de dependencia entre la persona en cuestión y el objeto de esa misma adicción hasta el punto de llevarle a situaciones destructivas.

La adicción fue definida por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en 1964 como un impulso incontrolable dirigido hacia un objeto determinado, que se repite con un intervalo no demasiado prolongado. Esta definición, según Alonso-Fernández (2003) sería poco afortunada ya que omite al elemento sustantivo de la adicción: la relación de entrega absoluta al objeto.

Para Jim Orford (2001) la adicción es una conducta apetitiva excesiva: La adicción es la palabra adecuada y comúnmente entendida para usar con respecto a las conductas apetitivas excesivas.

Asimismo, Stephanie Brown (2002) define la adicción como un proceso organizado sobre el “*loss of control*”, que se refleja en la incapacidad de parar el uso de una sustancia o de una actividad una vez que se ha comenzado.

### 3. Elementos y características

Siguiendo el trabajo de Becoña (2005), éste considera que en una adicción hay cuatro elementos esenciales:

- a) Un fuerte deseo o sentimiento de compulsión para llevar a cabo una conducta particular.
- b) Capacidad deteriorada para controlar la conducta.
- c) Malestar y angustia emocional cuando la conducta es impedida o dejada de hacer.
- d) Persistir con la conducta a pesar de la clara evidencia de que es la que produce los problemas.

Según Washton (1991) las dos condiciones mínimas necesarias para que una conducta se convierta en adictiva serían, por un lado, la existencia de una necesidad incontrolada y reiterada de realizar esa conducta, y por otro, la acción nociva que esa conducta posee.

Las 5 características secuenciales que se dan en toda adicción son:

- a) Enamoramiento: “flechazo” en la primera experiencia con la sustancia o actividad.
- b) Luna de miel: gratificaciones sin consecuencias negativas.
- c) Traición: dependencia y comienzo del declive.
- d) Ruina: consecuencias negativas.
- e) Aprisionamiento: desesperación y destrucción personal.

Podemos observar entonces, que una conducta o actividad se convierte en adictiva cuando la persona pierde el control de sí misma, cuando deja de poder decidir con libertad en torno a esa conducta o actividad o el propio objeto deseado. De esta manera la conducta o actividad a la que la persona es adicta hace que la persona pierda el control del impulso que le lleva a incidir en la actividad o conducta.

Asimismo, podemos observar cómo la adicción se crea a través de la repetición de unos patrones, es por ello, que nos es sumamente complicado delimitar cuándo un problema conductual se debe a una adicción psicológica.

En palabras del psiquiatra Alonso-Fernández (2003) es a partir del momento en que la afición a un objeto o a una actividad se transforma en una necesidad cuando se puede comenzar a hablar de una adicción. La subordinación al logro de un objeto o a la realización de una actividad constituye el dato definidor de la existencia adictiva.

Podemos empezar a concluir por tanto, que la adicción originaria se centra en una relación autoritaria con el objeto de adicción, como si todo el universo del individuo dependiera de dicha adicción. Por tanto, concluye Alonso-Fernández (2003), podemos hablar de que la voluntad del individuo es una voluntad desprovista del mecanismo frenador y convertida así en voluntad involuntaria, una voluntad no libre.

Una vez delimitado el concepto de adicción es importante aclarar que es una adicción “no química” o adicción social, o adicción comportamental. En lo que se refiere a este tipo de

adicciones, la terminología no está aún clara, ya que, podemos encontrar autores que las denominan también psicológicas o nuevas adicciones. Esto pone de manifiesto dos cosas: lo complicado del estudio de este tipo de patologías, y el vacío conceptual ante el que nos encontramos, por ello, veremos que dicen diferentes autores sobre las adicciones “no químicas”, comportamentales o psicológicas.

El psiquiatra Alonso-Fernández (2003) expresa que una adicción social viene trazada por la presencia de cinco datos definidores: en principio la organización existencial polarizada en la relación absorbente con un objeto, en segundo término el acto impulsional, en tercer lugar la recepción de recompensas, en cuarto lugar la repetición del ciclo y por último la acumulación de consecuencias nocivas y que aunque una conducta pudiera parecer abusiva socialmente, no tiene por qué considerarse una adicción patológica si no se dan estos cinco rasgos característicos simultáneamente.

Echeburúa (1999) plantea que las adicciones no se reducen a las conductas generadas por sustancias químicas diversas, sino que también pueden producirse por el abuso de hábitos de conducta aparentemente inofensivos, como ir de compras, el sexo, o los juegos de ordenador. No se trata -dice el autor- de psicopatologizar conductas y hábitos cotidianos, sino más bien de señalar que muchas conductas normales, algunas de las cuales pueden ser saludables o al menos inofensivas, en ciertos casos pueden convertirse en desadaptativas si se hace un uso anormal de ellas, bien por su intensidad, por su frecuencia, o por la cantidad de tiempo o dinero invertido. En sus propias palabras: "Lo que diferencia al hábito de la adicción es que esta última tiene efectos contraproducentes para el sujeto" (Echeburúa 1999, 14).

Para Griffiths (1998) las conductas que cumplan los siguientes seis criterios pueden ser denominados adicciones:

a) Saliencia: se refiere a cuando una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.

b) Modificación del humor: experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad.

c) Tolerancia: proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los efectos anteriores.

d) Síndrome de abstinencia: estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.

e) Conflicto: se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los propios individuos (conflicto intrapsíquico) que están involucrados con la actividad particular.

f) Recaída: es la tendencia a volver a los patrones tempranos de la actividad que vuelven a repetirse, restaurando los patrones más extremos de la adicción.

La patología adictiva originaria y fundamental se concentra en la relación autoritaria con el objeto, como si fuera un cordón umbilical del individuo. La expresión mental es adictiva si se configura como una apetencia del objeto, excesiva, difícil, e imposible de controlar. Es por tanto, una voluntad desprovista del mecanismo frenador y convertida así en una voluntad involuntaria, una voluntad no libre (Alonso- Fernández, 2003).

Según Echeburúa (1999) las adicciones psicológicas son muy distintas unas de otras, pero todas ellas tienen algo en común que constituye su aspecto nuclear: la pérdida de control sin la presencia de una sustancia química adictiva.

Para Echeburúa y Corral (1994) lo que caracteriza a una adicción psicológica no es el tipo de conducta implicada, sino la naturaleza de la relación que el individuo establece con ella, es decir, la forma en que se realiza esa actividad.

Podemos observar por tanto, que enmarcar una conducta adictiva no siempre es fácil, por ello, necesitamos tener características comunes que se den en los diferentes problemas de conductas adictivas para concluir que se tratan de adicciones psicológicas.

En esta línea, Echeburúa (1999) propone los límites que pueden establecerse entre las conductas normales y las adictivas:

- a) pérdida de control;
- b) fuerte dependencia psíquica;
- c) pérdida de interés por otras actividades gratificantes;
- d) interferencia grave en la vida cotidiana.

Por otro lado, del trabajo de Echeburúa y Corral (1994) podemos realizar la siguiente enumeración de características comunes en las adicciones psicológicas:

- a) tolerancia;
- b) síndrome de abstinencia (ansiedad, impulsividad, bajo interés por otras actividades gratificantes);
- c) la actividad es realizada con frecuencia en cantidades mayores o durante un periodo más largo de lo que inicialmente se pretendía;
- d) existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir la actividad adictiva;
- e) se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención, consumo, de la actividad o en la recuperación de los efectos de la actividad;
- f) reducción de importantes actividades sociales, laborales o recreativas debido a la realización de la actividad:
- g) se continúa realizando la actividad a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos recidivantes o persistentes, que parecen causados o exacerbados por la adicción psicológica;
- h) control inicial por estímulos reforzadores (lo placentero de la conducta en sí) y
- i) control final por estímulos negativos (alivio del malestar).

4. ¿Cuál es el ciclo que se observa en las adicciones psicológicas?

Según Echeburúa (1999) se puede observar que

- a) La conducta es placentera y recompensante para la personas.
- b) Hay un aumento de los pensamientos referidos a dicha conducta en los momentos en los que la persona no está implicada en ella.
- c) La conducta tiende a hacerse cada vez más frecuente.
- d) Activación del mecanismo psicológico de negación del problema o abuso de dicha conducta.
- e) Se experimenta un deseo intenso –sentido periódicamente de llevar a cabo la conducta y se tienen expectativas muy altas acerca del alivio del malestar que se va a sentir tras la ejecución de la conducta.
- f) La conducta se mantiene a pesar de las consecuencias negativas crecientes. Hay una justificación personal y un intento de convencimiento a los demás por medio de una distorsión acentuada de la realidad.
- g) A medida que los efectos adversos de la conducta aumentan, el adicto comienza a tomar conciencia de la realidad y realiza intentos –habitualmente fallidos de controlar la conducta por sí mismo.
- h) Lo que mantiene ahora la conducta no es ya el efecto placentero, sino el alivio del malestar. Este alivio es cada vez de menor intensidad y de más corta duración.
- i) El sujeto muestra una capacidad de aguante cada vez menor ante las emociones negativas y las frustraciones cotidianas.
- j) Las estrategias de afrontamiento se empobrecen debido a la falta de uso. De este modo, el comportamiento adictivo se convierte en la única vía para hacer frente al estrés.
- k) La conducta adictiva se agrava. Una crisis externa –la ruptura de la pareja, una estafa, la pérdida de empleo, etc.– lleva al paciente o a la familia a solicitar tratamiento.

Para Alonso-Fernández (2003), las adicciones sociales tienen en unos casos el sentido negativo de una huida de sí mismo o una evasión, y en otros el sentido positivo de una búsqueda de satisfacer necesidades psicológicas existentes.

Es de suma importancia delimitar qué es adicción y qué no lo es. Al tratarse de adicciones que no dependen de sustancias químicas externas, podemos caer en el error de convertir un hábito en una adicción.

Por ello, pese a que muchas personas desarrollan conductas que pueden ser potencialmente adictivas, no todas estas personas son adictas a una conducta o hábito. Todo dependerá de los factores de riesgo externos e internos y su incidencia.

## 5. Modelos explicativos de las adicciones

Es complicado definir cuáles son los modelos explicativos, ya que, al tratarse de adicciones relativamente nuevas, fruto de los cambios socioculturales que han llevado a los cambios sociales e individuales de la población, éstas, aún están siendo fruto de investigaciones primarias.

A continuación, hacemos un repaso por las teorías que tienen más peso y credibilidad científica en el campo de las adicciones.

Para Echeburúa (1999) es fundamental y básico que se dé el síndrome de abstinencia, este es el hecho determinante para saber que estamos frente a una adicción.

El autor simplifica las características comunes del síndrome de abstinencia independientemente de la adicción. Para Echeburúa (1999) estas características son las que siguen.

- a) Impulso en forma de deseo intenso.
- b) Tensión creciente hasta la ejecución de la conducta.
- c) Vuelta gradual del impulso asociada a estímulos internos y externos.
- d) Desaparición temporal de la tensión.

e) Condicionamiento secundario a dichos estímulos.

El uso adictivo de una conducta placentera implica el control de la misma por reforzadores negativos (evitación de algún tipo de malestar); el uso no adictivo de la misma, por el contrario, está asociado al control por reforzadores positivos.

Otro de los puntos fundamentales es el hecho de que la ejecución de una determinada conducta sea acabar con un malestar interno, en ese caso, si no se da la ejecución de dicha conducta estaremos hablando del síndrome de abstinencia. Todas las adicciones psicológicas están, además, relacionadas con déficit en el control

Respecto de las recompensas, existen de varias clases: la recompensa negativa que consiste en el alivio del malestar (ansiedad, irritabilidad) que acompaña a la pulsión adictiva no consumada; las recompensas positivas, o lo que es lo mismo, las que aportan placer, pueden tener un carácter primario o secundario. La recompensa positiva primaria consiste en el efecto placentero producido de un modo directivo en el momento de iniciar la entrega al acto impulsional, en la que se asocia la vivencia de autorrealización con la elevación del nivel de autoestima. Después aparece la recompensa positiva secundaria, en forma de placer asociado al comportamiento adictivo. Las distintas recompensas tienen un factor común y es el de desarrollar reacciones psíquicas en el sujeto. Estas reacciones activan la molécula de la recompensa, es decir, la dopamina, un potente neurotransmisor. Así, pese a que existe cierta autonomía entre el plano biológico y psíquico de la recompensa, proviene según el caso de la modificación neuroquímica, de la reacción psíquica o de una conjunción entre ambas. (Pedinelli et al., 1997, citado por Alonso-Fernández, 2003).

Para que dicha conducta se mantenga, deben darse además los condicionantes. Estos pueden ser externos o internos y son similares en todas las adicciones. Estos están en mayor o menor grado en relación con la vulnerabilidad psicológica, (Echeburúa, 1999)

Las drogas tienen una notable capacidad de aumentar los niveles de la dopamina. Precisamente el aumento de dopamina en el cerebro de los adictos es lo que provoca el subidón –la sensación de euforia– producida, por ejemplo, por la cocaína. Pero la dopamina puede aumentar también con un contacto sexual, un atracón, el placer de comprar por comprar o el

enganche a una máquina tragamonedas. Los sujetos, una vez adictos a una sustancia o a una conducta, se habitúan a altas concentraciones de dopamina. (Echeburúa, 1999).

La abstinencia es la experiencia que sufre el dependiente. Se manifiesta como una necesidad, es decir, como una especie de apremio exterior que se le impone. Es por tanto, una experiencia ajena al yo, que guarda una relación muy estrecha con el fenómeno obsesivo-compulsivo. La dependencia se traduce en una experiencia egodistónica en cuya elección y mantenimiento el sujeto toma una participación activa. En cambio, la adicción se vive como un proceso de autorrealización, saturado de sintonización con el yo, por tanto es una experiencia ego sintónica. Asimismo, mientras que en la adicción la voluntad juega un papel fundamental, desprovisto de su mecanismo frenador claramente, la dependencia se impone al sujeto como una coacción externa. (Alonso- Fernández, 2003)

Ovejero (2000, 202) propone explicar al menos parte de las adicciones a través de una base teórica psicosocial y dice que “al menos una parte de las dependencias, sean éstas del tipo que sean, se debe a un intento, no siempre deliberado ni siquiera siempre consciente, del individuo de buscar una nueva identidad personal. Propone un enfoque psicosocial, el de la identidad personal y social, que si bien no puede dar cuenta de absolutamente todos los casos de adicción, sí puede ser útil para entender y prevenir muchos de ellos”.

Existen cuatro grupos de teorías explicativas en base a cual es la causa del *craving* o ansia, en la adicción. Este término se usa en adicciones químicas porque como exponía el doctor Alonso-Fernández (2003) se acuñaba solo para dependencias fisiológicas. Los últimos estudios empíricos están demostrando que, al menos en principio, se da el *craving* en las adicciones conductuales (Rodríguez, Mata, Moreno, 2007).

En primer lugar están los modelos homeostáticos, que proponen que el consumo o ejecución de una actividad adictiva se asocia directamente a la presencia de diferentes estímulos externos ambientales, así el cuerpo emite respuestas condicionadas anticipatorias causadas por el refuerzo negativo ambiental. Es decir, la conducta adictiva actúa como un mecanismo de evasión (Cepeda-Benito y Gleaves, 2001).

En segundo lugar están las teorías centradas en la influencia del reforzamiento positivo, es decir, estos refuerzos positivos vendrían dados normalmente por factores externos, sería por tanto, la búsqueda del bienestar del organismo, de las sensaciones positivas que el reforzamiento produce. (Cepeda-Benito y Gleaves, 2001)

En tercer lugar estarían las teorías cognitivas, que exponen que las adicciones, al tratarse de procesos intencionales, el *craving* puede darse en dos situaciones: cuando los factores externos no permiten que se de la ejecución de las conductas adictivas, y cuando la misma persona que sufre la adicción intenta negarse la ejecución de la conducta adictiva.

En último lugar estarían las teorías psicobiológicas, que proponen que todas las conductas adictivas, ya sean químicas o no, tienen la capacidad de cambiar, a largo plazo, estructuras del sistema nervioso, que están implicadas en el refuerzo y la motivación apetitiva (dopamina), lo que convierte la conducta adictiva en reforzadores positivos de la conducta (Robinson y Berridge, 2003).

En un principio de la discusión, una teoría era excluyente de las otras tres, pero, actualmente, se ha llegado a la conclusión de forma empírica, a través de diferentes investigaciones, que estas teorías explicativas pueden ser complementarias. (Rodríguez, Cepeda- Benito, Fernández y Vila, 2005).

## 5. Factores de riesgo y protección de las adicciones en general

En este apartado intentaremos dilucidar cuáles son los factores de riesgo más importantes que se dan en la mayor parte las llamadas adicciones “no químicas”.

Entendemos por factor de riesgo a “un atributo y/o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que incrementa la probabilidad de presentar una conducta adictiva (inicio) o una transición en el nivel de implicación con las mismas (mantenimiento)”.

Clayton (1992) con respecto a los factores de riesgo dice que:

1) los factores de riesgo pueden estar presentes o no en un caso concreto. Si un factor de riesgo está presente, es más probable que el individuo presente una conducta adictiva;

2) la presencia de un solo factor de riesgo no determina que se vaya a producir una conducta adictiva, ni su ausencia implica que no se dé;

3) el número de factores de riesgo presentes está directamente relacionado con la probabilidad del abuso de drogas, aunque este efecto adictivo puede atenuarse según la naturaleza, contenido y número de factores de riesgo implicados;

4) la mayoría de los factores de riesgo y de protección tienen múltiples dimensiones medibles y cada uno de ellos influye de forma independiente y global.

Como hemos observado, no hay un consenso en cuanto a la delimitación conceptual clara, aunque existan algunas pautas comunes en todos los autores citados.

En el caso de los factores de riesgo que aumentan la posibilidad de padecer una adicción psicológica tampoco hay un consenso claro, y hay variación entre diferentes autores. Algo que sí es claro, es el hecho de que las adicciones comportamentales no se deben a una única causa, sino que su causalidad es “multifactorial”, por tanto sus factores de riesgo son diversos y de muy disímil naturaleza, al igual que las adicciones llamadas “químicas”.

Álvarez, Moreno y Granados (2011) en el 12º Congreso de psiquiatría virtual, concluyeron que pareciera que existen ciertas características de personalidad o estados emocionales que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones no químicas, entre las que cabe citar las siguientes:

- Impulsividad.
- Estado de ánimo disfórico.
- Intolerancia a los estímulos displacenteros, tanto físicos como psicológicos.
- Baja autoestima.
- Estilo de afrontamiento inadecuado ante las dificultades cotidianas.

- Egocentrismo.
- Búsqueda de sensaciones

Agregan que el hecho de que una persona se frustre en varias áreas de su vida, puede hacer que centre su atención en una sola de ellas, colocando así a esta área en riesgo de adicción (Álvarez et al., )

Es muy relevante resaltar -atento las adicciones que investigamos y los sujetos involucrados niños y adolescentes- lo dicho por Álvarez (2011) en cuanto a los factores de riesgo ligados a la personalidad. Un individuo con una personalidad vulnerable y con una débil cohesión familiar (desapego, conflicto, etc.) presenta un alto riesgo de convertirse en adicto si, además, está habituado a las recompensas inmediatas, existe disponibilidad del objeto de su adicción, se encuentra presionado por el grupo; está expuesto a estresores (fracaso escolar, frustraciones afectivas, etc.) o muestra vacío existencial (inactividad, aislamiento social, falta de objetivos, etc.).

En este sentido el doctor Alonso-Fernández (2003) dice que la probabilidad de que un individuo quede encadenado con un enganche adictivo patológico a una actividad social, se incrementa a medida que los factores de riesgo se vuelven más intensos o numerosos.

En cuanto a la modalidad de actividad social que se convierte en objeto adictivo, viene a ser el resultado de un proceso de selección donde suele imponerse la actividad preferida o la más practicada por el propio individuo.

Es decir, a más intensidad o mayor número de factores de riesgo, más probabilidades de padecer algún tipo de adicción social. Y las actividades o hábitos a los que estamos más expuestos son aquellos a los que tenemos más tendencia, en principio, de convertirnos en adictos.

Parece que, donde más consenso existe en cuanto a los factores de riesgo, es en los factores psicológicos o individuales, en el que la mayoría de los autores consultados por este estudio siguen los mismos patrones.

Ciertas características de personalidad o estados emocionales aumentan de forma notable las probabilidades de caer en una adicción o, lo que es lo mismo, un aumento de la vulnerabilidad psicológica a las adicciones manifestada en la intolerancia a los estímulos desagradables físicos (dolores, insomnio, fatiga, etc.) como psicológicos (preocupaciones, responsabilidades, disgustos, aburrimiento, etc.), impulsividad, disforia y la búsqueda desmedida de sensaciones. También se dan los casos en los que detrás de una adicción se encuentran problemas de personalidad (baja autoestima, por ejemplo) o una vulnerabilidad excesiva al estrés, o un estilo inadecuado de afrontamiento a las tensiones habituales del día a día ( Echeburúa 1993).

Echeburúa (1993) propone el esquema que sigue cuando hace referencia a los factores de riesgo psicológico importantes.

- Estado de ánimo disfórico.
- Intolerancia a los estímulos aversivos.
- Impulsividad.
- Búsqueda de sensaciones.
- Baja autoestima.

Según el Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica (Becoña, 2010) se establecen diferentes subgrupos de factores a saber.

#### 1. Factores familiares

- i) De riesgo: consumo de alcohol y drogas por parte de los padres, baja supervisión familiar, conflicto familiar, historia familiar de conducta antisocial, actitudes

parentales favorables a la conducta antisocial, baja expectativas para los niños o para el éxito, abuso físico.

- ii) De protección: apego familiar, oportunidades para la implicación en la familia, creencias saludables y claros estándares de conducta, altas expectativas parentales, un sentido de confianza positivo, dinámica familiar positiva.

## 2. Factores comunitarios o ambientales.

- i) De riesgo: de privación económica o social, desorganización comunitaria, cambios y movilidad de lugar, creencias, normas y leyes favorables a la conducta adictiva, accesibilidad al objeto de adicción, baja percepción de riesgo de adicción.
- ii) De protección: sistema de apoyo externo positivo, oportunidades para participar como miembro activo de la comunidad, descenso de la accesibilidad al objeto de adicción, normas culturales que proporcionan altas expectativas a los jóvenes, redes sociales y de apoyo dentro de la comunidad

## 3. Factores de los grupos de iguales.

- i) De riesgo: actitudes favorables de los compañeros a la conducta adictiva, conducta antisocial, rechazo por parte de los iguales.
- ii) De protección: asociación con iguales implicados en actividades organizadas por la escuela, recreativas, de ayuda, religiosos u otras.

## 4. Factores escolares

- i) De riesgo: bajo rendimiento académico, bajo apego a la escuela, tipo y tamaño de la escuela (grandes), conducta antisocial en la escuela.
- ii) De protección: escuela de calidad, oportunidades para la implicación pro social, creencias saludables y claros estándares de conducta, cuidado y apoyo de los profesores y trabajadores del centro, clima institucional positivo.

## 5. Factores individuales

- i) De riesgo: biológicos, psicológicos y conductuales, rasgos de personalidad.

- ii) Factores de protección: religiosidad, creencia en el orden social, desarrollo de las habilidades sociales, creencias en la propia autoeficacia, habilidades para adaptarse a las circunstancias cambiantes, orientación social positiva, poseer aspiraciones de futuro, buen rendimiento académico e inteligencia, resiliencia

En las XVIII Jornadas sobre droga dependencia (2009) Cañigral planteó que las adicciones en muchos casos están determinadas, principalmente por tres variables o factores de riesgo:

1. Factores individuales: inmadurez, baja autoestima, impulsividad, baja tolerancia a la frustración, inestabilidad emocional, tendencia al aislamiento, introversión o dificultades de comunicación.

Las experiencias negativas anteriores como el fracaso escolar continuado, los conflictos a nivel familiar o laboral o el hecho de haber pasado por situaciones personales duras o traumáticas, pueden actuar como factores personales de riesgo. La presencia de cuadros psicopatológicos, como los trastornos del estado de ánimo, puede estar también en la base de una adicción.

1 Factores socio-ambientales: dificultades de adaptación y de relación; situaciones familiares, laborales y sociales conflictivas; los problemas surgidos en el entorno escolar o en el grupo de amigos, las situaciones de estrés prolongadas, el efecto de modelado producido por personas cercanas y que resultan relevantes para el sujeto, en especial los padres, pero también de modo importante el grupo de amigos o de personas con las que se comparte tiempo e intereses comunes.

##### 5. Factores relacionados con la capacidad adictiva de las TICs

Entre los más relevantes podemos mencionar: la accesibilidad a las TICs, la universalidad, su uso continuado, el bajo costo, etc.

Las llamadas adicciones conductuales, donde se encuentran las adicciones a las tecnologías, se definen como la dependencia psicológica y la pérdida de control de la conducta

relacionada con el uso de diversos medios tecnológicos (como Internet, los videojuegos o la televisión), y se caracterizan por la presencia de sintomatología psicológica y comportamental.

Para llegar hasta aquí los jóvenes han recorrido un camino en ocasiones corto y paralelo a su desarrollo personal, basado en las necesidades individuales y que podríamos dividirlo en tres fases que evolucionaron de forma sucesiva, pero que con el transcurrir del tiempo se solaparon entre sí haciendo una única necesidad, que es la de estar conectados:

1°. Necesidad de entretenimiento: uso de la televisión, de los videojuegos, etc.

2°. Necesidad de información: uso de Internet, televisión, teléfono móvil, etc.

3°. Necesidad de estar comunicados: uso del teléfono móvil, de e-mails, de blogs, de chats y de redes sociales.

Cañigral (2009) identifica cuáles son los riesgos asociados al entretenimiento y ocio, a la necesidad de información y a la necesidad de estar conectados. En este sentido realiza la siguiente clasificación:

#### 7.1. Factores de riesgos de las adicciones a las TICs

##### 7.1.1. Asociados al entretenimiento y ocio

- Dedicación excesiva de tiempo al juego
- Restar tiempo dedicado al estudio.
- Aislamiento social
- Ansiedad
- Agresividad
- Impulsividad
- Sedentarismo
- Trastornos alimentarios
- Sobrepeso y Obesidad.

##### 7.1.2 Asociados a la necesidad de información

- Dificultad para seleccionar la información que realmente interesa y descartar toda la información innecesaria, inapropiada, nociva, poco fiable, falsa, ilegal, inmoral, etc., que se encuentra en la red.
- Dedicación de mucho tiempo a la selección de la información que interesa en la búsqueda.
- Pérdida de mucho tiempo con consultas frecuentes a espacios con contenidos atractivos, divertidos, entretenidos, interesantes y/o curiosos.

Estos riesgos los tienen todas las personas que entran en la red, pues el ciberespacio no está acotado, en él cabe todo y su uso no está controlado. Por lo que, dependiendo de la formación individual, de las técnicas para buscar información, del conocimiento previo de la realización de expurgos, etc., se podrá o no limitar la tendencia generalizada de Internet para dispersar y mezclar todos los contenidos y se evitarán por tanto pérdidas de tiempo innecesarias.

#### 7.1.3. Asociados a la necesidad de estar comunicados

- Recepción de mensajes no deseados, mensajes basura o mensajes ofensivos.
- Bloqueo del buzón de correo por recepción de grandes archivos.
- Pérdida de la intimidad por facilitar información personal, familiar, económica, etc.
- Riesgo de acciones ilegales.
  - Riesgo de malas compañías en chats con identidades falsas, expresiones inadecuadas o intenciones ofensivas, etc.
  - Distracción de la realización de otras actividades más importantes, necesarias, obligatorias o urgentes.
  - Pérdida de tiempo.
  - Gasto excesivo de dinero.
  - Ansiedad ante la falta de comunicación.
  - Alteración en la percepción de la realidad.

- Necesidad compulsiva de estar siempre en comunicación con los semejantes.

## 7.2 Factores protectores frente a las adicciones tecnológicas

Respecto de los factores protectores frente a las adicciones tecnológicas, Cañigral (2009) sostiene que se tiene que brindar información a los padres, a los educadores y a los niños y adolescentes sobre los riesgos, a fin de promover un uso adecuado de las nuevas tecnologías de información. El autor sostiene que conceptos como autoestima, asertividad, libertad, responsabilidad, compromiso, esfuerzo, afectividad, trabajo, solidaridad, tolerancia a la frustración, sexualidad, sacrificio, amistad, compañerismo, honradez, sentido común, legalidad, etc., tienen que estar cada día más presentes en los centros educativos, en las familias, en los medios de comunicación y en el comportamiento individual y grupal de cada uno de nosotros.

Como resultado de lo desarrollado en este apartado, podemos concluir que dentro de las características de las adicciones psicológicas, se encuentran, precisamente, las causas multifactoriales. El origen de las adicciones no se da por una sola causa; y el hecho de presentar factores de riesgo, tampoco significa que se dé una adicción psicológica, pero, sin embargo, la tendencia a esta adicción puede aumentar en la medida que aumenten los factores de riesgo. A más factores de riesgo, más probabilidades de que un hábito o conducta se convierta en una adicción.

La mayoría de los autores consultados en esta revisión sostienen que los factores de riesgo y de protección más importantes en las adicciones psicológicas son los que están en relación con la personalidad del individuo.

En concreto, casi todos ellos, hacen hincapié en la vulnerabilidad psicológica del individuo como factor de riesgo de una adicción social o como factor a proteger para que ésta no se desencadene. Esta es una de las diferencias más importante entre las adicciones químicas y las “no químicas”.

En resumen y compartiendo con el doctor Alonso-Fernández (2003), la proliferación de estas adicciones está por completo vinculada a las sociedades occidentales modernas o postmodernas, hasta el punto de constituir una nueva psicopatología. Es real que ciertos factores propios de estas sociedades favorecen la aparición del enganche patológico a un objeto o a una actividad social, como la sobre presión ejercida sobre el individuo, la degradación familiar, la proliferación de la enfermedad depresiva y la alta disponibilidad alcanzada por diversos objetos adictivos. Alonso- Fernández (2003).

## CAPITULO III: ADICCIÓN A LOS MEDIOS TECNOLÓGICOS: INTERNET, CELULAR, VIDEO JUEGO

### 1. Introducción

El análisis de la adicción a las nuevas tecnologías no puede desligarse de las profundas transformaciones sociales y culturales que vienen desarrollándose desde mediados de la década del '70, en la denominada sociedad de la comunicación.

Nuevos aparatos surgidos de los avances tecnológicos vienen a cubrir necesidades creadas por nuevos estilos de vida y se redefinen las prioridades valorativas en el marco de una sociedad globalizada. Esta sociedad funciona en red a escala planetaria (Castells, 1997); está basada en el consumo (Marqués, 1999); depende culturalmente en buena medida de los medios de comunicación de masas (Thompson, 1998) y ha modificado las coordenadas cartesianas espacio-temporales de nuestra realidad social contemporánea.

Por ello, se puede afirmar que las tecnologías de la información y la comunicación representan un fenómeno paralelo al que significó la revolución energética en los siglos pasados (Xambó, 2002). Pocos fenómenos culturales se han instalado en la sociedad con características tan homogéneas en tan breve espacio de tiempo y con tanta amplitud.

En efecto, constantemente asistimos a nuevos desarrollos de sus potencialidades que permiten responder a las condiciones dinámicas y cambiantes de la sociedad actual (Roa y Suárez, 2006). Sin embargo, algunos autores recuerdan la existencia de desigualdades en el acceso a las TICs, la denominada "brecha digital", e incluso cuestionan la universalidad de este modelo de sociedad (Crovi, 2004) puesto que, por citar sólo un ejemplo, los quince países más industrializados del mundo reúnen cerca del 90% de la actividad en Internet (Hernández, 2002). Pese a ello, el uso de Internet, videojuegos y móviles no cesa de crecer en número de usuarios, universalización de su uso y la generalización y facilitación de su acceso.

## 2. Adicción a Internet: delimitación de la problemática – características

Se atribuye la carta de nacimiento de Internet al proyecto de interconexión de los ordenadores del ejército de Estados Unidos, aunque lo cierto es que incluso en su génesis, Internet ha sido mucho más global. En 1957 se crea ARPANET, que es la interconexión de los grandes ordenadores IBM del Ejército de Estados Unidos para compartir información, evitar duplicidades y, principalmente, evitar que la información fuera destruida por un ataque a alguna de sus grandes computadoras. La conexión en forma de red evitaría ese riesgo, puesto que la información no se encuentra almacenada exclusivamente en un ordenador, sino que circula entre todos ellos en una estructura en forma de red, de manera que la desaparición de un nodo puede solucionarse porque el resto de ellos están conectados por otras vías.

Al mismo tiempo, se habían desarrollado en Europa dos importantes proyectos: el NPL, una red comercial en Gran Bretaña y CICLADES, una red científica en Francia. Fue, precisamente, el proyecto francés el que, dado que trabajaba con redes mucho más pequeñas que las militares de USA o las comerciales de Gran Bretaña, se encontró con la necesidad de interconectar las redes entre sí, lo cual es la esencia del propio concepto de Internet (literalmente «entre redes»). Con posterioridad, la elaboración de un protocolo de comunicación estándar para todas ellas facilitó el que éstas pudieran comunicarse entre sí. Fue la génesis de lo que en la actualidad se conoce como protocolo TCP/IP.

Esto hizo que a partir de la década de los ochenta proliferaran redes y que, ya en los noventa, apareciera la World Wide Web, que convirtió el acceso a la red en una tarea sencilla y universal, que es la esencia del actual Internet. Cualquier persona podía conectarse con su ordenador personal y acceder a los innumerables contenidos que se disponían desde las páginas Web de todo el mundo. Simultáneamente, aparecieron nuevos servicios, tales como mensajería, comunicación instantánea, foros, listas de distribución, intercambio de archivos, etcétera. Una de las últimas revoluciones ha sido la web 2.0, que ha dado un paso más en el proceso de transmisión de la información, al permitir que cualquier persona no sólo pueda acceder a la información, sino introducirla de forma sencilla e inmediata, convirtiéndose en un agente activo en el proceso de comunicación.

Internet ha supuesto una revolución en la transmisión y manejo de la información mundial en las pocas décadas de su existencia. Su uso se ha generalizado a cualquier ámbito personal o social en las sociedades tecnológicamente más avanzadas. Cada vez aparecen nuevos desarrollos y aplicaciones, hasta el punto de que «la Red» ya forma parte de cualquier actividad cotidiana, con independencia de que el ciudadano sea usuario personal, o no, porque la importancia de Internet en la sociedad es mucho mayor a la que supone que cada persona sea un cliente o cibernauta. En este momento, ni los servicios básicos, ni la actividad de las empresas, ni la mayor parte de la actividad social funcionarían sin Internet.

Internet ha favorecido la universalización de la información, ejerciendo un papel similar al que tuvo la imprenta en el siglo XVI, momento a partir del cual podía reproducirse y difundirse la información escrita en dimensiones hasta entonces impensables. Pero además Internet permite no sólo que el acceso sea extraordinariamente amplio (se puede encontrar casi cualquier contenido, en muchos casos de forma gratuita), sino excepcionalmente rápido.

La digitalización de la información y el no depender de un soporte físico con el que deba ser transportada, hace que la información se desplace y distribuya más rápida y eficazmente gracias al desarrollo de las tecnologías electrónicas.

El número de internautas crece continuamente en los países más desarrollados económicamente y, especialmente, en las economías emergentes. Según la ONTSI, durante el año 2007 eran más de 1.400 millones los internautas en todo el mundo, con independencia de que alguien a nivel personal se conecte con mayor o menor asiduidad, lo cierto es que la mayor parte de las actividades cotidianas —desde la emisión de un billete en el transporte público, a cualquier gestión administrativa— depende del funcionamiento de Internet (Choliz y Marco, 2012).

En lo que se refiere a España, según el informe Anual de la ONTSI «La sociedad en red» (2010), en el 70% de los hogares hay al menos un ordenador personal y más de nueve millones y medio de hogares (es decir, el 56% de los de toda España) dispone de conexión a Internet. Y de entre todos los internautas, el 23% tiene un perfil en una red social.

En Argentina igualmente hay, según el último informe de 2013 de comStore, en la categoría Retail /venta por Internet/ la audiencia alcanzó a 11 millones y medio de usuarios, aumentando el 16,5 por ciento el último año.

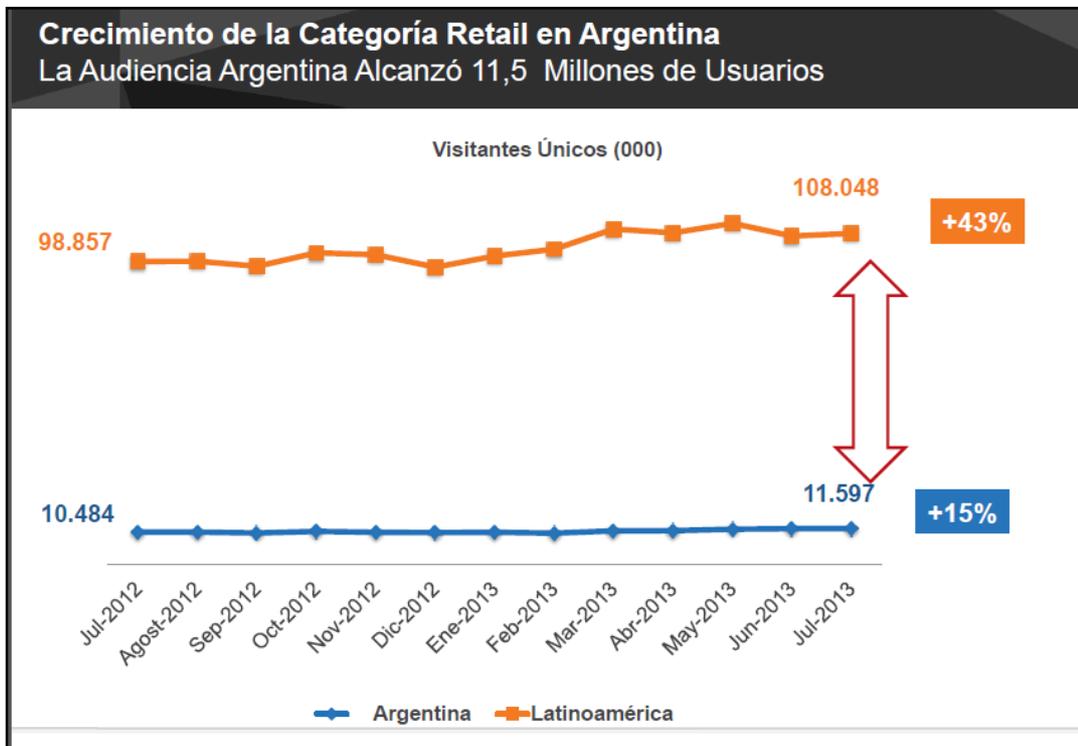


Figura 6. Visitantes de Internet en Argentina y América Latina

Fuente: comStore Informe 2013

La aparición de blogs y redes sociales ha supuesto que muchas más personas se encuentren interesadas en la utilización de Internet, especialmente los jóvenes y adolescentes, a quienes les resulta fascinante compartir información personal o ser visibles socialmente. Esto se suma que día a día las innovaciones tecnológicas posibilitan que más personas puedan acceder a Internet a través de sus teléfonos Smartphones y tablets con sistemas operativos que facilitan la conexión, como vemos en el siguiente gráfico

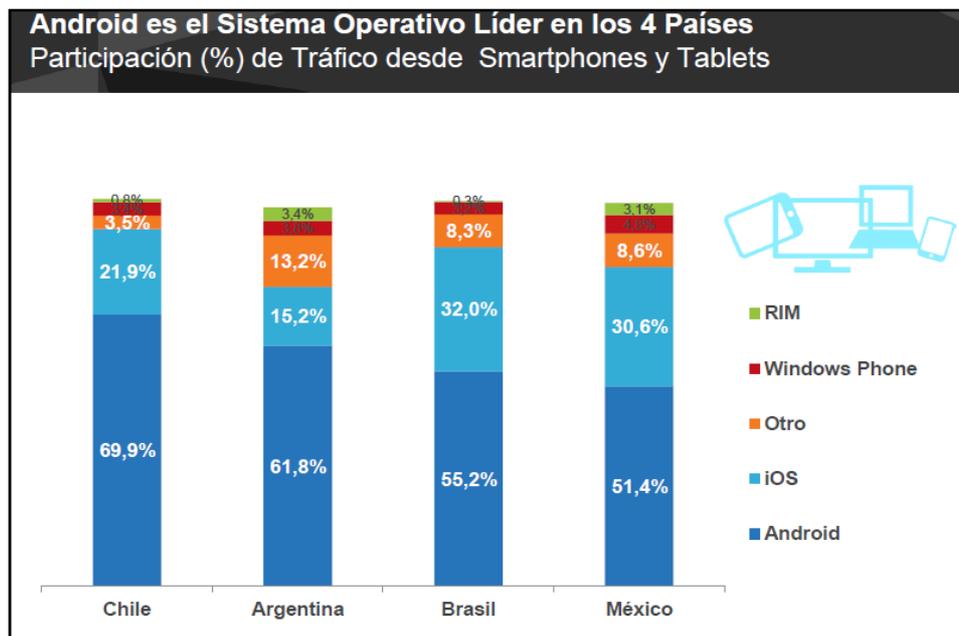


Figura 7. Sistemas operativos más difundidos en América Latina

Fuente: comStore Informe 2013

## 2.1 Herramientas de Internet

Internet dispone de numerosas herramientas y aplicaciones con las que pueden llevarse a cabo funciones tan diferentes como la comunicación interpersonal, realización de gestiones administrativas, búsqueda de información, adquisición de conocimientos y destrezas, pasar el tiempo, divertirse, etcétera. Por ejemplo, uno de los entretenimientos más usados es el de bajar videos tal como aparece en el gráfico n° 9, donde se puede vislumbrar que Argentina supera el promedio de videos por espectador al mes en un diez por ciento superando a Chile, Brasil y México.

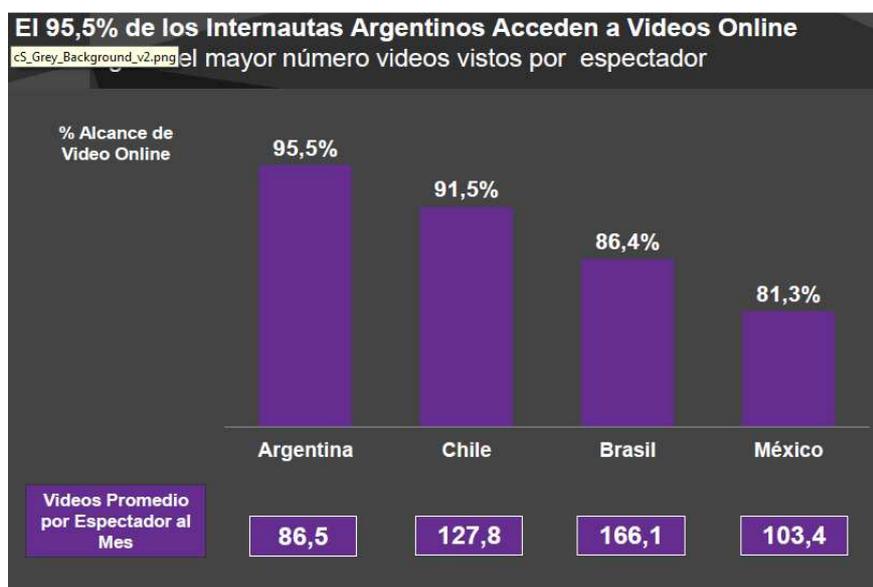


Figura 8. Internautas argentinos que acceden a videos “on line”

Fuente: comStore, “Informe 2013”

A continuación, detallamos algunas de las herramientas más características de Internet, sin perjuicio de que sabemos que aparecerán nuevos servicios o instrumentos

Entre los más usados podemos contar, según lo publicado por Choliz – Marco (2012), los siguientes:

**Blogs:** se trata de una pequeña página Web por medio de la cual se puede expresar información personal u opiniones sobre diversos temas. Suelen estar personalizadas y admiten comentarios por parte de los internautas que acceden al blog.

**Chats:** es una herramienta que permite mantener conversaciones simultáneas en tiempo real, por escrito, audio, webcam, conferencias multimedia o pantalla compartida. Suelen utilizarse para contactar con gente nueva o para mantener conversaciones con un grupo.

**Correo electrónico:** es un sistema de correo digital. Los mensajes quedan almacenados en un servidor y se pueden descargar al ordenador personal en el momento en el que se desee y desde cualquier ordenador conectado a la Red. Puede enviarse ficheros de contenido y

características muy diversas, siempre que se encuentren en formato digital (texto, vídeo, audio, fotografía, software, etcétera).

Espacios: son portales personales que combinan varios servicios (blog, chat, foros, correo, fotos, vídeos, etcétera). Los foros son grupos de discusión que suelen estar coordinados por una persona que lo gestiona. El grupo se caracteriza por el hecho de que los participantes tienen intereses comunes, que son la materia principal de discusión online. Se trata de compartir información con otras personas con las que se coincide en el interés sobre el tema del que versa el foro.

Intercambio de archivos: consiste en compartir o distribuir archivos digitales mediante protocolos como el sistema P2P, que permite que dos ordenadores puedan compartir e intercambiar archivos de forma directa, especialmente cuando éstos son tan grandes que no es posible realizarlo mediante correo electrónico. Este sistema ha permitido la universalización y distribución global de archivos y ha supuesto una auténtica revolución en la comunicación, rompiendo las barreras físicas de la distribución.

Listas de distribución: se trata de un grupo de personas que comparten intereses comunes (científicos, artísticos, etc.) y que pretenden compartir y discutir temas concretos. Los correos electrónicos se distribuyen a todos los miembros de la lista y cada uno lo puede leer en el momento que abra su correo. Los comentarios se distribuyen entre todos los miembros.

Messenger: es muy parecido al *chat*, pero los participantes están identificados, con lo cual no hay desconocimiento de la identidad, ni anonimato. Es un espacio de intercambio y contacto más íntimo, privado y reducido. Permite conocer y decidir la persona con la que se quiere comunicar en cada momento.

Redes sociales: es una de las herramientas más nuevas y una de las que ha provocado un mayor interés, sobre todo por jóvenes y adolescentes. Permiten localizar personas que forman parte de la red, invitar a otras y extender la relación con las personas con las que el invitado ya tenga contacto. Se presenta información personal al resto de miembros de la red con los que tengamos accesibilidad. Es como una tarjeta de presentación con contenidos personales que puede ser ampliada y modificada constantemente.

Transferencia de archivos: consiste en transferir ficheros a un servidor por medio del protocolo FTP, de forma que otras personas que estén autorizadas (que conozcan las claves necesarias) puedan acceder a ellos y descargarlos. También se utiliza para subir archivos a la Web.

Wikis: es un grupo de páginas web que están enlazadas mediante un hipertexto y cuya característica principal es que su edición es colectiva, lo cual permite que diferentes personas puedan escribir y modificar los documentos contenidos en dichas páginas. La más representativa es la conocida Wikipedia

## 2.2. Ventajas de Internet

Formamos parte de un mundo en el que no puede concebirse la sociedad sin Internet. La Red ha llegado a todos los ámbitos (y a todas las edades) de una manera inusitada e impredecible cuando todo comenzó, hace escasamente unas pocas décadas. No hay sector profesional, actividad económica o de ocio en la que Internet no esté presente. En muchos casos el funcionamiento mismo de la organización o entidad depende de la Red, aunque las personas implicadas no sean usuarios directos ni entiendan de la misma.

Las ventajas serían interminables. Solamente describiremos algunas de las que están más directamente relacionadas con el tema que nos ocupa y que tienen que ver con la utilización activa por parte de los internautas.

a. Internet es la principal fuente de información y lo que singulariza a Internet es la accesibilidad a la información, que está disponible en redes que pueden estar (y de hecho se encuentran) muy alejadas entre sí. Cualquier persona y desde cualquier lugar, puede acceder y localizar información que necesita. Puede, por ejemplo, leer un libro que probablemente no exista en versión papel, y si existe, puede que sólo sea un ejemplar guardado en una recóndita biblioteca; o puede que lea un libro agotado a la venta. O puede acceder a todo tipo de música, videos, imágenes y un amplio etcétera. Tan sólo hace falta tiempo y habilidad para encontrarlo.

b. El almacenamiento es ilimitado y el acceso instantáneo. La información no se guarda en una sola computadora, a pesar de que en la actualidad la capacidad de almacenamiento de un ordenador personal (y no digamos de un superordenador) supera la de cualquier biblioteca o archivo cuyo soporte sea papel. De hecho, la principal característica de Internet es que la información se encuentra en las innumerables redes interconectadas. Eso hace que la capacidad sea virtualmente ilimitada, debido a los constantes avances en nanotecnología y la proliferación de redes en todo el mundo. La digitalización, por su parte, permite que se almacene en ficheros informáticos (intangibles y ligeros) entes tan distintos físicamente como libros o material escrito, sonidos, imágenes, filmaciones, software de ordenador, etc. De esta manera es el ordenador el que sustituiría libros o revistas, reproductores de música, cámaras de cine, maquinaria o dispositivos electrónicos.

c. Velocidad de acceso a la información. Y no sólo porque el formato en el que se encuentra permite su transmisión inmediata por redes electrónicas, sino porque la organización de las propias redes y la creación de protocolos de comunicación estandarizados permite acceder de forma casi inmediata a la información. De hecho, uno de los avances más notables de la propia Internet ha sido el desarrollo de buscadores, hasta el punto de que la empresa Google, que ha desarrollado el más potente y eficaz hasta la fecha, se ha convertido en una de las empresas más rentables del mundo y, sin duda, una de las más conocidas e influyentes.

d. Permite el contacto en tiempo real con personas en cualquier parte del mundo. Las herramientas de Internet más utilizadas por los adolescentes son las que sirven a la comunicación: chats, mensajería instantánea y, por supuesto, redes sociales. Al igual que ocurre con el móvil, Internet ha diluido las barreras físicas y temporales del proceso de comunicación. Internet permite comunicarse con cualquier persona que esté conectada, con independencia del lugar en el que se encuentre. Es posible hablar con una sola persona o un grupo de ellas al mismo tiempo, pero además en el momento de conectarse se informa de si alguno de los contactos que se tiene está disponible, en cuyo caso es posible establecer la comunicación, si se desea. Se trata de un avance sustancial en la comunicación interpersonal, que da unas posibilidades tan extraordinarias como inimaginables hace escasamente unas décadas, en las que la distancia impedía el contacto y, como canta el bolero, favorecía el olvido.

e. Se ha convertido en indispensable en nuestra sociedad. En la actualidad es difícil pensar en una sociedad sin Internet. No solamente como herramienta de comunicación y transmisión de información, sino de organización social. La mayoría de las actividades cotidianas o profesionales pueden hacerse por Internet. Desde escuchar música, radio o televisión, hasta leer libros, realizar gestiones administrativas o transacciones económicas, la Red ha llegado a cualquier aspecto de la vida. Y llegó para quedarse.

### 2.3 Inconvenientes de Internet

Herramienta tan poderosa no podría estar exenta de problemas, sobre todo si se utiliza de forma inapropiada o abusiva. Aunque nos centraremos especialmente en los factores que están relacionados con el proceso adictivo, también hay algunos aspectos que convendría reseñar, para favorecer un uso apropiado de Internet, que es, en esencia, la mejor forma de prevenir la dependencia. Algunos de los inconvenientes de internet son los siguientes.

a. Los contenidos no siempre son fiables. Internet ha universalizado el acceso a la información. Nunca ha habido nada capaz de almacenar tanto y ponerlo a disposición de tanta gente. Ésta, que es una de las principales ventajas de Internet, y la que ha modificado radicalmente el acceso al conocimiento, tiene el inconveniente de que también es sencillo aportar información falsa o sin control alguno sobre la veracidad de la misma. Hoy, más que nunca, es necesario contrastar la información por diferentes fuentes y adquirir sentido crítico, con el objeto de no ser confundidos o incluso engañados por la ingente cantidad de información sin control que aparece en Internet. El sello de calidad que otorgan las propias editoriales al publicar un libro, en donde se revisan contenidos y aspectos lingüísticos, no aparece en muchos de los contenidos de Internet, que son «colgados» sin ningún tipo de evaluación sobre su calidad o veracidad.

b. Algunos contenidos son ilegales o inmorales. Aunque la proliferación de contenidos éticamente reprobables no es un problema exclusivo de Internet, lo que sí es cierto es que la proliferación de páginas Web facilita el que sean más comunes que en otros medios de difusión. A esto se une el que la información puede realizarse de forma fácil, rápida y supuestamente anónima (al menos eso cree quien la recoge o el que la aporta). Por último, la

facilidad de acceso a la misma puede agravar el problema, dado que es muy difícil controlar que los menores accedan a dichos contenidos. Por Internet circulan contenidos muy beneficiosos y válidos, pero también maliciosos, injustos, peligrosos o inmorales. Es por ello que, más que nunca en la historia de la humanidad, hace falta inculcar en los ciudadanos - especialmente los más jóvenes- un sentido crítico y honesto de la vida, priorizando una formación y educación que posibilite el buen uso del mismo. De hecho hemos visto en el primer capítulo, lo devastador que puede ser a nivel de mentes infantiles un uso inapropiado y sin control adulto.

c. Puede provocar interferencia con otras actividades. Una de las extraordinarias ventajas de Internet es su multifuncionalidad, puesto que sirve tanto para buscar información, como para establecer contactos personales o disfrutar viendo una película mediante *streaming* –descarga continua-. Pero no es la única forma que tenemos para informarnos, comunicarnos con los demás, solucionar los problemas o disfrutar de la vida. Las personas disponemos de muchos otros recursos personales y sociales que es necesario y conveniente fomentar y utilizar. Pero en algunos casos es materialmente incompatible llevarlos a cabo en el mismo momento o situación, si se está utilizando Internet. Es imposible hablar con el resto de la familia durante las comidas si uno está conectado a una red social, o es difícil mantener pautas de higiene de sueño apropiadas si se tiene que mejorar el rendimiento en un videojuego online.

d. Es incompatible con otras actividades, o les resta tiempo. Hay tantas cosas que hacer en Internet y los contenidos y formas de llevarlas a cabo son tan diversos y atractivos, que la saciedad es mucho menor que con cualquier otra actividad. La tecnología informática ha permitido que la presentación audiovisual multimedia sea espectacular e impensable hace solamente unos años. La interactividad favorece que el usuario no sea un elemento pasivo y exclusivamente receptor, sino que ejerza un papel activo desde la búsqueda de los contenidos, descarga de los mismos, etc.

e. Por último, el desarrollo de las redes sociales y el incremento exponencial en contactos con otras personas favorece el hecho que todo el tiempo que se le dedica a Internet nunca sea suficiente, puesto que siempre es posible navegar por otras páginas, buscar otra información, establecer más contactos, etc. Todo este tiempo que se dedica a la red resta oportunidad de llevar a cabo otras acciones que de igual forma pueden ser útiles o convenientes. Y el desuso

favorece el desaprendizaje, engancha, provoca dependencia. Se trata de uno de los problemas principales de Internet y es la razón fundamental de que se debe trabajar en prevenciones especialmente con los niños, niñas y adolescentes,

Se advierte que hay personas que necesitan Internet para llevar a cabo actividades que podrían realizar de otra forma (y que incluso las habían llevado a cabo antes), y se encuentran mal cuando no puede utilizar Internet o bien, son incapaces de desconectarse o dejar de utilizarlo a pesar de que ello les esté causando problemas.

Todas estas características hacen que pueda entenderse la dependencia de Internet como un problema de adicción, que es, en esencia, un atentado contra la libertad personal. De entre todas las adicciones tecnológicas, la de Internet es sobre la que hay más investigaciones empíricas y sobre la que se han desarrollado más instrumentos para evaluar la dependencia. En general, suele haber un mayor consenso en considerarla como un problema de dependencia que el que se tiene con videojuegos o con el móvil. Los criterios para establecer dependencia de Internet, basados en los que establece el DSM-IV1 para el trastorno por dependencia de sustancias, los indicaremos en el apartado correspondiente (Choliz- Marco, 2012).

#### 2.4 ¿De qué estamos hablando cuando decimos: adicción a Internet?

¿Es algo que existe y por lo que hay que preocuparse? ¿No se tratará de una moda más, de algo pasajero? ¿Qué consecuencias puede tener en quien lo sufre? ¿Existen tratamientos o formas de intervención que sean eficaces?

Muchas son las preguntas que podemos hacernos ante lo que se ha dado en denominar “adicción a Internet”, aunque hoy todavía está en discusión el propio criterio diagnóstico. Mientras que unos especialistas aseguran que estamos ante uno de los trastornos adictivos más recientes, otros piensan que se trata más bien de un uso descontrolado o problemático, sin más repercusión que los inconvenientes que puede tener una conducta excesiva.

¿Y qué queremos decir con uso excesivo de Internet? ¿Cuánto deberíamos utilizarla? ¿Cuándo deberíamos dejar de hacerlo? Son éstas unas cuestiones difíciles de contestar en

general, porque Internet ha entrado a formar parte de nuestras vidas y el funcionamiento de muchas áreas de la sociedad actual depende de la Red. Además, tanto las funciones que cumple Internet, como las herramientas de las que dispone son tan numerosas como heterogéneas. Y también son diversas las necesidades de los usuarios. Así pues, para centrar la cuestión de las adicciones tecnológicas en general, y de la de Internet en particular, debemos atender a criterios psicológicos, es decir, ¿se tiene una necesidad cada vez mayor de utilizar Internet, incluso en situaciones o para funciones que anteriormente se resolvían de otra forma alternativa?, ¿se es incapaz de dejar de utilizar Internet, a pesar de que la situación lo exige de forma imperiosa?, ¿se encuentra mal, incluso irritable, cuando no puede utilizarla?, el uso excesivo y descontrolado de Internet ¿está perjudicando profesional, académica o socialmente? ¿Han aparecido conflictos personales o problemas familiares por utilizarla en exceso?

Cuando todo esto se produce nos encontramos no sólo con un problema causado por el uso excesivo y problemático de Internet: se trata de una dependencia. Porque de eso se trata la adicción: de una relación de dependencia en la que uno es el amo (la droga, el juego, Internet) y otro el esclavo (el drogadicto, el jugador, el adicto a Internet). Ésta es la paradoja y el sarcasmo: algo que es útil, beneficioso y placentero llega a convertirse en un serio problema personal, familiar, profesional y hasta de salud. Esto es lo que ocurre en cualquier tipo de adicción y por ello la adicción a Internet es un problema tan infausto. Por ese motivo es por el cual es necesario entenderla, atenderla y, en los casos en los que sea necesario, intervenir eficazmente.

Coincidentemente con lo expresado hasta ahora Guerreschi (2007), expresa que Internet ha contribuido a mejorar la calidad de vida de las personas, pero el aumento del acceso a esta tecnología ha llevado también al surgimiento y proliferación de trastornos del comportamiento, que comprometen progresivamente la esfera social y relacional de la persona. El término “virtual” deriva del latín *virtus* que significa fuerza, potencia, por ende, lo virtual existe en potencia y no en acto, es algo que existe o puede llegar a realizarse, pero que aún no ha sido concretado.

Esta situación de anonimato que se da entre las personas que utilizan Internet, permite que cada quien se acerque y exprese de diferentes maneras, la propia normalidad o la propia patología reforzando el comportamiento adictivo, ya que en los contactos realizados en forma

virtual, el usuario puede recrear la fantasía de asumir una identidad ideal, acomodaticia o perversa.

El sujeto adicto a Internet queda conectado durante horas, perdiendo la conciencia del tiempo, sin poder controlar la necesidad de conectarse a la Red, convirtiéndola así en un continente de deseos y frustraciones. Su uso reduce las actividades sociales, laborales y recreativas; el uso continúa a pesar de padecer problemas físicos, sociales, ocupacionales o psicológicos como pérdida del sueño, cansancio, irregularidad en los alimentos, dificultades conyugales, impuntualidad, negligencia en el quehacer profesional, sentimientos de abandono y de culpa, los que son manejados a través de los mecanismos de disociación y negación.

Por otra parte, esta adicción no es un trastorno homogéneo, ya que puede desarrollarse de maneras muy específicas, tales como: adicción al sexo virtual; adicción a las relaciones virtuales; compulsiones de la red que ponen en acto diversos tipos de comportamiento como juegos de azar, subastas online y comercio en la Red; sobrecarga cognitiva (Guerreschi, 2007), actualizaciones o descargas de programas al punto de terminar atrapados en un atracón de información; adicción a la computadora, con el uso de programas y juegos como los de rol que permiten crear personales virtuales que vienen a sustituir la vida cotidiana (Muñoz-Mora, 2002).

## 2.5 Factores que estimulan la aparición de riesgos en Redes Sociales

Fernández (2009) identifica ciertos factores que favorecen la aparición de riesgos en el uso de la Red principalmente para los niños y adolescentes, a saber:

a. Impunidad generada por tener la sensación de anonimato que ayuda a que determinadas personas extremen sus acciones, haciendo daño a terceros y actuando contra la Ley.

b. Suplantación: hacerse pasar por otra persona es algo común. Las redes sociales son un buen ejemplo con cientos de perfiles falsos referidos a personas conocidas. Esta situación

puede ocasionar abundantes problemas porque lleva en cierta medida implícita también la condición de anonimato.

c. Impostura: cuando una persona crea un personaje en la Red que, en ocasiones, sirve para engañar a los demás o bien para dar rienda suelta a comportamientos de los que no se desea responsabilizar.

d. Ausencia de datos de contexto: en nuestra vida diaria, incluso cuando nos relacionamos con desconocidos, disponemos de un montón de datos (voz, lugar, tono, aspecto físico, expresión no verbal, estado de ánimo...). Sin embargo, en la red nos lanzamos a interactuar con personas de las que apenas podemos saber un nombre o un Nick. En ocasiones, incluso cuando nos muestra una imagen puede ser peor si no tenemos garantías de que sea la verdadera.

e. Alta disponibilidad y bajo coste: el acceso a Internet se ha popularizado en tal grado que el uso en ocasiones es excesivo y, como en la seguridad vial, los problemas son también una cuestión de densidad y probabilidad.

f. Reducción de distancias: para causar daño no hace falta estar cerca. Según expone el Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO) en la guía “Protección legal de los menores en Internet” existen estos tres peligros potenciales: personales (riesgos de seguridad en foros, chats...); de contenido (acceso a archivos con contenido sexual, violencia...) y de adicción (muchas veces el uso de Internet genera dependencia). En base a estos peligros han aparecido en nuestra sociedad nuevos términos tales como cyberbullying, el cual es entendido como acoso psicológico entre iguales por medio de las nuevas tecnologías (en redes sociales, juegos online, mensajes de móviles, etc.); grooming, entendido como una estrategia de acecho por parte de adultos hacia menores que se inicia ganándose la confianza de la víctima para pasar luego al chantaje con el fin de obtener favores de índole sexual (imágenes, vídeos, encuentros).

g. Rapidez de propagación: un comentario, una imagen, un vídeo que llega a la red puede ser copiado en un segundo por cientos de personas que a su vez lo pueden volver a distribuir.

h. Facilidad de localización y confluencia: de igual manera que encontramos cientos de personas que comparten las más singulares aficiones, determinados perfiles también crean

comunidad online, fortaleciendo su posición y posibilidades. Tal es el caso de los pedófilos o pederastas, pero también de personas con trastornos alimentarios.

i. Características adecuadas para contenidos audiovisuales: este tipo de expresión tiene mayor fuerza de comunicación concediendo credibilidad y normalidad a cuestiones que de otra manera pueden ser extrañas o poco comunes.

j. El niño como segmento de mercado: la población adolescente tiene cierta capacidad de gasto que les convierte en objetivo de prácticas abusivas de marketing así como de todo tipo de pequeñas estafas y abusos.

k. Dificultad y desinterés para controlar la edad de los usuarios: comprobar la edad de quien accede a la Red

l. Consolidación como cuarto espacio de socialización: Internet es un espacio de socialización de los niños y adolescentes como lo es la familia, la escuela o la comunidad, pero en el que cada vez emplean más tiempo.

Del análisis bibliográfico surge que si bien la mayoría de usuarios hacen un uso de Internet de manera controlada, entre algunos emerge una progresiva pérdida en la habilidad del control de la frecuencia y duración de su uso (Petersen, K-U; Weymann, N; Schelb, Y; Thiel, R y Thomasius, R, 2009). Puede afectar sobre todo a personas con necesidades emocionales especiales y a jóvenes y adolescentes (Carbonell, X; Guardiola, E; Beranuy, M y Bellés, A. 2009) y se observa una mayor prevalencia entre el género masculino (Shaw y Black, 2009).

## 2.5 Distintas posturas sobre tratamiento

La controversia surge entre las corrientes que postulan que debería tratarse como un trastorno psiquiátrico *per se* (adicción a Internet) o por el contrario las que sostienen que los adictos a Internet desarrollan dependencia a recompensas en el entorno virtual y que también existen en la vida real, como sexo o dinero (Davis, 2001).

Otras reflexiones ponen de manifiesto que en Internet convive información de gran interés y fiabilidad con otra irrelevante, de escasa calidad, falta de rigor u obsoleta y que no ha sido sometida a ningún tipo de filtración cualitativa; e incluso, contenidos ilegales susceptibles de persecución (Ruiz Torres, 2003), por lo que si bien, el crecimiento de Internet es imparable y exponencial -ya que está incorporando continuamente nuevas páginas y nuevos enlaces-, se hace cada vez más indispensable incidir en la formación crítica de los cibernautas, por ejemplo, mediante campañas de prevención dirigidas a la población más joven y sus padres que incidan en los peligros que puede acarrear un uso abusivo de Internet (Zboralski et al, 2009).

Entre los efectos más comúnmente documentados por parte de la literatura científica sobre la adicción a Internet, encontramos los que la vinculan con un importante deterioro personal, académico y de las relaciones sociales, aislamiento social y depresión (Mihajlović, G; Hinić, D; Gajić, T y Dukić-Dejanović, S., 2008), ansiedad y altos niveles de agresividad (Zboralski et al, 2009) y alta comorbilidad asociada con otros trastornos mentales como trastornos afectivos o el trastorno de déficit de atención e hiperactividad (Pertersen et al, 2009). No obstante, otros estudios sugieren que no hay relación alguna entre el tiempo que se pasa *online* y trastornos como la depresión, ansiedad u otros miedos sociales (Campbell, A-J; Cumming, S-R y Hughes, I., 2006).

Shaw y Black (2008) expresan que debido a la falta de investigaciones metodológicas, en la actualidad resulta imposible recomendar ningún tratamiento basado en evidencias científicas sobre el uso patológico de Internet.

Por otra parte, respecto de los tratamientos actuales para el uso patológico de Internet cabe señalar que existen intervenciones terapéuticas y estrategias exitosas para el tratamiento de trastornos adictivos.

En la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina, la Licenciada Laura Jurkowski, psicóloga recibida en la Universidad de Buenos Aires, formada en el Centro de Terapia Cognitivas (CTC), especialista en terapia familiar, es una de las primeras especialistas en Argentina en el tratamiento de pacientes con adicciones a Internet y ha fundado un centro especializado en la problemática de Internet, videojuegos y el uso de la tecnología "ReConectarse". La misma enseña que la dependencia a este tipo de tecnologías comparte

características con otras dependencias como la incapacidad de controlar el uso y sentimiento de placer intenso. “Muchas personas creen que la única manera de superar la adicción a Internet es cortando el *Modem* o tirando la computadora. Pero esto no sirve ya que es una herramienta productiva”. Sigue “El primer paso para realizar un tratamiento para las adicciones a Internet y demás tecnologías, es la aceptación por parte del adicto, de que tiene un problema. El siguiente es contar con suficiente motivación para buscar ayuda. Se trabaja para encontrar un equilibrio entre el uso educativo o laboral y el resto de usos y actividades". y agrega que, “a diferencia del alcoholismo, el tratamiento de la adicción a Internet no requiere la abstinencia para llevar una vida saludable. Se trabaja con la persona, su pareja y familiares para ayudar a entender y recuperarse de las adicciones conductuales y reconectarse con los aspectos más importantes de su vida. El modelo del tratamiento es similar al utilizado en los programas de comida compulsiva o alcoholismo. La clave está en identificar los ‘gatillos’, factores o situaciones que disparan el uso no controlado de Internet y re-aprender a realizar un uso moderado Pero no existe una publicación sobre este programa ni tampoco se ha difundido si utilizan algún protocolo o técnicas para su detección (Jurkowski, L. (2013, 25 de noviembre “Pegados a la Pantalla” *La Razón*)

En este sentido debemos destacar los trabajos publicados en revistas científicas, y últimamente en el 2012 Choliz-Marco en su libro “Adicción a Internet y Redes sociales Tratamiento psicológico” enseñan cómo evaluar y como tratar esta problemática. Dicen que cualquier intervención debe comenzar con una evaluación exhaustiva y en profundidad del problema que se pretenda tratar. De hecho, es imprescindible realizar un diagnóstico correcto y una evaluación conductual precisa para ajustar el protocolo de tratamiento y que éste sea el adecuado. Plantean que el diagnóstico de dependencia de Internet y las principales dimensiones de dicha adicción se pueden evaluar con el Test de Dependencia de Internet, herramienta que ha desarrollado y se ha aplicado en esta investigación, basado en investigaciones anteriores y que ha sido validada en diferentes trabajos, al que se deben dedicar al menos dos sesiones, atendiendo no solamente al problema que se interviene, sino analizando en su globalidad los aspectos psicológicos más relevantes, así como las dimensiones que estén más relacionadas con dicho problema.

Otro recurso de investigación de la situación puntual del afectado es llevar a cabo una anamnesis, o historia clínica, analizando las principales dimensiones: familiar, académica, social, legal, etcétera.

En función de las necesidades o de la conveniencia, deberán también estudiarse otras variables psicológicas que pueden estar relacionadas, tales como ansiedad, depresión, impulsividad, trastornos de personalidad, etcétera. Todo ello debe complementarse con el imprescindible análisis funcional de la conducta, lo que dará información valiosa acerca del patrón de uso, de los antecedentes y consecuentes de la conducta. Es decir, de todo aquello que instiga a la adicción y mantiene la dependencia. Dicha información es imprescindible para ajustar el tratamiento individualmente de forma precisa y deberá recogerse no sólo durante la evaluación inicial, sino a lo largo de todo el proceso terapéutico.

¿Por qué tantas posturas contrapuestas? Porque la adicción a Internet es un problema reciente, motivo por el cual las investigaciones y trabajos que abordan su tratamiento son todavía escasos (Griffiths, 1998). Sin embargo, tanto en la literatura científica como en la práctica clínica disponemos de intervenciones eficaces en drogodependencias y en adicción al juego de azar que pueden servir de base para proponer un modelo de intervención en las adicciones tecnológicas y, más concretamente, en la dependencia de Internet y redes sociales. De igual forma, los programas de prevención como el *PrevTec 3.1* (Chóliz-Marco, 2011) se basan en actividades que tienen como objetivo el desarrollo de hábitos adecuados de utilización de las TICs (Tecnologías de la Información y Comunicación).

Dichos patrones de comportamiento saludables son similares a los que se proponen en los diferentes protocolos de tratamiento. Se basan en los mismos principios motivacionales y de aprendizaje. La mayoría de los trabajos publicados que abordan la adicción a Internet u otras adicciones tecnológicas —principalmente la adicción a videojuegos— asumen un enfoque cognitivo-conductual (Du, Jiang y Vance, 2010; Luengo, 2004; ; Griffiths y Meredith, 2009; Shek, Tang y Lo, 2009; Young, 2007), que es el acercamiento que ha demostrado mayor eficacia y es el recomendado por la APA para el tratamiento de las conductas adictivas (American Psychological Association, 2000). Algunos procedimientos de intervención introducen técnicas específicas adaptadas para el tratamiento de la dependencia de Internet, tales como: incorporación de actividad física y terapia de grupo (Lanjun, 2009); entrenamiento

en uso controlado junto con entrevista motivacional y contrato conductual (Shek, Tang y Lo, 2009); establecimiento de límites en la conexión o uso y explicación racional de dicho control (Goldberg, 1995); sustitución del tiempo empleado en el ordenador por actividades de la vida real (Griffiths y Meredith, 2009); establecimiento de un horario de uso de Internet, abstinencia de aplicaciones particulares, uso de tarjetas recordatorias de los principales problemas causados por la adicción a Internet, utilización de grupos de apoyo y terapia familiar (Young, 1999), etcétera.

El protocolo de intervención propuesto por Mariano Cholíiz en el texto que comentamos, se basa en los modelos de tratamiento que han sido aplicados a otras adicciones comportamentales, principalmente al juego patológico (Cholíiz, 2008; Echeburúa, 1999; Echeburúa, Labrador y Becoña, 2010; Luengo, 2004), en los cuales se aplican los principios de la psicología de la motivación y del aprendizaje en la reducción de la conducta adictiva y el fomento de comportamientos alternativos. Con ligeras diferencias, los diferentes planteamientos utilizan los siguientes elementos: a) control de estímulo; b) técnicas psicológicas para reducir el deseo y superar el malestar; c) entrenamiento en habilidades y estrategias para solución de problemas específicos relacionados con la conducta adictiva; d) desarrollo de conductas alternativas e incompatibles con la adicción y fomento de estilos saludables; e) prevención de recaídas. Se trata éste de un protocolo de intervención cognitivo-conductual, ya que este tipo de terapias son las más utilizadas y estudiadas en su aplicación al tratamiento de las adicciones (Irvin, Bowers, Dunn y Wang, 1999; Miller y Wilbourne, 2002) y las que han demostrado mayor eficacia en los diferentes meta análisis. Los indicadores de efectividad que se han utilizado para estimar el efecto positivo de los fundamentos del protocolo de tratamiento han sido: a) reducción de la frecuencia y cantidad de consumo; b) adherencia a tratamiento; c) reducción de sintomatología asociada al consumo; d) reducción de conductas desadaptativas o de actos delictivos (Carroll y Onken, 2005; Finney, Wilbourne y Moos, 2007)

### 3. Teléfono celular

#### 3.1. Delimitación de la problemática

El teléfono móvil o celular ha experimentado un desarrollo espectacular durante los últimos años y se ha configurado como un medio habitual de comunicación interpersonal, de ocio y de entretenimiento. Su generalización en nuestra sociedad ha conllevado importantes repercusiones a nivel individual, social, tecnológico y económico, así como un considerable número de ventajas para la mayoría de las personas. Sin embargo, en determinados casos, su empleo inadecuado y abusivo puede conllevar la aparición de diversos efectos negativos y, entre ellos, el posible desarrollo de un patrón de uso problemático y desadaptativo con características similares a otras adicciones (Griffiths, 1995; Griffiths, 2005; Muñoz-Rivas, Fernández y Gámez-Guadix, 2009).

En el contexto de las denominadas adicciones conductuales (adicción al juego, al sexo, a las compras, a la comida, al ejercicio físico, etc. (Brown, 1997) y las adicciones tecnológicas, entre las cuales se incluye la adicción al teléfono, se definen como la dependencia psicológica y la pérdida de control de la conducta relacionada con el uso de diversos medios tecnológicos (como Internet, los videojuegos o la televisión), y se caracterizan por la presencia de sintomatología psicológica y comportamental (Griffiths, 2005).

La evidencia empírica disponible hasta el momento, aunque todavía escasa, ha puesto de manifiesto la aparición, en algunos usuarios, de un conjunto de comportamientos desadaptativos y descontrolados en relación al uso del teléfono que podría conceptualizarse como una nueva adicción conductual/tecnológica. Tal patrón se caracteriza por una pérdida de control sobre la conducta de uso y un fuerte impulso para llevarla a cabo, a pesar de las consecuencias perjudiciales derivadas de la misma, que podrían afectar al ámbito interpersonal, económico, laboral y/o académico.

### 3.2. Conceptualización de la adicción al móvil

Una de las cuestiones más controvertidas en el ámbito profesional y en la literatura científica es la conceptualización de los problemas relacionados con el uso desadaptativo del teléfono.

Una aproximación inicial consistió en adaptar los criterios empleados para la descripción de las adicciones a sustancias en los manuales estadísticos y diagnósticos al uso, a una nueva e hipotética entidad clínica de adicción al móvil (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005).

### 3.3. La adolescencia y el uso de celular

La adolescencia es el periodo del desarrollo humano comprendido entre la niñez y la edad adulta. Es una etapa de transición durante la cual se presentan importantes cambios fisiológicos, cognitivos, psicológicos y sociales. Durante este tiempo la vinculación al grupo de iguales adquiere una mayor prioridad y la familia queda relegada a un segundo plano. Surgen los primeros conflictos del adolescente con sus padres, a quienes les reclama una mayor autonomía e independencia. Los adolescentes tienen intereses diferentes y muestran atracción o evitación por actividades distintas a las de los adultos, y es importante tener presente que el placer o aversión que en ellos generan determinadas situaciones también por su edad son más intensas. Éste es un elemento sustancial que hay que tener en cuenta a la hora de entender la génesis de las adicciones y que explica el hecho de que los adolescentes sean, de hecho, más vulnerables a ellas (Chóliz, Villanueva y Chóliz, 2009). Es el periodo donde el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica a partir de construir su identidad personal (Castellana, 2003; 2005) y es en este punto donde el teléfono celular o móvil adquiere su relevancia. El teléfono celular o móvil posee una serie de características que lo hacen especialmente atractivo para los adolescentes puesto que satisface toda una serie de necesidades propias de esta edad.

Chóliz (2009) explica los factores que hacen atractivo el uso de los teléfonos celulares por los niños, niñas y adolescente, los cuales son:

- Autonomía. El móvil es un instrumento que permite definir el propio espacio personal
- Identidad y prestigio. La marca o el tipo de aparato significan estatus, estilos de conducta o actitudes.

- Aplicaciones tecnológicas. Las innovaciones tecnológicas asociadas con la computación y electrónica ejercen una fascinación especial en los adolescentes, quienes no sólo están más dispuestos a dedicar tiempo y esfuerzo en aprender a utilizar las numerosas funciones que les brindan los desarrollos tecnológicos, sino que también suelen adquirir las destrezas implicadas en dichas aplicaciones con mayor rapidez que los adultos.

- Actividad de ocio. Las innovaciones tecnológicas del móvil no sólo están al servicio de la optimización del proceso de comunicación, sino que en muchos casos son esencialmente una forma de disfrutar del tiempo libre.

- Fomento y establecimiento de relaciones interpersonales. Las diferentes aplicaciones del móvil favorecen el establecimiento y mantenimiento de las relaciones interpersonales.

El uso problemático del teléfono aparece con mayor frecuencia entre los jóvenes y adolescentes, consecuencia de que la población más joven es a menudo la que presenta mayores niveles de uso de las nuevas tecnologías y es, además, la más vulnerable a la aparición de diversas conductas adictivas. Ello se ve favorecido por la facilidad de acceso, la inmediatez y, en algunos casos, el anonimato que estos nuevos medios tecnológicos proporcionan para participar en apuestas on line, realizar compras o acceder a pornografía (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005). Más específicamente, algunos riesgos del uso inadecuado del TM en esta población según Muñoz-Rivas, Fernández y Gámez-Guadiz (2009), son los que se describen a continuación.

1. El acoso a través del móvil o ciberbullying. El ciberbullying es definido como la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, entre ellas del móvil, con la finalidad de provocar deliberadamente daño a otra persona. Ejemplos de ciberbullying incluyen el envío de mensajes amenazantes a través de SMS o la difusión de información o videos comprometidos que puedan perjudicar a la víctima.

2. El móvil como puerta de acceso a otras adicciones. El uso inadecuado del móvil puede constituir una vía de acceso para el desarrollo de nuevas conductas adictivas, como es el caso del juego patológico, las compras compulsivas, la adicción al sexo y el desarrollo de parafilias (por ejemplo, la realización compulsiva de llamadas obscenas) a través de este aparato. Si bien

estos riesgos están igualmente presentes entre adultos, resultan aún más preocupantes en el caso de menores.

3. Acceso a contenidos y personas indeseables. El móvil permite el acceso a líneas de tarificación adicional, los cuales pueden ser solicitados por mensajes de texto y pagados en la factura posterior.

#### 4. Video juegos

##### 4.1 Delimitación de la problemática

Los videojuegos se han convertido en un entretenimiento con una presencia cada vez mayor en la vida cotidiana de muchos jóvenes y adolescentes. A pesar de ello, faltan estudios que se centren específicamente en la adicción a los videojuegos. Igualmente, tampoco se dispone de un sistema diagnóstico válido y fiable para esa presunta adicción y las adaptaciones propuestas no son aplicables a todos los sistemas de juego o se desconocen sus propiedades psicométricas. Es decir, los estudios tienden a apoyarse en un frágil soporte teórico, adolecen de una visión global de la cuestión, muestran notables diferencias metodológicas, y las replicaciones son escasas, por lo que los resultados son parciales y sujetos a múltiples interpretaciones (Tejeiro, 2001). Con todo, estudios basados en imágenes neuronales y electrofisiología, aunque bastante preliminares, sugieren una posible base neurobiológica común relacionada con el sistema mesolímbico, lo que reforzaría la hipótesis de que un uso abusivo de videojuegos puede ser un trastorno psiquiátrico vinculado con el área de las dependencias (Abreu, C-N; Gomes, R; Sampaio, D y Spritzer, D. 2008).

##### 4.2 Propiedades motivacionales de los videojuegos

Para Chóliz (2011), las principales propiedades motivacionales de los videojuegos son las siguientes.

- Presentan escenarios muy atractivos.

- Suministran feedback de ejecución de las acciones realizadas, lo que convierte a los videojuegos en actividades netamente interactivas.

- Se organizan en fases o niveles de dificultad graduable, lo cual permite que cualquiera sea un jugador potencial, ya que todos tienen un nivel al que pueden aspirar si adquieren la habilidad necesaria, obviamente jugando lo bastante.

- La consecución de fases, niveles u objetivos produce sensaciones de competencia, todo lo cual induce a jugar cada vez más, ya que se trata de una actividad reforzante y motivada intrínsecamente.

- En muchos casos los propios contenidos son fascinantes, lo que unido a sensación de dominio y al hecho de que se trata de una actividad que se lleva a cabo libremente, puede favorecer una sensación de autodeterminación.

- Finalmente, la relación entre habilidad y dificultad, unido al interés de la tarea induce absorción de la realidad y dedicación de mucho tiempo en la actividad implicada en el juego.

Chóliz (2011) plantea que hay suficiente evidencia empírica clínica y científica (Griffiths, 2000; citado por Choliz 2011) de que, el juego en exceso, se trata de una actividad que puede convertirse en problemática (Te-jeiro y Bersabé, 2002; citado por Choliz 2011) y en algunos casos adictiva (Griffiths, 2008<sup>a</sup>; citado por Choliz 2011) especialmente en juegos online, en los que se trata de una actividad expansiva y sin fin, en la que las posibilidades de acción son innumerables (Chappell, Eatough, Davies y Griffiths, 2006; citado por Choliz 2011). Además, suele ser común que el uso excesivo de videojuegos vaya en menoscabo de otras actividades igualmente importantes. Cuando, además, ya no se puede pasar sin jugar o cuesta excesivamente dejar de hacerlo incluso cuando ello afecte negativamente a otras actividades o a las pautas de relación interpersonal (principalmente con sus padres), el problema no es de excesivo uso, sino que puede rayar en la dependencia. Se trataría de una de las consideradas adicciones tecnológicas (Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009; Griffiths, 1995, citado por Choliz 2011) en el mismo sentido que la adicción a Internet (Block, 2008; citado por Choliz 2011) o al móvil (Chóliz, 2010; citado por Choliz 2011).

### 4.3 Criterios para determinar la dependencia a video juegos

Por último, Chóliz (2011) establece criterios para determinar la dependencia a los videos juegos, los cuales son:

1. Tolerancia: cada vez se necesita jugar durante más tiempo, o a más juegos.
2. Abstinencia: malestar emocional cuando se interrumpe el juego o cuando se lleva un tiempo sin jugar
3. Se juega más de lo que se pretendía inicialmente
4. Deseo por dejar de jugar, pero no poder dejarlo
5. Emplear excesivo tiempo en actividades relacionadas con los videojuegos que le llegan a interferir con actividades cotidianas
6. Dejar de hacer otras actividades por jugar más
7. Seguir jugando a pesar de saber que le perjudica

Para el estudio de esta problemática se han diseñado instrumentos siguiendo los criterios del DSM-IV para los trastornos por dependencia (Young, 1998). Estos cuestionarios están compuesto por cuatro factores que conforman las principales dimensiones de la dependencia: abstinencia, tolerancia, problemas ocasionados por el uso excesivo y ausencia de control frente a las nuevas tecnologías (Brenner; 1997) (Anderson, 2001).

## CAPITULO IV: NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES. ADICCIONES Y EL ROL DE LAS FAMILIAS

### 1. Realidades y adicciones

Las adicciones constituyen un síntoma de desintegración de vínculos familiares y sociales y de malestar general.

Muchos niños y jóvenes en la actualidad están librados a sus propias decisiones, esto genera un importante desequilibrio por la falta de límites y por ende, de seguridad: Muchas veces, la falta de un marco familiar estable acompañado de la ausencia de la figura con autoridad dentro de su entorno, los coloca en situación de desestabilización y abandono

Vivimos en una sociedad en la que cada vez se tiene menos descendencia, las nuevas estructuras familiares, junto con la creciente inserción profesional de la mujer y del hombre, con jornadas laborales de ocho o más horas diarias, no favorecen los ambientes familiares propicios para la progenie, además de crear un vacío comunicativo entre padres e hijos que estos últimos llenan con la plenitud comunicativa entre los pares o el grupo de iguales. Así pues, la "hermandad virtual" es la fraternidad que surge con otros jóvenes no hermanos de sangre en el caso tanto de los hijos/as únicos/as como en el caso de hijos/as sin hermanos/as de su mismo sexo en su propia familia. Estos jóvenes se sienten profundamente solos, en un hogar en que no tienen a ningún "par" o "igual" con quien compartir sentimientos, valores, ilusiones, penas... y en el que los padres, por razón de las nuevas exigencias profesionales, están fundamentalmente ausentes la mayor parte del día. Por ello acuden al teléfono móvil, para sentirse hermanado y salir de su soledad doméstica y familiar (Lorente, 2002).

Perdidas las referencias individuales y sociales, emerge el fenómeno de las adicciones, como un mecanismo evasivo. Este "escape" implica un estímulo extremo de los sentidos, saturándolos de sensaciones nuevas y momentáneas e, instantáneamente gratificadoras.

Esta realidad, tan bien descrita, es lo que viven y padecen los jóvenes y adolescentes que se someten a estímulos externos adictivos que le ayuden a vivir. Por ello entendemos que es importante analizar qué se entiende por familia y el rol que cumple dentro de la sociedad.

## 2. Conceptualización de la familia

Las primeras definiciones de familia que se conocen, destacan fundamentalmente ciertas características descriptivas. Lévi - Strauss (1949/1981) atribuye a la familia tres características: a) tiene origen en el matrimonio; b) está formada por el marido, la esposa y los hijos nacidos del mismo y c) sus miembros están unidos por obligaciones de tipo económico y religioso, por una red de derechos y prohibiciones sexuales y por vínculos psicológicos y emocionales como el amor, el respeto y el temor.

Esta definición deja de lado el carácter social y la relevancia de las interacciones que tienen lugar en su interior. Desde este punto de vista, la familia puede definirse como un espacio de interacciones fundamentalmente afectivas que tienen los siguientes rasgos diferenciales:

a) Las relaciones implican a la persona en su conjunto.

b) Sus objetivos son la intimidad, la cercanía, el desarrollo, el cuidado mutuo y el sentido de pertenencia

c) Dentro de la familia se estimula el cariño, el altruismo, la implicación mutua y la educación (Beutler, Burr, Barr y Herrin, 1989)

Esta concepción de la familia es más amplia e inclusiva y responde a la diversidad de formas familiares que coexisten actualmente en nuestra sociedad. La diversidad de tipologías familiares hace difícil especificar las funciones que cumple la familia en la actualidad. Tradicionalmente se mencionaba a la reproducción de la especie, la producción de bienes, la educación formal y religiosa, o el cuidado de los ancianos. Muchas de estas funciones se están perdiendo o están siendo asumidas en muchos casos por el Estado y por instituciones especializadas, como las escuelas e institutos o las residencias para personas mayores, etc. Sin

embargo, es indudable que la familia conserva hoy funciones sumamente relevantes para el bienestar de la persona, como la contención afectiva y económica.

Cuando se piensa en familia, se debe tener en cuenta cuál es el concepto que se tiene de la misma hoy en día. Ha desarrollado varios cambios a lo largo de la historia, y hoy dista mucho de lo que fue en el pasado.

La familia constituye una moneda de doble cara: puede ser fuente de bienestar, satisfacción y aprendizaje para todos sus integrantes, como también puede constituir un factor de riesgo, que predisponga el desarrollo de problemas de desajuste en sus miembros, como ya puntualizamos al comienzo.

En distintas investigaciones se ha constatado que un ambiente familiar positivo, caracterizado por una comunicación abierta y por la presencia de afecto y apoyo entre padres e hijos, es uno de los más importantes garantes de bienestar psicosocial en la adolescencia (Musitu y Garcia, 2004), mientras que un ambiente familiar sin comunicación, sin amor, sin tolerancia y solidaridad, dificulta el buen desarrollo de los hijos y aumenta la probabilidad de que surjan problemas de disciplina, conducta, evasión y adicciones (Dekovic, Wissink y Meijer, 2004).

La importancia de la familia es indiscutible, puesto que se trata del grupo social en el que la mayoría de las personas inician su desarrollo, permanecen durante largo tiempo y conforman un entramado de relaciones y significados que los acompañarán a lo largo de toda la vida. Además, esta relevancia de la familia permanece vigente en todos los momentos vitales de la persona, desde la niñez y hasta la vejez.

En la etapa de la adolescencia se incorporan nuevas relaciones a su red social como son las amistades u otros adultos significativos, pero, la familia sigue siendo el eje central que organiza la vida de éstos y continúa ofreciendo experiencias concretas de desarrollo que influyen en las interacciones que los niños, niñas y adolescentes establecen en otros contextos, como la escuela o la comunidad más amplia (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001).

La familia tiene todavía el rol primordial de transmitir a sus hijos una serie de creencias, valores y normas que les ayudarán a convivir en la sociedad de la que forman parte, lo que se conoce como socialización. Es fundamental en esta etapa el límite claro.

Es evidente que la familia actual sigue cumpliendo una función material y económica importantísima. De hecho, el hogar familiar es una unidad económica, no tanto por sus funciones de producción como en períodos anteriores, como por sus funciones de consumo y de provisión de recursos económicos a sus miembros. Además, la familia proporciona afecto y apoyo y contribuye al bienestar psicológico y emocional de todos sus integrantes a través del desarrollo de la autoestima, de la autoconfianza y de un sentimiento de pertenencia.

Finalmente, la familia con hijos establece mecanismos de socialización y control del comportamiento de éstos a través de las prácticas educativas utilizadas por los padres. A través de la socialización, las personas aprendemos los códigos de conducta de nuestra sociedad, nos adaptamos a ellos y los respetamos para el buen funcionamiento social (Paterna, Martínez y Vera, 2003). La familia es un contexto especialmente privilegiado para el aprendizaje de estos elementos sociales y culturales, aprendizaje que tiene lugar principalmente durante la infancia y la adolescencia.

### 3. Niñez, socialización y estilos parentales

Podemos decir que la socialización comprende dos aspectos fundamentales: un aspecto de contenido (qué es lo que se transmite) y un aspecto formal (cómo se transmite). El aspecto de contenido hace referencia a los valores inculcados en la familia y el aspecto formal se conoce con el nombre de disciplina familiar y se refiere a las estrategias y mecanismos que utilizan los padres para transmitir los contenidos de la socialización. Estas estrategias y mecanismos presentan una gran variabilidad de unas familias a otras, por lo que para su mejor comprensión, se han desarrollado distintas tipologías de estilos parentales de socialización.

Es relevante determinar ¿qué son los estilos parentales de socialización? Y si los podemos definir como una constelación de actitudes hacia el hijo que, consideradas conjuntamente, crean un clima emocional en el que se expresan las conductas de los padres

(Darling y Steinberg, 1993). Estas conductas tienen como objetivo conseguir la meta de socialización, es decir, inculcar en el hijo un conjunto de valores, creencias, costumbres culturales, así como contribuir al desarrollo de habilidades sociales, pensamiento crítico, independencia, curiosidad, etc. Lógicamente, estos aspectos de la socialización familiar no son universales, sino que se encuentran íntimamente relacionados con el contexto cultural en el que se encuentra integrada la familia. De esta manera, los valores y normas culturales determinan la conducta de los padres y el modo en que los hijos interpretan esta conducta y organizan la suya propia.

Uno de los trabajos clásicos sobre estilos parentales es el de Diana Baumrind de finales de los años 70, que diferencia tres estilos de socialización:

a) el estilo autoritario, que se caracteriza por el excesivo control y la restricción de la autonomía del hijo, así como por el valor de la obediencia y el castigo;

b) el estilo permisivo, que se caracteriza por la ausencia de control de los hijos y la concesión total de autonomía, siempre que no se ponga en peligro la supervivencia del hijo;

c) el estilo autoritativo, que se sitúa en un punto intermedio entre los dos estilos anteriores, de modo que los padres intentan controlar la conducta de sus hijos a través de la reflexión y el diálogo, en lugar de la imposición, y conceden una autonomía supervisada a los hijos.

Esta clasificación propuesta por Baumrind ha inspirado otras tipologías posteriores que han tratado de complementarla y enriquecerla, como la propuesta elaborada por Musitu y García (2001) que distingue cuatro estilos parentales de socialización en función de dos dimensiones: implicación/aceptación y coerción/imposición. Expresa que los padres con altos niveles de implicación/aceptación muestran afecto y cariño a sus hijos cuando se comportan adecuadamente y en caso de que su conducta no sea la correcta, tratan de dialogar y razonar con él acerca de lo poco adecuado de su comportamiento. Por el contrario, los padres con bajos niveles de implicación/aceptación suelen mostrar indiferencia ante las conductas adecuadas de sus hijos y cuando la conducta es inadecuada, no razonan con ellos ni les expresan sus opiniones o juicios; de modo que son padres muy poco implicados con sus hijos, tanto si su

comportamiento es correcto como si no lo es. Por otra parte, es probable que algunos de estos padres poco implicados utilicen técnicas coercitivas e impositivas con sus hijos cuando éstos se comportan de modo incorrecto. Los padres con altos niveles de coerción/imposición, cuando el hijo no se comporta como ellos desean e independientemente de que razonen o no con él, tratan de coaccionarle para que no vuelva a realizar esa conducta. La coacción puede ser física, verbal o puede consistir en privarle de alguna cosa de la que normalmente disponga. A partir de estas dos dimensiones, implicación/aceptación y coerción/imposición, Musitu y García (2001) desarrollan un modelo bidimensional de socialización que da lugar a cuatro estilos parentales: autoritario, negligente, autorizativo e indulgente.

a) El estilo autoritario se caracteriza por la baja implicación/aceptación del hijo y el alto nivel de coerción/imposición. Estos padres son muy exigentes con sus hijos y, al mismo tiempo, muy poco atentos a sus necesidades y deseos. La comunicación es mínima, unilateral de padres a hijos y suele expresarse en términos de demandas. Los padres autoritarios valoran la obediencia e intentan modelar, controlar y evaluar la conducta y actitudes del hijo. Además, son generalmente indiferentes a las demandas de apoyo y atención de los hijos.

b) El estilo negligente se caracteriza por una baja aceptación/implicación y un bajo nivel de coerción/imposición de normas. Se trata, por tanto, de un estilo donde prima la escasez tanto de afecto como de límites. Los padres negligentes otorgan mucha independencia a sus hijos, tanto en los aspectos materiales como en los afectivos.

Cuando los hijos se comportan de modo adecuado se mantienen indiferentes, y cuando transgreden las normas no dialogan con ellos ni tampoco restringen su conducta mediante la coerción y la imposición. Estos padres apenas supervisan la conducta de sus hijos, no interactúan ni dialogan con ellos, son poco afectivos y están poco implicados en su educación.

c) El estilo autorizativo se caracteriza por una alta aceptación/implicación y una alta coerción/imposición. Los padres que utilizan mayoritariamente este estilo suelen mostrar a sus hijos agrado cuando se comportan adecuadamente, son buenos comunicadores y fomentan el diálogo, respetan a sus hijos y los escuchan. Cuando el hijo se comporta de forma incorrecta, estos padres combinan el diálogo y el razonamiento con la coerción y el control.

d) El estilo indulgente se caracteriza por su alta aceptación/implicación y su bajo grado de coerción/imposición. Estos padres son tan comunicativos con sus hijos como los padres autorizativos, pero cuando el hijo se comporta de manera incorrecta no suelen utilizar la coerción y la imposición, sino que únicamente utilizan el diálogo y el razonamiento como instrumentos para establecer los límites a la conducta de sus hijos.

Es importante señalar que todos los padres y madres comparten algún rasgo de los cuatro estilos parentales descritos, ya que no existen “tipos puros” y, además, pueden producirse desplazamientos de un estilo a otro en una misma familia en función de las circunstancias, las necesidades, el estado de ánimo paterno y el momento evolutivo del hijo.

En los padres de jóvenes con adicciones a los medios tecnológicos: Internet, videojuegos y teléfonos móviles, que especialmente analizamos en este trabajo, se observa una escasa supervisión en las actividades que realizan los hijos, siendo los límites y normas débiles y en ocasiones no acorde a la edad, pudiendo encasillarlos en su mayoría progenitores indulgentes y negligentes, por lo que es necesario implicarlos en el desarrollo de sus hijos, mostrarles sus errores de educación a los fines de posibilitar un cambio de prácticas en la educación y orientación de los mismos, y esto en forma metódica y sistemática.

Por la importancia de las actitudes parentales en la formación de los niños y jóvenes se propone en este trabajo añadir un módulo para padres en el Programa aplicado Prev.Tec3.1. para sensibilizarlos, informarles y capacitarlos en sus deberes y derechos referidos a su responsabilidad parental respecto al riesgo de adicciones a las TIC, para conseguir un acompañamiento en el desarrollo del mismo y así alcanzar el cambio deseado en las prácticas respecto a las tecnologías en beneficio de sus hijos y de la integración familiar

#### 4. Comunicación entre padre e hijos

A lo largo del ciclo vital de la familia, se producen cambios inherentes al desarrollo de la misma. Los padres se ven en la necesidad de modificar las normas y reglas familiares utilizadas hasta ese momento, cuando los hijos se encuentran transitando desde la niñez a la adolescencia.

En esta etapa evolutiva resulta mucho más adecuado, por ejemplo, negociar con el hijo el grado de supervisión y control ejercido por los padres dentro de un marco de afecto y apoyo,

que utilizar la autoridad unilateral. Estas son precisamente algunas de las características de los hogares autoritativos que han sido consideradas por muchos profesionales como las fuentes más importantes de bienestar y ajuste en la adolescencia, es decir, el balance entre el control y la autonomía del hijo, y la negociación y los intercambios comunicativos entre padres e hijos con calidez y afecto (Steinberg y Silk, 2002).

En general, en la infancia, la relación paterno-filial es mucho más asimétrica, de modo que los padres utilizan su poder y autoridad para imponer sus estándares, el hijo reconoce esta autoridad en sus padres y ajusta su conducta a lo que éstos consideran como correcto e incorrecto. A medida que los hijos entran en la adolescencia, las relaciones familiares se transforman y es necesario pasar de la autoridad unilateral paterna a la comunicación cooperativa con el hijo. Debe haber entonces, mayor reciprocidad, menos diferencias de poder, y más comunicación, como elementos clave para facilitar la formación y el desarrollo del hijo adolescente.

En este proceso de formación y desarrollo, el adolescente hace una demanda creciente de autonomía que deviene en ocasiones en conflictos familiares. Por un lado, surgen desacuerdos en cuestiones sobre las que los padres quieren seguir ejerciendo control porque entienden que los hijos no son todavía lo suficientemente maduros como para tomar elecciones razonadas; sin embargo, los adolescentes consideran que estos temas les conciernen directamente, como es el caso de la incursión en los medios tecnológicos como alternativa de comunicación o de ocio.

Por otro lado, surgen conflictos debido a que los padres esperan una mayor autonomía del adolescente en cuestiones tales como mantener la habitación ordenada o hacer las actividades escolares, mientras que los hijos, en muchas ocasiones, no conceden importancia a estas tareas. Normalmente, estos últimos conflictos se reducen a quejas recurrentes de los padres que, finalmente, suelen ser atendidas por los hijos. Así pues, en numerosas ocasiones el conflicto entre padres e hijos no es más que una consecuencia asociada a la búsqueda del adolescente de una mayor libertad para tomar sus propias decisiones, junto con la percepción de que esta libertad está amenazada por los padres. Además, la existencia de estos conflictos familiares debe considerarse como algo natural que no necesariamente minará las relaciones entre padres e hijos, ya que su efecto dependerá de la intimidad, el afecto y el grado de comunicación que exista entre los miembros de la familia (Motrico, Fuentes y Bersabé, 2001). De hecho, la

existencia de conflictos no es síntoma de problemas y disfunciones familiares, sino que en realidad, cierto grado de conflicto puede resultar positivo en la medida en que ayuda al adolescente a lograr importantes cambios en los roles y relaciones en la familia. En este sentido, el conflicto puede suponer una buena oportunidad para que los padres evalúen y revisen sus propias creencias, para modificar, si fuese necesario, las normas de interacción entre los miembros de la familia, así como para que todos muestren comprensión, respeto y aceptación por las opiniones de los demás (Maganto y Bartau, 2004).

Además, el conflicto resultará funcional dependiendo del contexto en el que surja, de los comportamientos de ambas partes y de la forma en que sea solucionado. Cuando el conflicto se resuelve de forma constructiva, puede ser una vía para que los hijos aprendan a escuchar, a negociar, a tomar en consideración e integrar diversos puntos de vista y, en definitiva, a solucionar los problemas interpersonales eficientemente. Por el contrario, cuando el conflicto familiar es destructivo, hostil, incoherente y con una escalada de intensidad, los hijos se sienten abandonados, evitan la interacción con los padres y pueden surgir problemas de ajuste emocional y comportamental importantes.

En el caso que nos ocupa, el conflicto se puede generar al imponer los padres normas y límites respecto del uso de las tecnologías, y por ello deben saber manejar el conflicto para lograr buenos resultados y los objetivos deseados. Por eso es importante adentrarnos a las dinámicas de comunicación.

## 5 Dinámicas de comunicación y conflicto familiar: factores de riesgo y protección

Un indicador fundamental de la existencia de un clima familiar saludable es la calidad de la comunicación entre padres e hijos y el grado de conflicto entre los miembros de la familia.

Además, estudios más recientes han indicado que el padre y la madre pueden desempeñar roles diferentes en relación con el hijo. Se ha observado, por ejemplo, que los problemas de comunicación con la madre influyen negativamente en la cantidad de apoyo que el adolescente percibe de su padre. También se ha observado una relación bidireccional entre los problemas de comunicación familiar y los problemas de conducta en los hijos, se convierten en un estresor

ante el cual los padres pueden reaccionar negativamente y aumentar de ese modo los problemas de comunicación familiar (Estévez, Musitu y Herrero, 2005; Jiménez, Musitu y Murgui, 2005).

La soledad de los hijos por la falta de atención de los padres influye negativamente en la comunicación y genera que estos se refugien aun más en los medios tecnológicos.

Frente a todos estos problemas, y apuntando precisamente a diagramar un programa de prevención de adicción a los medios tecnológicos por parte de niños, niñas y adolescentes, traemos las propuestas de Maganto y Bartau (2004) para mejorar el clima familiar y propiciar la intervención educativa de los padres y que podemos resumir en las siguientes:

Los padres o encargados de los niños y jóvenes deben procurar:

1. Mensajes claros, precisos y útiles.
2. Firmeza en lo dicho o pedido.
3. Congruencia entre padre y madre.
4. Utilización del diálogo y la negociación.
5. Ser positivo/a y recompensante.
6. Escucha activa y empática.
7. Expresar los sentimientos.
8. Exploración conjunta de alternativas.
9. Crear una atmósfera relajante y positiva.
10. Ser asertivo/a.
11. Ser honestos.
12. Escuchar y comprender los sentimientos de los otros.
13. Ser respetuoso, evitar la violencia verbal.

14. Negociar un compromiso consensuado.

15. Disculparse y admitir errores.

Pero la realidad nos muestra una situación muy distante de ideal expresado. En general, respecto del afecto, apoyo e implicación de los padres observamos:

1. Permisividad y tolerancia de la conducta del hijo.
2. Disciplina inconsistente, inefectiva y demasiado laxa o demasiado severa.
3. Estilo parental autoritario y uso excesivo del castigo.
4. Problemas de comunicación familiar.
5. Conflictos frecuentes entre cónyuges.
6. Utilización de la violencia en el hogar para resolver los conflictos familiares.
7. Rechazo parental y hostilidad hacia el hijo.
8. Falta de control o control inconsistente de la conducta de los hijos.

Por tanto, desde el punto de vista de la intervención y la prevención de las adicciones a las tecnologías, deberíamos prestar una gran atención a las familias y, especialmente, a la calidad de la interacción entre padres e hijos niños, niñas y adolescentes.

6. Adolescencia desarrollo cerebral y comportamiento:

La adolescencia es un periodo crítico para el desarrollo humano, particularmente en lo que respecta a su desarrollo cerebral. En este aspecto diversos estudios han observado que durante esta fase del desarrollo se produce una clara vulnerabilidad tanto para la adquisición de adicciones de tipo comportamental (juego patológico, internet, móviles) como una susceptibilidad especial a desarrollar adicciones a sustancias psicoactivas, por ej. alcohol, tabaco y drogas. Esto es debido a que el cerebro no ha finalizado su proceso de maduración en

aéreas responsables de funciones cognitivas importantes, especialmente las que tienen que ver con toma de decisiones, control de la impulsividad, asunción de riesgos. Esta inmadurez del cerebro es la responsable de que el consumo de drogas en niños y adolescentes provoque no solamente alteraciones orgánicas y funcionales más graves, sino que se enganchen más fácilmente que los adultos en las conductas adictivas. Claro es que los adolescentes no solamente son más hábiles en el manejo de las mismas, sino que éstas les provocan mayor fascinación, encuentran más utilidad a las funciones que les brindan y probablemente también son más vulnerables a éstas. (Choliz, 2009)

Descubrimientos recientes destacan que el cerebro no termina su desarrollo hasta pasados los 24 años.

Los adolescentes, en comparación con los adultos, se caracterizan por los siguientes comportamientos y capacidades: aprendizaje rápido, sensación más extrema de placer, excitación o recompensa, sensación más extrema de frustración cuando las cosas no salen como esperan, mayor capacidad de motivación, menor capacidad de juicio, menor capacidad de consideración de las consecuencias de sus actos. A su vez, las actividades sobre las que muestran mayor preferencia son: las relaciones sociales, la sexualidad, actividades de alta excitación y bajo esfuerzo, la novedad. La inmadurez del cerebro del adolescente es responsable de la búsqueda. Si bien es cierto que los padres no son sus principales modelos, si el mismo se pasa el día mirando internet o hablando por el móvil y presta poca atención a su hijo, de poco va a servir que le diga al joven que controle el uso de esas tecnologías (Choliz 2009).

Las consecuencias negativas del abuso y dependencia se hacen especialmente visibles cuando se comparan adolescentes que mantienen un patrón de uso normal con aquellos que tienen problema por uso excesivo. En aquellos que muestran este problema es visible la excesiva fascinación por las tecnologías; el abandono de otras actividades; la sobrevaloración de los efectos positivos y ceguera a los negativos; problemas escolares y para desarrollar otras habilidades sociales y un aislamiento a nivel social. A esto se le llama la cultura del dormitorio (en Japón se conoce como “Síndrome de Hikikomori”). Esta cultura impide la comunicación y puede frenar el aprendizaje natural de habilidades de socialización reales. Favorece el distanciamiento de los padres, ocultan fácilmente información a sus padres y pierden muy

fácilmente el control. El uso desmedido de chats, mensajes con contenido pornográfico de muy fácil acceso y la reiteración de los mismos de contenido perverso, pueden provocar deformación en sus mentes, además de problemas emocionales, de conducta, la reducción de la realización de otras actividades, y de facilitación al sedentarismo.

El papel del o los padres y de los educadores es muy importante para detectar si existe un problema. Es preciso estar atento a si ese adolescente pasa demasiado tiempo aislado en su habitación utilizando el teléfono celular, o lo hace en lugares donde resulta inapropiado como cuando come, estudia o hace actividades deportivas. Igualmente, es preciso atender a si se aísla y no tiene comunicación en la casa, si tiene problemas en el colegio, presenta bajo rendimiento, o aparecen cambios emocionales bruscos o problemas de conducta. Por último, y muy característico de los trastornos adictivos, si se enfadan ante la advertencia, restricción o prohibición de su uso.

Las descritas anteriormente son conductas típicas de los adolescentes, por ello es relevante ponderar las mismas. Se pueden detectar con el protocolo del Anexo. Para prevenirlo es importante tener presente que los adolescentes necesitan sus momentos y espacios de intimidad, pero igualmente se debe favorecer un ambiente dialogante y que genere efectos positivos. La comunicación afable y eficaz es esencial para solucionar problemas y un antídoto contra los mismos. Mientras más tarde se le dé un teléfono celular (móvil), o el acceso a otro a medios tecnológicos, mejor. También es beneficioso optar por uno con tarjeta pre paga que con contrato, Además, ayuda que el adolescente se haga cargo de los gastos o al menos de parte de ellos, poner reglas claras de cómo y cuándo utilizarlo, propiciar la utilización en lugares públicos del hogar, estar alertas a los problemas y actitudes de los niños, niñas y jóvenes.. Cuando se identifica el problema se debe tratar de comunicar, conversar evitando discusiones que solo agravan el problema. Tomar el tiempo suficiente para informaciones educativas, dar ejemplo en forma continuada, llegar a un acuerdo mutuo para solucionar el conflicto, negociar, disciplina para evitar castigos extremos, como por ejemplo, retirar el móvil definitivamente. Las respuestas al problema deben ser rápidas, justas, explicadas,

Se deben favorecer conductas alternativas e incompatibles con la adicción y buscar ayuda externa a profesionales de la salud especializados en adicciones (Choliz, 2009).

Pero los padres no saben cómo actuar; por eso es necesaria la intervención de los profesionales capacitándolos con programas que les den las herramientas para ayudar a sus hijos en riesgo, procurando que los mismos sean standarizados y validados científicamente, para que la intervención sea eficaz.

#### 7. Implicación de la familia en programas. Postura epistemológica y pedagógica didáctica

Un programa centrado exclusivamente en los niños, niñas o adolescentes estaría incompleto. Es necesario implicar a los padres en las intervenciones y apoyarlos en el desarrollo de herramientas y recursos adecuados que ayuden a sus hijos en su vida para ser personas saludables tanto en esta etapa de la vida como en etapas posteriores.

Para afrontar la problemática optamos por una postura de corte constructivista, filosofía de aprendizaje fundada en la premisa que, como producto de nuestra experiencia, construimos reglas y modelos mentales que utilizamos para revertir estas situaciones. Esta perspectiva tiene la virtud de hacer hincapié en el aspecto activo que poseen los sujetos ante la realidad como constituyentes siempre dinámicos de su mundo.

Para lograr los objetivos se ha diagramado una intervención donde se trabaja en forma activa y constructiva avanzando en el aprendizaje de manera continua, ponderando siempre motivar a los padres, dando ejemplos basados en sus experiencias cotidianas y dándoles a las mismas nuevo valor. Así también parece importante promover el intercambio y diálogo extenso entre los participantes, padres de niños y jóvenes evaluados, haciendo de ese modo del conocimiento un resultado siempre dinámico, abierto al cambio y fruto del consenso de los participantes.

En los Estados Unidos, más de la tercera parte de los adolescentes han sido víctimas de cyberbullying en el último año (Raskauskas y Stoltz, 2007), mientras que en Europa es de alrededor del 25% de victimización (Smith y cols., 2008), y el 15% en América Latina (Del Río, Sádaba y González, 2010).

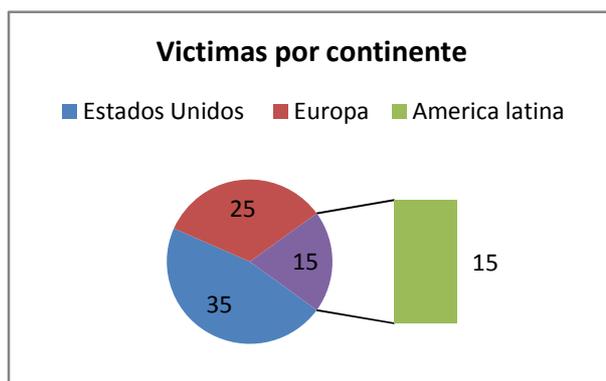


Figura 9 Porcentaje de adolescentes victimas de cyberbullying

El papel de los padres, profesores, educadores es muy importante para detectar si existe un problema, pero es preciso capacitarlos para poder detectar y prevenir. En este sentido, es importante tener presente que los adolescentes necesitan sus momentos y espacios de intimidad, pero igualmente se debe favorecer un ambiente dialogante y que genere efectos positivos. La comunicación afable y eficaz es esencial para solucionar problemas y un antídoto contra los mismos, estar alertas a los problemas y actitudes de los niños, niñas y jóvenes entre otras estrategias.

En concreto, se les explica que cuando se identifica el problema se debe tratar de comunicar, conversar evitando discusiones que solo agravan el problema. Que deben aplicar el tiempo suficiente para informaciones educativas, dar ejemplo en forma continuada, llegar a un acuerdo mutuo para solucionar el conflicto, negociar, disciplinar, evitar castigos extremos. Las respuestas al problema deben ser rápidas, justas, explicadas. Para lograrlo, los adultos deben prepararse.

Entre los consejos para prevenir el abuso y la dependencia y que deben estar incluidos en el módulo para padres, se proponen los siguientes:

1. Mantener un ambiente agradable y dialogante en casa: los padres deben escuchar y respetar la opinión de sus hijos. Este respeto es la base de la comunicación
2. Retardar el acceso a los medios tecnológicos lo más posible en los niños y niñas.
3. Observar el comportamiento de los hijos.

4. Poner reglas claras sobre cómo y cuándo utilizar estos medios.
5. Que estos medios sean puestos y utilizados en lugares públicos del hogar.
6. Respetar la forma de ver la vida de los hijos e interesarse de sus problemas, pues los padres deben entender el uso que los hijos dan a estos medios y estar atentos a los usos inapropiados, además de ejercer una tarea activa, induciendo hábitos de consumo responsable.

## CAPITULO V: VÍAS DE INTERVENCIÓN Y PREVENCIÓN

### 1. Prevención primaria en el uso de las nuevas tecnologías

La prevención primaria de los problemas relacionados con el uso desadaptativo de las nuevas tecnologías pasa por educar de forma temprana en un uso responsable de las mismas. Igualmente importante es proporcionar información completa en relación a Internet, el móvil o celular y el video juego, tanto de sus ventajas como de sus posibles riesgos. De forma más específica, se ha de establecer una serie de normas y reglas básicas sobre el uso de las nuevas tecnologías en general (Castellana, Sánchez- Carbonell, Graner, y Beranuy, 2007), entre las cuales se incluyen:

- Comunicar a padres o profesores contenidos desagradables o vejatorios cuando se reciban.
- Evitar facilitar información personal, como direcciones personales, a desconocidos a través de Internet o celular.
- Limitar el gasto mensual en teléfono a una cantidad determinada.
- Delegar la responsabilidad del pago de la factura del teléfono móvil en el menor.
- Que no se efectúen pagos o se participen en juegos o concursos a través del teléfono sin el consentimiento de los padres.
- Proporcionar terminales pocos sofisticados a los menores a edades tempranas.
- Limitar el uso del teléfono, video juego o Internet a determinados espacios y horarios.

## 2. Uso desadaptado de las nuevas tecnología

Una vez que se ha desarrollado un programa de uso desadaptativo de las nuevas tecnologías, el tratamiento puede requerir ayuda especializada y el empleo de técnicas conductuales específicas como el control de estímulos, el aprendizaje de técnicas de relajación y la exposición progresiva con prevención de respuesta (Echeburúa y Fernández-Montalvo, 2006). A diferencia de las adicciones a sustancias, el objetivo terapéutico perseguido no es conseguir la abstinencia total, dado que se trata de un dispositivo cuyo uso resulta necesario en algún momento de la vida de la persona (Echeburúa y De Corral, 2009). En estos casos, la intervención se dirige más bien a re aprender a controlar la conducta desadaptada que se ha descontrolado y a conseguir hacer un uso normalizado y saludable de las nuevas tecnologías.

Siguiendo a Salazar (2002), éste propone un modelo de prevención moderno en relación a las drogodependencias, si bien es adaptable a otros campos como es el de la violencia o como al de las adicciones a las nuevas tecnologías, identificando, los ‘Niveles de Prevención ISA’, correspondiendo a lo siguiente:

a) Información (I). Definir los elementos y conocimientos básicos que se han de tener sobre la problemática de las adicciones a las nuevas tecnologías. Esta información será la base de los siguientes niveles.

b) Sensibilización (S). Capacidad de los sujetos para adquirir una disposición afectiva sobre la temática.

c) Actitud (A). Disposición a comportarse u obrar de una manera favorable, quedando ésta testimoniada en el grado de compromiso como futuro agente preventivo.

Se considera que este modelo ISA, es de suma importancia y complementario a lo descrito anteriormente, ya que describe de una forma lineal un modelo preventivo basado en la información (una parte teórica), pasando por un cambio emocional, (sensibilización), llegando a la acción, plasmada ésta en el cambio actitudinal, motor de la permanencia en el cambio conductual.

Teniendo en cuenta lo anteriormente descrito, en éste campo concreto de las Adicciones a las Nuevas Tecnologías es de suma importancia trabajar desde el ámbito familiar. La familia es clave en la prevención de este tipo de conductas, ya que es la propia familia la principal controladora del tiempo, (y forma) que pasan sus hijos/as frente al ordenador, con videojuegos o con el móvil.

Dependiendo de qué tipo de adicciones, (celular, videojuegos, Internet), habría acciones específicas, fundamentalmente en la Fase de Información.

Salazar, (2002) por un lado se debe informar a los niños/as y adolescentes, de forma clara de los riesgos, sensibilizando por las posibles consecuencias para conseguir un cambio de actitud, haciendo un uso responsable de internet, es decir, educando en el uso responsable.

### 3. Modelo ISA y las familias

Siguiendo el mismo modelo ISA, y desde un ámbito familiar, se debe informar a las familias, sensibilizarlas de las consecuencias sobre sus hijos/as para que a partir de este modo realicen un cambio de actitud, actuando, educando a sus hijos/as sobre el uso responsable de Internet u otras nuevas tecnologías.

Pinazo (2009), en las XVIII Jornadas de Drogodependencias llevada a cabo en Valencia, propuso algunas reglas básicas para las familias a fin de prevenir las adicciones a las nuevas tecnologías Las mismas son:

- 1.- Asegurarse de que los niños y adolescentes no pasan mucho tiempo delante de la computadora.
- 2.- Las personas y no las computadoras deberán ser sus amigas.
- 3.- Poner la computadora en una sala común, no en el dormitorio del niño.
- 4.- Aprender lo suficiente sobre computadoras para enseñarles a los hijos.
- 5.- Conocer a qué lugares de la red entra el niño

- 6.- Asegurarse que el niño se sienta cómodo para hacer preguntas a los padres.
- 7.- Procurar mantenerlos alejados del chat.
- 8.- Averiguar y comentar con ellos lo que les gusta.
- 9.- Ayudarles a encontrar un equilibrio entre informática y otras actividades.
- 10.-Comprobar si tiene una página web o un blog.
- 11.- Conocer a sus amigos online igual que a los de la vida real.
- 12.-Advertirles que la gente puede ser quien no parece ser.
- 13.-Enseñarles a ejercitar su juicio en el ciberespacio al igual que en la calle.
- 14.-No reaccionar de forma exagerada si acude con problemas.
- 15.-Discutir estas reglas con los niños.

#### 4. Programas de intervención eficaz

Respecto a los programas de intervención eficaz se destaca el programa *Prev.Tec 3.1* (Chóliz y Campillos, 2010), el cual es un programa de prevención de las adicciones tecnológicas que tiene una estructura modular, es decir, que puede utilizarse de forma independiente para cualquiera de los tres temas que aborda: móvil, videojuegos e Internet. En realidad son tres programas en uno (de ahí lo de 3.1, porque se refiere a lo cibernético).

Consta de un libro-guía y un DVD autoejecutable con todas las sesiones y el material necesario para llevarlas a cabo.

Los tres temas se presentan con una estructura similar. Cada uno de ellos consta de tres sesiones, en las que se combina la información mediante diferentes presentaciones audiovisuales con la realización de tareas, tanto en grupo (en la sesión), como individualmente (en casa). Tiene tres objetivos principales:

- a) informar de las características del abuso y dependencia de las tecnologías;
- b) sensibilizar del problema que puede llegar a suponer la dependencia de las mismas y
- c) promover pautas saludables del uso de móvil, Internet o videojuegos.

En la primera sesión se evalúa con detalle el patrón de uso y en la última se procede a una evaluación de los resultados. Los datos pueden corregirse introduciéndoles en una plantilla que aparece en el DVD (Chóliz, 2009). *PrevTec 3.1* consta de un libro-guía que suministra:

a) Información al profesional que lleve a cabo el programa de prevención y al adolescente. Además de la información de esta guía, se puede recurrir a la bibliografía presentada al final del manual, así como la página Web de la Unidad de Investigación para profundizar o actualizar los contenidos que se consideren necesarios. El programa contiene un DVD ejecutable en el que se presenta la información precisa mediante un formato audiovisual, de forma que pueda transmitirse fácilmente a los niños o adolescentes

b) Sensibilización mediante la presentación de viñetas gráficas, testimonios en video y recreaciones audiovisuales. Cada uno de estos recursos tiene como objetivo no sólo transmitir información, sino favorecer el que ésta impacte y genere curiosidad sobre los efectos que tiene un mal uso de la tecnología.

c) Entrenamiento de las habilidades necesarias para prevenir un uso inapropiado de las tecnologías. Éste es uno de los aspectos principales del programa, ya que su objetivo no se limita a la información o sensibilización, sino que pretende también dotar de pautas claras y fáciles de llevar a cabo que se hayan demostrado eficaces para fomentar buenos hábitos. Al final de cada una de las sesiones se dedicará un tiempo para programar unas cuantas actividades que los adolescentes deben realizar a lo largo de la semana y cuya ejecución se valorará en la siguiente sesión. Se trata, principalmente, de dotar de mecanismos de control para promover hábitos apropiados, que es una forma adecuada de adquirir el necesario autocontrol.

d) Finalmente, *PrevTec 3.1* dispone de un protocolo de evaluación de los hábitos promovidos, así como de la eficacia general del propio programa de prevención. Los resultados

de cada uno de los adolescentes pueden enviarse a la página web de forma libre y gratuita para obtener los resultados con baremos actualizados. También incluye un cuestionario de diagnóstico de dependencia a Internet que ha sido desarrollado con los datos de los adolescentes a los que se ha administrado el programa de prevención.

El autor sostiene que todo programa de prevención debe atender al menos a los siguientes procesos psicológicos (Chóliz, 2009):

a) Información de los riesgos y factores de prevención de los problemas, en nuestro caso, de la adicción a las tecnologías.

b) Sensibilización por el problema y generación de actitudes positivas hacia las pautas de conducta apropiadas o por el cambio de las perjudiciales.

c) Fomento de las conductas saludables que previenen la aparición del problema: qué hacer, cómo y cuándo.

Asimismo, Chóliz (2009) plantea que el ámbito escolar es un ambiente especialmente apropiado para llevar a cabo los programas de prevención de la dependencia de las tecnologías, puesto que es un medio en el que éstas se conocen y utilizan como recurso educativo, hay profesionales con habilidades y capacidades para llevarlo a cabo y toda la población objeto de prevención se encuentra escolarizada.

A partir de lo desarrollado se puede observar el rol principal que tiene la familia y la escuela, por ser los ámbitos donde transcurre la mayor parte del tiempo los niños y adolescentes, respecto a la prevención de las adicciones tecnológicas. Resulta fundamental formar e informar a padres y docentes para que puedan contar con herramientas útiles para prevenir y afrontar la problemática.

Por ello en esta tesis se propone incorporar al *PrevTec 3.1* una sesión a los padres y / o referentes familiares, con los mismos esquemas de ISA y agregando un apartado de deberes y derechos de los padres o responsables de los niños, niñas y adolescentes, conocimiento fundamental para integrar a las herramientas ya desarrolladas.

## **II PARTE EMPIRICA**

# ESTUDIO I Implementación del Programa de Prevención de Adicciones Tecnológicas *PrevTec 3.1* en niños y adolescentes argentinos

---

## 1. METODO

En cuanto al método, se trata de una investigación cuantitativa, enmarcada dentro de la lógica epistemológica de tradición objetivista, que se realiza a través de los cuestionarios estandarizados propuestos. Se eligió para realizar el estudio un diseño no experimental, transversal, descriptivo. En este caso se analizaron aquellas variables indicadoras de adicción a los medios tecnológicos

### 1.1. OBJETIVOS E HIPÓTESIS

1.1.1. *Objetivos específicos.* Los objetivos específicos son los siguientes

1. Estudiar el patrón de uso de los videojuegos, Internet y **móvil** por parte de niños y adolescentes argentinos.

2. Validar en población argentina los cuestionarios de adicciones tecnológicas presentes en el programa de prevención *PrevTec 3.1*: Test de Dependencia de Internet (TDI), Test de Dependencia de Móvil (TDM) y Test de Dependencia de Videojuegos (TDV)

3. Aplicar y adaptar el módulo de Internet del programa *PrevTec 3.1* en niños y adolescentes argentinos.

4. Valorar la eficacia de la aplicación del módulo de Internet del *PrevTec. 3.1* en niños y adolescentes argentinos.

1.1.2 *Hipótesis.* Las hipótesis planteadas en la presente investigación son:

1./ *Hipótesis de trabajo*

- Analizar el patrón de uso de los niños y adolescentes argentinos a los medios tecnológicos Internet, celular y videojuegos en niños y adolescentes argentinos.

- Analizar la eficacia de la aplicación del módulo de Internet del *PrevTec. 3.1* en niños y adolescentes argentinos.

## 2. Hipótesis específicas

Después de la aplicación del módulo de Internet del programa de prevención se reducirá la frecuencia de uso de las tecnologías y las puntuaciones de los cuestionarios de adicciones tecnológicas.

## 1.2 DISEÑO Y PROCEDIMIENTO

Para llevar a cabo el trabajo de campo se formó a un grupo de alumnos pertenecientes a las carreras de Psicología, Trabajo Social y Criminología, los cuales participaron de la capacitación sobre adicciones tecnológicas brindada por el Dr. Chóliz en la Universidad del Aconcagua durante el año 2011 y 2012.

Se solicitó a siete escuelas del Gran Mendoza por medio de notas dirigidas a sus directivos la posibilidad de entrevistar a los alumnos a fin de llevar a cabo la investigación referida a las nuevas tecnologías y su uso por parte de los alumnos (véase Anexo).

Durante los primeros tres meses se procedió a la actualización de la información científica, revisión bibliográfica y estudios epidemiológicos; se seleccionó la muestra total para el estudio. Posteriormente se efectuó la adaptación de los mismos y se llevó a cabo un estudio piloto descriptivo.

A continuación se implementó el módulo de Internet del Programa de Prevención, adaptándolo a la idiosincrasia de la población argentina tanto en el vocabulario como en los tiempos y la dinámica de los adolescentes. Así, por ejemplo, se practicaron dos talleres y no tres como estaba diseñado el mismo, ya que los tiempos institucionales disponibles para esta tarea eran acotados. Las sesiones 1 y 2 se unieron y se invirtió el orden, pasando en primer lugar las viñetas y videos. En la segunda sesión se explicó la parte teórica de lo que es una adicción e inmediatamente se profundizó en el aspecto teórico. Se hizo así porque se pensó que los estudiantes estarían más motivados con el programa.

### 1.3 PARTICIPANTES Y DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA

La muestra estuvo compuesta por 601 niños y adolescentes (54% varones y 46% mujeres), de edades comprendidas entre 12 y 17 años de edad, alumnos de siete centros educativos públicos y privados, abarcando desde 7º grado de Primaria hasta 5º año de la Secundaria.

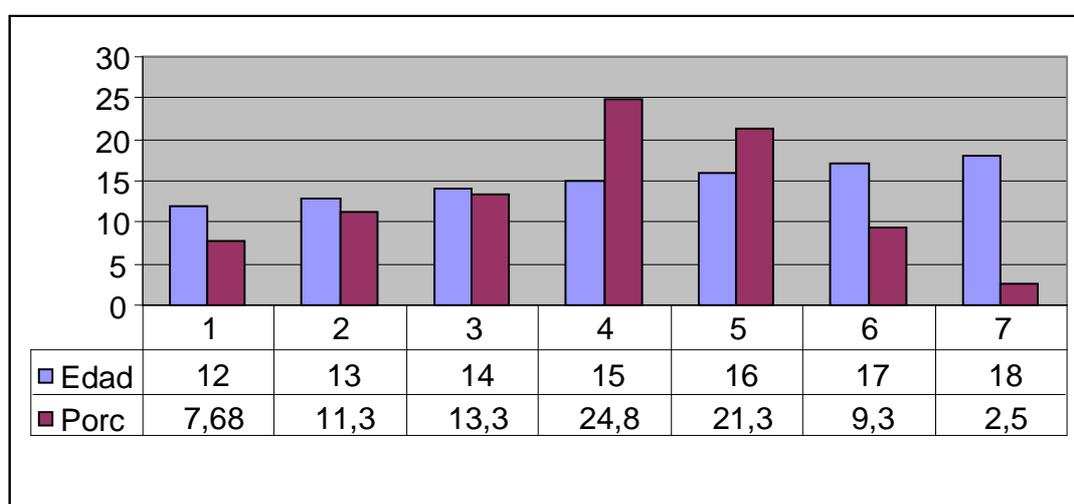


Figura 10: Proporción de niños y adolescentes según la edad

En la Figura 10 se muestra la proporción de participantes en función de la edad: el 7,68% tiene 12 años, el 11,3% 13 años, el 13,3% tiene 14 años, el 24,8 tiene 15 años, el 21,3% tiene 16 años, el 9,3% tiene 17 años, el 2,5% tiene 18 años.

Respecto al sexo, el porcentaje de varones y mujeres que componen la muestra es bastante parejo, (Figura 2), el 54% son varones y el 46% son mujeres

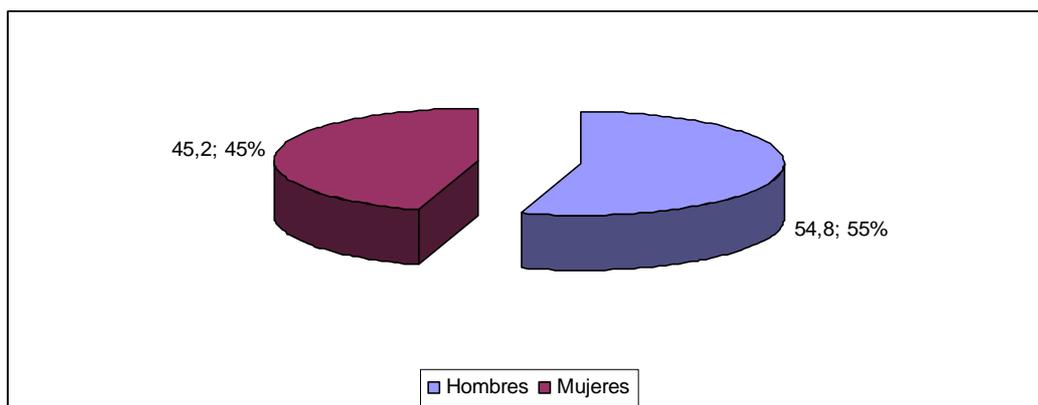


Figura 11: Proporción de niños y adolescentes hombres y mujeres

Tabla 9: Distribución de escuelas de gestión privada y pública

Tipo de Gestión	Nombre de las Escuelas	%
Escuelas Públicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Escuela primaria "Doctor Julio Mayorga".</li> <li>Escuela secundaria "Enrique Mosconi".</li> <li>Escuela secundaria "Francisco Correas".</li> <li>Escuela secundaria "Técnicos Mendocinos N° 4-121; Alfredo Bufano".</li> </ul>	29
Escuelas Privadas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Escuela secundaria "María Auxiliadora".</li> <li>Escuela Secundaria Nuestra Señora de la Consolata.</li> </ul>	71

Tabla 10 Cantidad de Escuelas analizadas

Escuelas de Gestión Publica	5
Escuelas de Gestión Privada	2

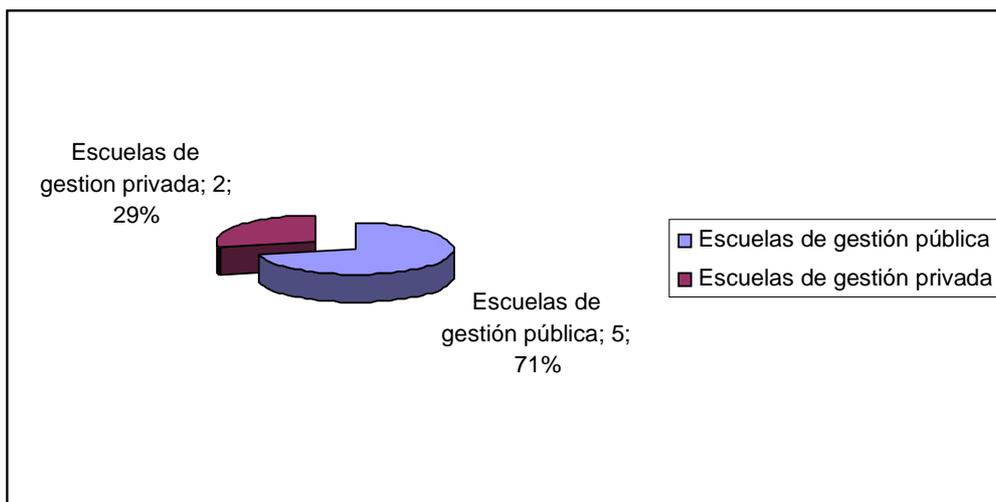


Figura 12: Distribución de las escuelas de gestión privada y pública

#### 1.4. DESCRIPCIÓN DE LOS INSTRUMENTOS

Para la evaluación del patrón de uso de las tecnologías se construyó una escala en la cual se evaluaron los principales parámetros implicados: frecuencia de uso, duración de las sesiones, gasto (en su caso), etcétera (ver Anexo).

En lo que se refiere a la evaluación de la adicción, se administraron los cuestionarios TDI, TDM y TDV del PrevTec 3.1 (Chóliz, 2010), adaptando el lenguaje a población argentina, pero teniendo especial precaución en que no se modificara el significado de los ítems. La evaluación de la adicción en cada uno de los tres cuestionarios sigue los criterios del DSM-IV-TR (APA, 2000) para los Trastornos por Dependencia de Sustancias, adaptando dichos criterios al uso de las tecnologías, en lugar de al consumo de drogas.

a) *El Test de Dependencia de Internet (TDI)* es un instrumento diagnóstico de la dependencia de Internet que consta de 23 ítems, los 12 primeros ítems se responden mediante una escala tipo *Likert* que oscila entre 0 y 4 (0 “nunca”; 1 “rara vez”; 2 “a veces”; 3 “con frecuencia” y 4 “casi siempre”) y en los 12 ítems restantes se pregunta por el grado de acuerdo o desacuerdo, a través de una escala tipo *Likert* que oscila entre 0 y 4 (0 “totalmente en desacuerdo”; 1 “un poco en desacuerdo”; 2 “neutral”; 3 “un poco de acuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”), sobre un conjunto de afirmaciones relacionadas con Internet.

b) *El Test de Adicción al Móvil* es un instrumento de diagnóstico de la adicción al teléfono celular que consta de 22 ítems, los 10 primeros ítems se responden mediante una escala tipo *Likert* que oscila entre 0 y 4 (0 “nunca”; 1 “rara vez”; 2 “a veces”; 3 “con frecuencia” y 4 “casi siempre”) y en los 12 ítems restantes se pregunta por el grado de acuerdo o desacuerdo, a través de una escala tipo *Likert* que oscila entre 0 y 4 (0 “totalmente en desacuerdo”; 1 “un poco en desacuerdo”; 2 “neutral”; 3 “un poco de acuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”), sobre un conjunto de afirmaciones relacionadas con el teléfono móvil.

c) *El Test de Dependencia de Videojuegos (TDV)* es un instrumento de diagnóstico de la dependencia de los videojuegos que consta de 25, ítems, los 14 primeros se responden mediante una escala tipo *Likert* que oscila entre 0 y 4, referida a la frecuencia (0 “nunca”; 1 “rara vez”; 2 “a veces”; 3 “con frecuencia” y 4 “casi siempre”), y en los 11 ítems restantes se pregunta por el grado de acuerdo o desacuerdo, a través de una escala tipo *Likert* que oscila entre 0 y 4 (0 “totalmente en desacuerdo”; 1 “un poco en desacuerdo”; 2 “neutral”; 3 “un poco de acuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”), sobre un conjunto de afirmaciones relacionadas con los videojuego.

## 1.5 ANÁLISIS DE DATOS

Se llevaron a cabo diferentes tipos de análisis estadísticos mediante el paquete estadístico SPSS, que la Universidad de Valencia dispone de licencia para su utilización por parte del personal investigador.

Los análisis realizados fueron los siguientes:

a) *Descriptivos*: frecuencia, medidas de tendencia central y variabilidad del patrón de uso de las tecnologías y de los cuestionarios de adicciones tecnológicas

b) *Análisis de correlación entre cuestionarios y patrón de uso*

c) *Análisis de Fiabilidad* de los cuestionarios

d) *Análisis Factoriales* de los cuestionarios

e) *Análisis de Varianza* de la aplicación del módulo de Internet del *PrevTec 3.1*

## 2. RESULTADOS

### 2.1. ADICCIÓN A INTERNET

#### 2.1.1 Patrón de uso de Internet

El patrón de uso de Internet por parte de los estudiantes se resume en las siguientes tablas y gráficos

##### a. Media y desviación típica

Tabla 11. Patrón de uso de Internet

	Media	Desv. típ.
Frecuencia (días/semana)	4,390	2,7894
Tiempo (hs/día)	1,732	1,1305

##### b. En función del sexo

Tabla 12 Patrón en función del Sexo

Sexo		Media	Desv. típ.
Varón	Frecuencia (días/semana)	4,093	2,7818
	Tiempo (hs/día)	1,571	1,0986
Mujer	Frecuencia (días/semana)	4,798	2,7533
	Tiempo (hs/día)	1,950	1,1388

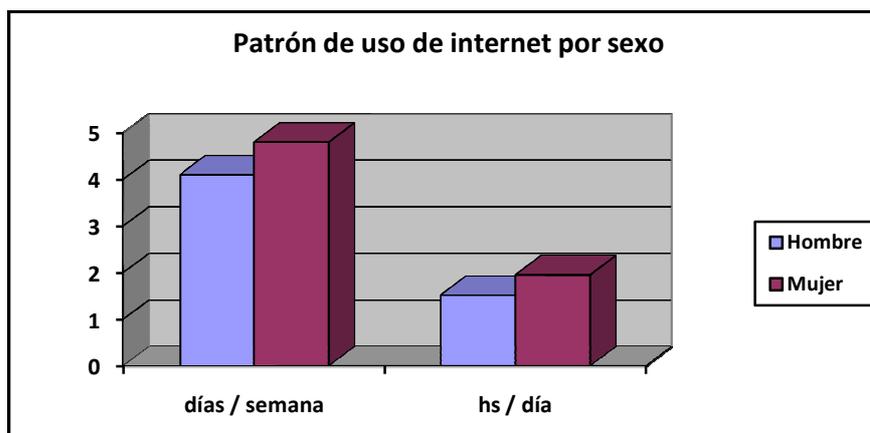


Figura 13: Patrón de uso de Internet en por sexo

c. En función de la edad

Tabla 13: En función de la edad

Edad		Media	Desv. típ.
12 años	Frecuencia (días/semana)	4,510	2,6605
	Tiempo (hs/día)	1,676	1,1381
13 a 15 años	Frecuencia (días/semana)	4,509	2,8191
	Tiempo (hs/día)	1,752	1,1596
16 a 18 años	Frecuencia (días/semana)	4,151	2,8099
	Tiempo (hs/día)	1,733	1,0862

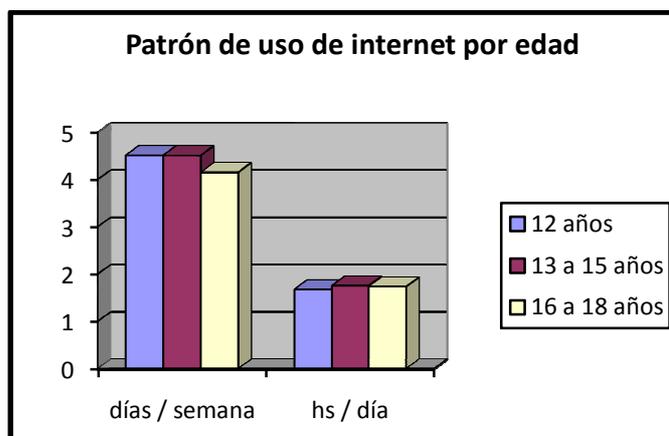


Figura 14: Patrón de uso de Internet en función de la edad

## 2.1.2 Patrón de uso de redes sociales

### a. Media y desviación típica

Tabla 14: Patrón de uso de redes sociales

	Media	Desv. típ.
Conexiones al día	10,37	203,874
Cantidad de amigos	563,48	869,306
Cantidad de fotos	255,69	638,470
Cantidad de videos	10,94	68,634

### b. En función del sexo

Tabla 15: Patrón de uso en función del sexo

Sexo		Media	Desv. típ.
Varón	Conexiones al día	16,19	266,779
	Cantidad de amigos	522,48	889,023
	Cantidad de fotos	161,10	571,552
	Cantidad de videos	13,73	86,402
Mujer	Conexiones al día	2,20	1,159
	Cantidad de amigos	621,06	839,226
	Cantidad de fotos	388,50	701,981
	Cantidad de videos	7,05	29,220

### c. En función de la edad

Tabla 16: Patrón de uso en función a la edad

Edad		Media	Desv. típ.
12 años	Conexiones al día	2,13	1,273
	Cantidad de amigos	253,12	314,013
	Cantidad de fotos	243,89	943,716
	Cantidad de videos	4,73	14,696
13 a 15 años	Conexiones al día	18,91	290,011
	Cantidad de amigos	597,86	887,724
	Cantidad de fotos	277,25	597,109
	Cantidad de videos	16,16	95,050
16 a 18 años	Conexiones al día	1,96	1,024
	Cantidad de amigos	678,08	999,080
	Cantidad de fotos	229,68	479,273
	Cantidad de videos	6,50	24,903

d. Frecuencia de acceso en función del rendimiento académico

Tabla 17 Por la frecuencia de acceso en función del rendimiento académico

Todas materias aprobadas		Media	Desv. típ.
No	Frecuencia (días/semana)	4,244	2,8581
Si	Frecuencia (días/semana)	4,477	2,7301

2.1.3 Test de dependencia de Internet

a) Análisis de fiabilidad

Tabla 18: Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	598	99.3
	Excluidos (*)	4	.7
	Total	602	100.0

(\*) Eliminación por lista basada en todas las variables del procesamiento

Tabla 19: Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	Nº de elementos
.953	.953	23

Tabla 20: Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	Nº
8_1	2,57	1,687	598
8_2	2,87	1,644	598
8_3	2,46	1,627	598
8_4	2,12	1,553	598
8_5	3,13	1,742	598
8_6	2,50	1,571	598
8_7	2,28	1,481	598
8_8	2,08	1,460	598
8_9	2,82	1,663	598
8_10	2,47	1,625	598
8_11	1,95	1,477	598
9_12	2,26	1,526	598
9_13	2,94	1,750	598
9_14	2,07	1,526	598
9_15	3,26	1,683	598
9_16	2,87	1,769	598
9_17	2,93	1,685	598
9_18	1,72	1,317	598
9_19	2,58	1,750	598
9_20	2,32	1,577	598
9_21	1,80	1,379	598
9_22	1,94	1,418	598
9_23	2,19	1,521	598

Tabla 21: Estadísticos de resumen de los elementos

	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo/ mínimo	Varianza	Nº de elementos
Medias de los elementos	2,440	1,716	3,264	1,548	1,903	,188	23
Varianza de los elementos	2,524	1,735	3,130	1,395	1,804	,155	23

Tabla 22: Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
8_1	53,56	607,489	,590	,396	,952
8_2	53,26	601,231	,688	,612	,951
8_3	53,67	605,032	,646	,497	,952
8_4	54,01	609,335	,621	,482	,952
8_5	53,00	599,601	,665	,575	,951
8_6	53,63	606,803	,647	,468	,952
8_7	53,85	608,157	,671	,511	,951
8_8	54,05	610,776	,643	,480	,952
8_9	53,31	596,806	,736	,594	,951
8_10	53,66	598,203	,736	,584	,951
8_11	54,18	609,361	,656	,560	,952
9_12	53,87	604,784	,696	,561	,951
9_13	53,19	594,089	,729	,621	,951
9_14	54,06	606,683	,669	,528	,951
9_15	52,87	595,754	,740	,624	,951
9_16	53,26	594,125	,720	,625	,951
9_17	53,20	594,599	,754	,638	,950
9_18	54,41	622,367	,536	,378	,953
9_19	53,55	600,841	,646	,481	,952
9_20	53,81	603,721	,686	,566	,951
9_21	54,33	616,084	,604	,497	,952
9_22	54,19	613,751	,621	,493	,952
9_23	53,94	604,874	,697	,605	,951

Tabla 23: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
56,13	659,353	25,678	23

b. Análisis factorial

Tabla 24: Comunalidades

8_1	1,000
8_2	1,000
8_3	1,000
8_4	1,000
8_5	1,000
8_6	1,000
8_7	1,000
8_8	1,000
8_9	1,000
8_10	1,000
8_11	1,000
9_12	1,000
9_13	1,000
9_14	1,000
9_15	1,000
9_16	1,000
9_17	1,000
9_18	1,000
9_19	1,000
9_20	1,000
9_21	1,000
9_22	1,000
9_23	1,000

Método de extracción: Análisis de componentes principales

Tabla 25: Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación (*)
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total
1	11,408	49,599	49,599	9,031
2	1,251	5,440	55,039	7,376
3	1,099	4,776	59,816	9,467
4	,806	3,503	63,318	
5	,750	3,261	66,579	
6	,676	2,941	69,520	
7	,625	2,716	72,236	
8	,614	2,671	74,907	
9	,571	2,483	77,390	
10	,547	2,380	79,769	
11	,494	2,147	81,916	
12	,479	2,082	83,998	
13	,424	1,843	85,841	
14	,417	1,812	87,653	
15	,394	1,714	89,367	
16	,373	1,620	90,987	
17	,358	1,557	92,545	
18	,328	1,426	93,970	
19	,317	1,380	95,351	
20	,310	1,346	96,697	
21	,281	1,222	97,919	
22	,260	1,131	99,050	
23	,218	,950	100,000	

Método de extracción: análisis de componentes principales

(\*) Cuando los componentes están correlacionados, las sumas de los cuadrados de las saturaciones no se pueden añadir para obtener una varianza total

*Tabla 26 Resumen de procesamiento de casos*

		N	%
Casos	Válidos	598	99,3
	Excluidos <sup>a</sup>	4	,7
	Total	602	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

*Tabla 27: Estadísticos de fiabilidad*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,953	,953	23

*Tabla 28: Estadísticos de los elementos*

Ítem	Media	Desviación típica	N
1	2,57	1,687	598
2	2,87	1,644	598
3	2,46	1,627	598
4	2,12	1,553	598
5	3,13	1,742	598
6	2,50	1,571	598
7	2,28	1,481	598
8	2,08	1,460	598
9	2,82	1,663	598
10	2,47	1,625	598
11	1,95	1,477	598
12	2,26	1,526	598
13	2,94	1,750	598
14	2,07	1,526	598
15	3,26	1,683	598
16	2,87	1,769	598
17	2,93	1,685	598
18	1,72	1,317	598
19	2,58	1,750	598
20	2,32	1,577	598
21	1,80	1,379	598
22	1,94	1,418	598
23	2,19	1,521	598

Tabla 29: Estadísticos de resumen de los elementos

	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo/ mínimo	Varianza	N de elementos
Medias de los elementos	2,440	1,716	3,264	1,548	1,903	,188	23
Varianzas de los elementos	2,524	1,735	3,130	1,395	1,804	,155	23

Tabla 30: Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
1	53,56	607,489	,590	,396	,952
2	53,26	601,231	,688	,612	,951
3	53,67	605,032	,646	,497	,952
4	54,01	609,335	,621	,482	,952
5	53,00	599,601	,665	,575	,951
6	53,63	606,803	,647	,468	,952
7	53,85	608,157	,671	,511	,951
8	54,05	610,776	,643	,480	,952
9	53,31	596,806	,736	,594	,951
10	53,66	598,203	,736	,584	,951
11	54,18	609,361	,656	,560	,952
12	53,87	604,784	,696	,561	,951
13	53,19	594,089	,729	,621	,951
14	54,06	606,683	,669	,528	,951
15	52,87	595,754	,740	,624	,951
16	53,26	594,125	,720	,625	,951
17	53,20	594,599	,754	,638	,950
18	54,41	622,367	,536	,378	,953
19	53,55	600,841	,646	,481	,952
20	53,81	603,721	,686	,566	,951
21	54,33	616,084	,604	,497	,952
22	54,19	613,751	,621	,493	,952
23	53,94	604,874	,697	,605	,951

Tabla 31: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
56,13	659,353	25,678	23

Tabla 32: Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación <sup>a</sup>
	Total	% de la varianza	% acumulado	
1	11,408	49,599	49,599	9,031
2	1,251	5,440	55,039	7,376
3	1,099	4,776	59,816	9,467
4	,806	3,503	63,318	
5	,750	3,261	66,579	
6	,676	2,941	69,520	
7	,625	2,716	72,236	
8	,614	2,671	74,907	
9	,571	2,483	77,390	
10	,547	2,380	79,769	
11	,494	2,147	81,916	
12	,479	2,082	83,998	
13	,424	1,843	85,841	
14	,417	1,812	87,653	
15	,394	1,714	89,367	
16	,373	1,620	90,987	
17	,358	1,557	92,545	
18	,328	1,426	93,970	
19	,317	1,380	95,351	
20	,310	1,346	96,697	
21	,281	1,222	97,919	
22	,260	1,131	99,050	
23	,218	,950	100,000	

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

- a. Cuando los componentes están correlacionados, las sumas de los cuadrados de las saturaciones no se pueden añadir para obtener una varianza total.

Tabla 33: Matriz de configuración.<sup>a</sup>

Componente	1	2	3
1	,613	,050	-,053
2	,814	-,147	-,130
3	,785	,089	,088
4	,646	,137	,019
5	,725	-,216	-,253
6	,629	,171	,005
7	,471	,191	-,157
8	,525	,334	,046
9	,276	,003	-,579
10	,463	,191	-,234
11	,196	,588	-,071
12	-,100	,202	-,734
13	,065	-,019	-,797
14	,038	,552	-,269
15	,144	-,068	-,772
16	,026	-,024	-,830
17	,093	,026	-,756
18	-,044	,677	-,096
19	,153	,241	-,399
20	-,091	,143	-,765
21	,105	,753	,041
22	,090	,680	-,056
23	,074	,551	-,266

Método de extracción: Análisis de componentes principales. Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser. *a*. La rotación ha convergido en 15 iteraciones

Tabla 34: Matriz de estructura

Componente	1	2	3
1	,676	,410	-,496
2	,822	,364	-,597
3	,773	,462	-,494
4	,707	,475	-,496
5	,780	,317	-,621
6	,718	,507	-,518
7	,681	,534	-,584
8	,674	,591	-,498
9	,670	,480	-,768
10	,724	,573	-,655
11	,560	,734	-,536
12	,505	,563	-,780
13	,594	,467	-,830
14	,517	,725	-,607
15	,630	,446	-,831
16	,574	,459	-,834
17	,618	,503	-,834
18	,385	,708	-,449
19	,553	,549	-,639
20	,503	,527	-,784
21	,483	,786	-,456
22	,493	,760	-,501
23	,551	,741	-,628

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

Tabla 35: Matriz de correlaciones de componentes

Componente	1	2	3
1	1,000	,538	-,677
2	,538	1,000	-,566
3	-,677	-,566	1,000

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

Tabla 36: Estructura factorial del Test de Adicción a Internet

Ítem	Peso factorial		
	I	II	III
2. Me afecta mucho cuando quiero conectarme a Internet y no funciona la red	,822		
5. Me irrita cuando no funciona bien Internet por culpa de la computadora o la conexión	,780		
3. Cada vez que me acuerdo de Internet tengo la necesidad de conectarme	,773		
10. Me resulta muy difícil cerrar Internet cuando comienzo a navegar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio	,724		
6. Ya no es suficiente para mí conectarme la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé	,718		
4. Si estoy un tiempo sin Internet me encuentro vacío y no sé qué hacer	,707		
7. Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque Internet me ocupa bastante rato	,681		
1. Si no me funciona Internet en casa intento conectarme en otro lugar	,676		
8. Estoy obsesionado por descargar ficheros, buscar enlaces, participar en chats o colgar fotos o videos	,674		
21. He mentado a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he estado conectado		,786	
22. Incluso cuando estoy haciendo otras tareas (en clase, con mis amigos, estudiando, etc.) pienso en Internet (descargarme ficheros, visitar páginas, colgar fotos o videos, etc)		,760	
23. Cuando tengo algún problema me conecto a Internet para distraerme		,741	
11. Cuando me encuentro mal me refugio en Internet		,734	
14. He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a Internet		,725	
18. He llegado tarde (a clase, salir con mis amigos, etc.) por estar conectado a Internet		,708	
17. Entro varias veces al día a Internet para ver si tengo mensajes o algún correo de mis amistades			,834
16. Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme en Internet			,834
15. Cuando estoy aburrido me conecto a Internet			,831
13. He llegado a estar conectado a Internet más de tres horas seguidas			,830
20. Lo primero que hago cuando llego a casa después del colegio es conectarme a Internet			,784
12. Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es conectarme a Internet			,780
9. Creo que utilizo Internet demasiado			,768
19. Cuando estoy conectado a Internet pierdo la noción del tiempo			,639

Una vez realizado el Análisis Factorial, la estructura factorial del cuestionario queda con tres dimensiones:

Factor I: Dependencia. Hace referencia al proceso de dependencia de Internet, es decir, el malestar que se produce cuando no tiene la posibilidad de conectarse o si se estropea la red y la necesidad de hacer un consumo cada vez mayor. Está formado por los ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10.

Factor II: Interferencia. El uso excesivo de Internet dificulta las relaciones interpersonales y familiares y es causa de problemas familiares o laborales. Está formado por los ítems: 11, 14, 18, 21, 22, 23.

Factor III: Abuso y dificultad de control de impulso. Una de las características de la adicción a Internet es que el uso llega a ser excesivo, además de que resulta difícil controlar el impulso de seguir conectado. Está formado por los ítems: 9, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 20.

## 2.2. ADICCIÓN A CELULAR

### 2.2.1 Patrón de uso del celular: Estadísticos descriptivos

a). Posesión de celular:

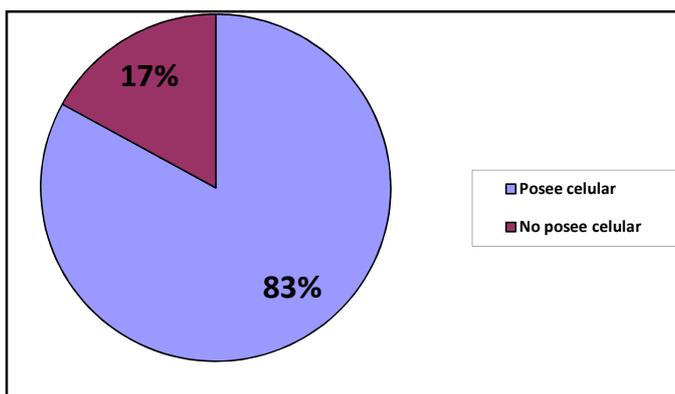


Figura 15. Posee celular el 83% de la muestra

### 1) Por edad

Tabla 37: Patrón de uso por edad

Edad	Porcentaje
12 años	77
13 a 15 años	83
16 a 18 años	87

### 2) Por sexo

Tabla 38: Patrón de uso por sexo

Sexo	Porcentaje
Varón	80
Mujer	88

### b) Gasto mensual

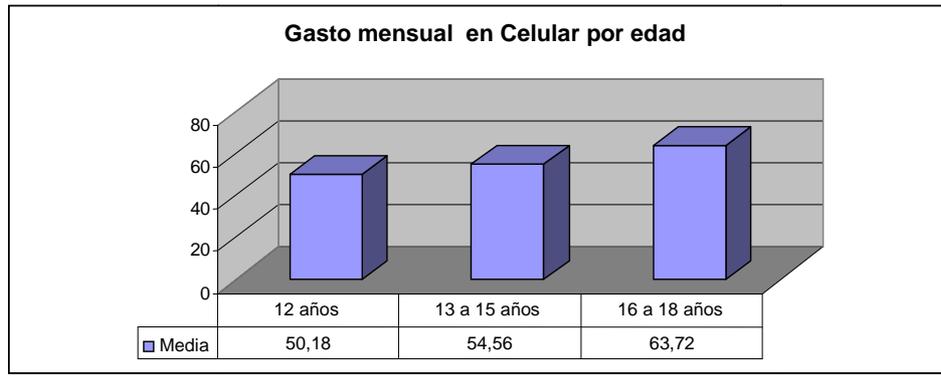
Tabla 39: Patrón por gasto mensual

Posee Celular	Gasto Mensual
SI	56,99

### 1) Por edad

Tabla 40: Patrón de gasto mensual por edad (en pesos argentinos)

Edad	Media
12 años	50,18
13 a 15 años	54,56
16 a 18 años	63,72

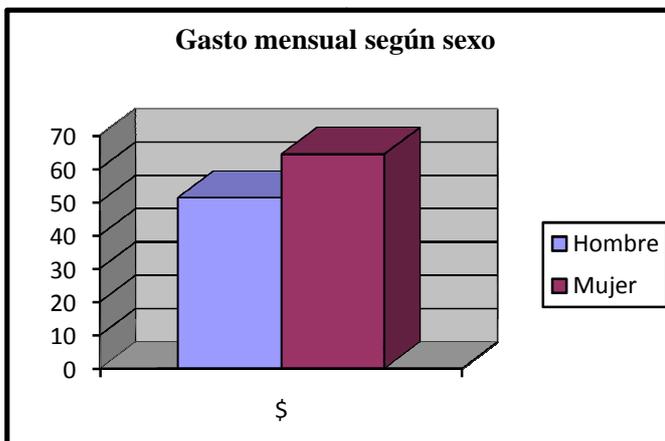


*Figura 16: Gasto mensual en celular por edad*

b) Por sexo

*Tabla 41: Gasto mensual de celular por sexo*

Sexo	Media
Hombre	51,21
Mujer	64,35



*Figura 17: Gasto mensual de celular por sexo*

### c) Uso del celular

#### 1) Entre semana sin segmentar

Tabla 42: Uso de celular entre semana

	Media
Llamadas diarias	4,39
Mensajes diarios	80,08
Perdidas diarias	3,95
Tiempo diario	7,81

#### 2) Entre semana por sexo

Tabla 43: Uso de celular entre semana por sexo

Sexo		Media
Varón	Llamadas diarias	3,94
	Mensajes diarios	51,74
	Pérdidas diarias	4,34
	Tiempo diario	6,31
Mujer	Llamadas diarias	4,96
	Mensajes diarios	116,14
	Pérdidas diarias	3,45
	Tiempo diario	9,70

#### 3) Fin de semana

Tabla 44: Uso de celular fin de semana

	N	Media
Llamadas diarias	500	7,33
Mensajes diarios	500	79,50
Pérdidas diarias	500	4,63
Tiempo diario	500	8,22

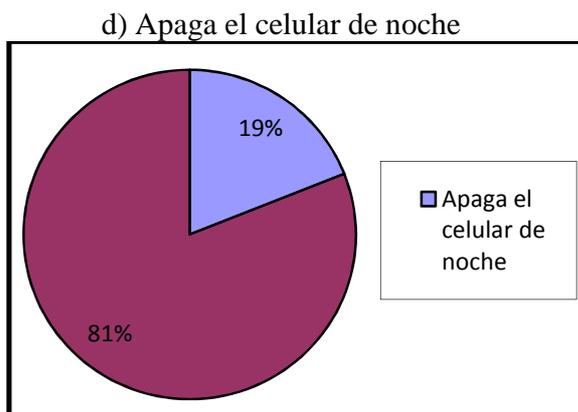


Figura 18: apaga el celular de noche

e) Problemas con los padres en función de quien paga

Tabla 45: Discutió con sus padres

Forma de pago		Frecuencia	Porcentaje
Se lo paga él mismo	Nunca	73	67,6
	Rara vez	10	9,3
	A veces	6	5,6
	Con frecuencia	2	1,9
	Muchas veces	12	11,1
Se lo pagan	Nunca	225	58,9
	Rara vez	48	12,6
	A veces	39	10,2
	Con frecuencia	20	5,2
	Muchas veces	35	9,2

2.2.2 Test de dependencia al celular

a) Análisis de fiabilidad

Tabla 46: Resumen del procesamiento de los casos

Casos	N	%
Válidos	593	98,7
Excluidos(*)	8	1,3
Total	601	100,0

(\*) Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento

Tabla 47: Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,966	22

Tabla 48: Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
1	1,86	1,976	593
2	1,68	1,535	593
3	1,47	1,396	593
4	1,94	1,630	593
5	3,05	2,071	593
6	2,12	1,767	593
7	1,94	1,654	593
8	2,78	2,631	593
9	2,07	1,683	593
10	1,54	1,445	593
11	2,05	1,734	593
12	2,17	1,729	593
13	2,24	1,849	593
14	1,88	1,649	593
15	1,85	1,683	593
16	1,85	1,622	593
17	2,36	1,874	593
18	2,41	1,941	593
19	1,99	1,744	593
20	2,05	1,767	593
21	1,97	1,730	593
22	1,90	1,721	593

Tabla 49: Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
1	43,31	825,644	,567	,966
2	43,49	832,206	,671	,965
3	43,70	835,294	,703	,965
4	43,23	818,782	,777	,964
5	42,12	801,536	,752	,964
6	43,05	813,109	,771	,964
7	43,23	817,158	,783	,964
8	42,39	806,438	,539	,968
9	43,09	816,001	,781	,964
10	43,63	834,993	,681	,965
11	43,12	811,347	,806	,963
12	42,99	813,748	,783	,964
13	42,93	808,652	,779	,964
14	43,28	814,410	,817	,963
15	43,32	816,889	,772	,964
16	43,32	818,655	,783	,964
17	42,81	807,008	,784	,964
18	42,76	803,808	,785	,964
19	43,18	812,169	,792	,964
20	43,12	812,753	,775	,964
21	43,20	816,061	,758	,964
22	43,27	812,619	,799	,964

Tabla 50: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
45,17	893,972	29,899	22

b) Análisis Factoriales

Tabla 51: Comunalidades

	Inicial	Extracción
1	1,000	,507
2	1,000	,646
3	1,000	,770
4	1,000	,646
5	1,000	,601
6	1,000	,632
7	1,000	,705
8	1,000	,336
9	1,000	,650
10	1,000	,791
11	1,000	,694
12	1,000	,654
13	1,000	,682
14	1,000	,722
15	1,000	,694
16	1,000	,680
17	1,000	,680
18	1,000	,666
19	1,000	,673
20	1,000	,694
21	1,000	,620
22	1,000	,706

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Tabla 52 : Varianza total explicada

Componente	Total	% de la varianza
1	13,282	60,371
2	1,168	5,308
3	,789	3,588
4	,679	3,085
5	,624	2,837
6	,489	2,225
7	,464	2,109
8	,432	1,964
9	,417	1,894
10	,394	1,791
11	,380	1,725
12	,359	1,632
13	,331	1,505
14	,324	1,473
15	,303	1,379
16	,277	1,261
17	,257	1,167
18	,245	1,115
19	,227	1,030
20	,206	,938
21	,190	,865
22	,162	,739

Tabla 53: Matriz de componentes<sup>a</sup>

	Componente	
	1	2
1	,598	,386
2	,701	,393
3	,734	,481
4	,803	,025
5	,774	-,035
6	,794	-,023
7	,808	,229
8	,569	-,114
9	,805	,042
10	,713	,532
11	,830	-,071
12	,806	-,067
13	,803	-,192
14	,840	-,128
15	,800	-,233
16	,808	-,162
17	,804	-,182
18	,807	-,126
19	,816	-,082
20	,802	-,226
21	,785	-,057
22	,824	-,164

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
a. 2 componentes extraídos

Tabla 54: Matriz de configuración.<sup>a</sup>

	Componente	
	1	2
1	,033	,689
2	,109	,722
3	,031	,855
4	,622	,232
5	,669	,140
6	,671	,162
7	,388	,518
8	,595	-,021
9	,604	,256
10	-,045	,921
11	,756	,103
12	,733	,102
13	,877	-,074
14	,832	,025
15	,922	-,132
16	,846	-,031
17	,866	-,059
18	,801	,021
19	,758	,084
20	,915	-,121
21	,703	,112
22	,860	-,028

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

a. La rotación ha convergido en 4 iteraciones.

Tabla 55: Matriz de estructura

	Componente	
	1	2
1	,523	,712
2	,623	,800
3	,641	,877
4	,787	,675
5	,769	,617
6	,787	,640
7	,757	,794
8	,580	,403
9	,786	,686
10	,611	,889
11	,830	,642
12	,805	,624
13	,824	,551
14	,850	,618
15	,828	,525
16	,824	,572
17	,824	,558
18	,816	,592
19	,818	,625
20	,829	,531
21	,783	,613
22	,840	,585

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

Tabla 56: Matriz de correlaciones de componentes

	Componente	
	1	2
1	1,000	,713
2	,713	1,000

Tabla 57: Estructura factorial del Test de Adicción al Celular

TEST DE ADICCIÓN AL CELULAR	Componente	
	I	II
14. Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia	,850	
22. Ahora mismo tomaría el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada	,840	
11. Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de llamar a alguien o enviar un SMS	,830	
20. No creo que pudiera aguantar una semana sin celular	,829	
15. Si no tengo el celular me encuentro mal	,828	
16. Cuando tengo el celular entre manos no puedo dejar de utilizarlo	,824	
17. Desde que tengo celular he aumentado el número de SMS que mando	,824	
13. Si se me estropeara el celular durante un periodo largo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me encontraría mal	,824	
19. Gasto más dinero en celular ahora que cuando lo adquirí	,818	
18. Nada más levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, o si me han mandado un SMS	,816	
12. Desde que tengo celular he aumentado el número de llamadas que hago	,805	
4. Dedico más tiempo del que quisiera a hablar por teléfono, o enviar SMS	,787	
6. Me he acostado más tarde, o he dormido menos por estar utilizando el celular	,787	
9. Utilizo el celular (llamadas o SMS) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)	,786	
21. Cuando me siento solo le hago sonar el celular a alguien (o le llamo o le envío un SMS)	,783	
5. He enviado más de 5 mensajes en un día	,769	
8. Cuando me aburro, utilizo el celular	,580	
10. Me han retado por el gasto económico del teléfono		,889
3. He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico del teléfono		,877
2. Me he puesto un límite de consumo y no lo he podido cumplir		,800
7. Gasto más dinero con el celular (llamadas, mensajes...) del que me había previsto		,794
1. Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por gastar mucho el teléfono		,712

La estructura factorial del cuestionario de adicción al celular consta de dos factores:

a) Dependencia: hace referencia al proceso de dependencia del celular, que se manifiesta por un consumo cada vez mayor y con más frecuencia, malestar cuando no se puede utilizar el celular o si éste se estropea, así como dificultad para dejar de usarlo. Está formado por los ítems: 4, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22.

b) Problemas ocasionados por el uso del móvil: se refiere a las dificultades o problemas que causa la dependencia del móvil en los ámbitos familiar o social. Está formado por los ítems: 1, 2, 3, 7, 10.

## 2.3. ADICCIÓN A VIDEOJUEGOS

### 2.3.1 Patrón de uso de videojuegos: estadísticos descriptivos

Tabla 58: Patrón de uso de videojuegos

	Media	Desv. típ.
Frecuencia	2,56 días/semana	2,40
Duración	1,5 h diarias	1,04

#### a) En función del sexo

Tabla 59: En función del sexo

Sexo		Media	Desv. típ.
Varón	Frecuencia (días / semana)	3,079	2,4338
	TiempoSem (hs / día)	1,656	1,0388
Mujer	Frecuencia (días / semana)	1,831	2,2622
	TiempoSem (hs / día)	1,268	,9976

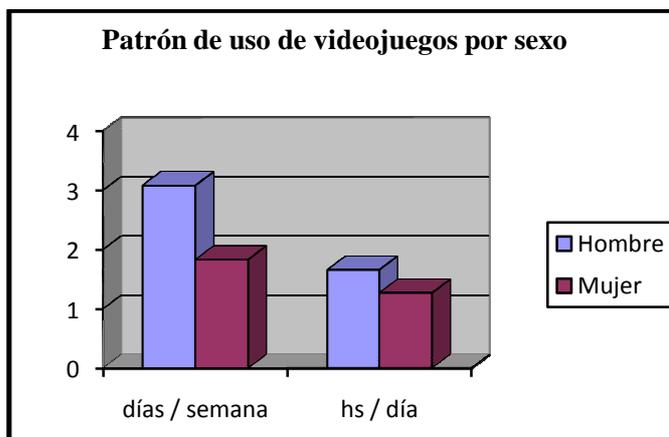


Figura 19 Uso de videojuegos en función del sexo

b) En función de la edad

Tabla 60: Uso de videojuegos en función de la edad

Edad		Media	Desv. típ.
12 años	Frecuencia (días / semana)	3,28	2,76
	TiempoSem (hs / día)	1,58	1,03
13 a 15 años	Frecuencia (días / semana)	2,55	2,42
	TiempoSem (hs / día)	1,54	1,07
16 a 18 años	Frecuencia (días / semana)	2,19	2,21
	TiempoSem (hs / día)	1,40	1,00

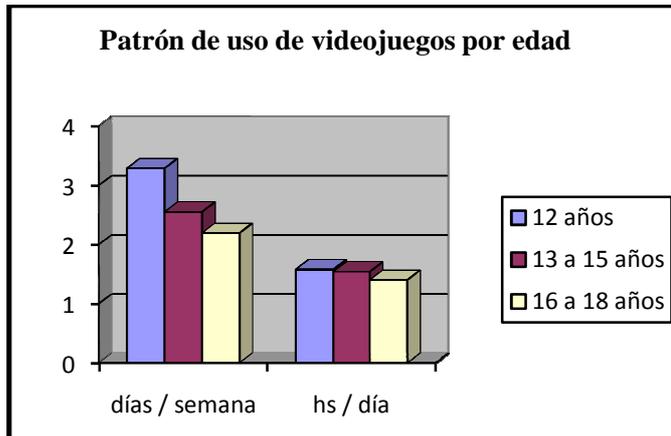


Figura 20: Patrón de uso de videojuegos en función de la edad

2.3.2 Tipo de videoconsola utilizada/ sin agrupar

Tabla 61: Tipo de video consola utilizada

	Porc.
Consola portátil	6
Consola sobremesa	45
PC	77

a) En función del sexo

Tabla 62: Tipo de videoconsola utilizada en función del sexo

Sexo		Porc.
Varón	Consola portátil	8
	Consola sobremesa	57
	PC	74
Mujer	Consola portátil	05
	Consola sobremesa	28
	PC	81

b) En función de la edad

Tabla 63: Tipo de consola utilizada en función de la edad

Edad		Media
12 años	Consola portátil	5
	Consola sobremesa	50
	PC	77
13 a 15 años	Consola portátil	07
	Consola sobremesa	47
	PC	73
16 a 18 años	Consola portátil	06
	Consola sobremesa	38
	PC	83

2.3.3. Frecuencia semanal de juego en función del rendimiento académico

Tabla 64: Frecuencia semanal de juego en función del rendimiento académico

Todas aprobadas	Media	Desv. típ.
No	2,57	2,46
Si	2,54	2,40

Tabla 65: Sin asignaturas desaprobadas (suspendidas) en función de la frecuencia de juego

Frecuencia (días / semana)	Media
Casi nunca	,56
Uno o dos días a la semana	,55
Tres o cuatro días a la semana	,56
Cinco o seis días a la semana	,65
Todos los días	,51

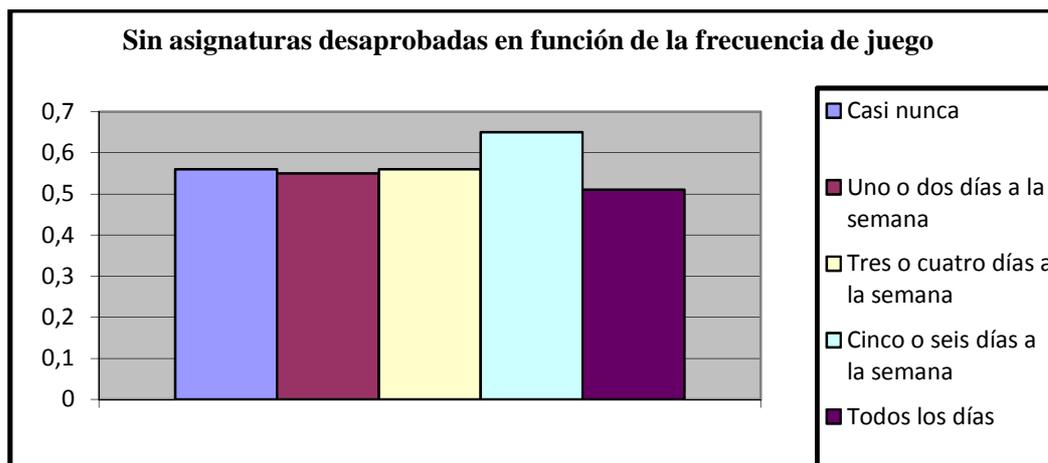


Figura 21: Sin asignaturas desaprobadas (suspendidas) en función de la frecuencia de juego

### 2.3.4 Test de Dependencia de videojuegos

#### a) Análisis de fiabilidad

Tabla 66: Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	601	100,0
	Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
	Total	601	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Tabla 67: Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Nº de elementos
,932	25

Tabla 68: Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
1	2,42	1,490	601
2	1,55	1,191	601
3	2,12	1,490	601
4	2,25	1,458	601
5	1,97	1,362	601
6	1,77	1,358	601
7	2,57	1,602	601
8	2,14	1,427	601
9	2,01	1,428	601
10	2,46	1,602	601
11	1,97	1,427	601
12	2,21	1,502	601
13	2,11	1,498	601
14	1,63	1,296	601
15	1,78	1,248	601
16	2,46	1,580	601
17	1,75	1,309	601
18	2,50	1,658	601
19	2,48	1,556	601
20	2,15	1,559	601
21	2,49	1,628	601
22	1,67	1,248	601
23	1,63	1,192	601
24	1,54	1,116	601
25	1,99	1,366	601

Tabla 69: Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
1	49,19	450,066	,512	,930
2	50,07	465,320	,349	,932
3	49,50	447,097	,561	,929
4	49,36	444,925	,611	,928
5	49,65	452,549	,522	,930
6	49,85	450,082	,568	,929
7	49,04	441,583	,602	,929
8	49,48	449,720	,544	,929
9	49,60	451,003	,521	,930
10	49,16	438,049	,657	,928
11	49,65	447,281	,585	,929
12	49,40	443,638	,613	,928
13	49,50	441,807	,645	,928
14	49,99	453,893	,526	,930
15	49,83	452,189	,583	,929
16	49,15	439,998	,636	,928
17	49,87	453,885	,521	,930
18	49,12	439,798	,605	,928
19	49,13	440,103	,646	,928
20	49,47	444,833	,568	,929
21	49,13	440,637	,605	,928
22	49,95	452,316	,580	,929
23	49,99	455,028	,555	,929
24	50,08	455,634	,583	,929
25	49,63	446,884	,622	,928

Tabla 70: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
51,62	484,657	22,015	25

b) Análisis factoriales

Tabla 71: Comunalidades

	Inicial
1	1,000
2	1,000
3	1,000
4	1,000
5	1,000
6	1,000
7	1,000
8	1,000
9	1,000
10	1,000
11	1,000
12	1,000
13	1,000
14	1,000
15	1,000
16	1,000
17	1,000
18	1,000
19	1,000
20	1,000
21	1,000
22	1,000
23	1,000
24	1,000
25	1,000

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Tabla 72: Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación <sup>a</sup>
	Total	% de la varianza	% acumulado	
1	9,553	38,213	38,213	7,137
2	1,323	5,290	43,503	6,289
3	1,216	4,863	48,366	4,687
4	1,051	4,202	52,569	4,008
5	,869	3,477	56,046	
6	,827	3,308	59,354	
7	,808	3,232	62,586	
8	,789	3,156	65,742	
9	,692	2,769	68,511	
10	,664	2,654	71,165	
11	,638	2,552	73,718	
12	,634	2,535	76,253	
13	,617	2,467	78,720	
14	,595	2,381	81,101	
15	,574	2,297	83,399	
16	,531	2,125	85,523	
17	,491	1,965	87,488	
18	,462	1,850	89,338	
19	,444	1,777	91,115	
20	,424	1,697	92,812	
21	,396	1,583	94,395	
22	,371	1,482	95,878	
23	,358	1,433	97,311	
24	,348	1,391	98,703	
25	,324	1,297	100,000	

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

a. Cuando los componentes están correlacionados, las sumas de los cuadrados de las saturaciones no se pueden añadir para obtener una varianza total.

Tabla 73: Matriz de componentes<sup>a</sup>

	Componente			
	1	2	3	4
1	0,551	-0,07	-0,435	0,193
2	0,385	0,206	0,462	0,397
3	0,599	0,267	0,145	0,451
4	0,651	0,311	-0,243	-0,02
5	0,565	0,388	-0,13	-0,159
6	0,611	0,414	-0,034	-0,145
7	0,64	0,047	-0,053	0,44
8	0,585	0,296	-0,231	-0,037
9	0,566	0,327	0,008	-0,182
10	0,696	0,143	-0,136	0,115
11	0,628	0,035	0,089	0,089
12	0,655	-0,073	-0,247	-0,143
13	0,686	-0,024	0,04	0,07
14	0,573	0,03	0,202	-0,265
15	0,627	-0,078	-0,031	-0,19
16	0,677	-0,311	-0,163	0,089
17	0,568	-0,169	0,404	0,041
18	0,648	-0,298	-0,271	0,002
19	0,686	-0,375	0,033	0,101
20	0,611	-0,248	-0,157	-0,098
21	0,647	-0,312	0,04	0,164
22	0,624	-0,19	0,098	-0,174
23	0,602	-0,021	0,349	-0,193
24	0,629	-0,025	0,226	-0,223
25	0,666	-0,048	0,236	-0,226

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

a. 4 componentes extraídos

Tabla 74: Matriz de configuración. *a*

Componente	1	2	3	4
1	,636	,242	-,309	,048
2	-,181	,005	,156	,738
3	,071	,253	-,090	,685
4	,170	,657	-,074	,078
5	-,044	,707	,069	,013
6	-,100	,706	,142	,093
7	,405	,139	-,177	,522
8	,140	,619	-,068	,050
9	-,078	,601	,209	,048
10	,312	,413	-,028	,221
11	,235	,200	,177	,272
12	,490	,331	,100	-,137
13	,341	,192	,180	,226
14	,057	,266	,494	-,004
15	,339	,246	,298	-,073
16	,723	-,017	,073	,059
17	,190	-,132	,494	,325
18	,740	,063	,034	-,079
19	,671	-,161	,239	,157
20	,584	,090	,171	-,104
21	,607	-,141	,175	,226
22	,366	,076	,417	-,022
23	,046	,138	,583	,132
24	,130	,207	,514	,044
25	,161	,195	,539	,050

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

*a.* La rotación ha convergido en 23 iteraciones.

Tabla 75: Matriz de estructura

Componente	1	2	3	4
1	,656	,472	,026	,251
2	,131	,212	,311	,726
3	,395	,486	,227	,766
4	,495	,742	,232	,331
5	,339	,712	,291	,253
6	,337	,734	,367	,336
7	,585	,455	,180	,652
8	,440	,683	,206	,283
9	,317	,648	,394	,284
10	,583	,633	,294	,456
11	,494	,467	,414	,471
12	,646	,563	,354	,170
13	,582	,497	,441	,460
14	,375	,457	,603	,252
15	,549	,490	,486	,213
16	,762	,387	,358	,320
17	,421	,235	,619	,494
18	,758	,417	,311	,203
19	,734	,305	,486	,403
20	,658	,403	,391	,175
21	,680	,294	,426	,438
22	,554	,390	,574	,252
23	,380	,399	,686	,369
24	,442	,457	,645	,311
25	,479	,471	,680	,331

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

Tabla 76: Matriz de correlaciones de componentes

Componente	1	2	3	4
1	1,000	,498	,378	,339
2	,498	1,000	,333	,332
3	,378	,333	1,000	,300
4	,339	,332	,300	1,000

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser.

Tabla 77: Test de adicción a videojuegos

Test de adicción a videojuegos	Componente			
	FI	FII	FIII	FIV
16. He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas	,762			
18. Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego	,758			
19. Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos	,734			
21. Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo	,680			
20. En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo un videojuego, aunque sólo sea un momento	,658			
1. Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora que cuando comencé	,656			
12. Creo que juego demasiado a los videojuegos	,646			
13. Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio	,582			
15. Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego	,549			
4. Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos	,495			
11. Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder jugar	,494			
6. Si estoy un tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer		,734		
5. Dedico mucho tiempo extra con los temas de mis videojuegos incluso cuando no estoy jugando con ellos (ver revistas, hablar con compañeros, dibujar los personajes, etc.)		,712		
8. Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé		,683		
9. Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato		,648		
10. Estoy obsesionado por subir de nivel, ganar prestigio, etc en los videojuegos		,633		

23. He mentido a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar	,686
25. Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme	,680
24. Incluso cuando estoy haciendo otras tareas (en clase, con mis amigos, estudiando, etc.) pienso en mis videojuegos (cómo avanzar, superar alguna fase o alguna prueba, etc.)	,645
17. He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o el PC	,619
14. Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos	,603
22. Lo primero que hago cuando llego a casa después de colegio es ponerme con mis videojuegos	,574
3. Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego	,766
2. Si no me funciona la videoconsola o el PC le pido prestada una a parientes o amigos	,726
7. Me enoja cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC	,652

Así pues, la estructura factorial del cuestionario consta de cuatro dimensiones, que son las siguientes:

Factor I: Abuso y dificultad de control del impulso. Se caracteriza por jugar excesivamente y ser incapaz de dejarlo cuando se ha comenzado. Igualmente, ese impulso por jugar aparece en numerosas ocasiones a lo largo del día. Está formado por los ítems: 1, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 20, 21.

Factor II: Tolerancia. Cada vez necesita jugar más, ya no es suficiente jugar como al principio, lo cual le genera un estado de necesidad. Está formado por los ítems: 4, 5, 6, 8, 9, 10.

Factor III. Escape e interferencia con otras tareas. Los videojuegos sirven para escapar de los problemas, lo cual, al contrario de lo que pretende, todavía le provoca más problemas con familiares, amistades, académicos, etc. Está formado por los ítems: 14, 17, 22, 23, 24, 25.

Factor IV. Abstinencia. Cuando está un tiempo sin jugar o si no puede seguir jugando por diferentes motivos, ello le produce grave malestar. Está formado por los ítems: 2, 3, 7.

## 2.4. ANALISIS DEL IMPACTO DEL PROGRAMA *PREV TEC 3.1*

### 2.4.1 Internet

Se administró el módulo de Internet del *PrevTec 3.1* a 124 adolescentes (41 chicos y 83 chicas) de entre 12 y 18 años de los siguientes colegios: Consolata, Bufano, Correas, Mayorga y María Auxiliadora. Los descriptivos principales se reflejan en las siguientes tablas:

Tabla 78: Por edad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	12	38	30,6	30,6	30,6
	13	15	12,1	12,1	42,7
	14	15	12,1	12,1	54,8
	15	28	22,6	22,6	77,4
	16	11	8,9	8,9	86,3
	17	13	10,5	10,5	96,8
	18	4	3,2	3,2	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

Tabla 79: Por sexo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Varón	41	33,1	33,1	33,1
	Mujer	83	66,9	66,9	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

Se compararon los resultados obtenidos en las principales medidas de uso y dependencia de Internet con otros grupos de adolescentes de la misma edad y se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 80: Descriptivos

		N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
						Límite inferior	Límite superior		
Frecuencia (días por semana)	1	260	4,87	2,65	0,16	4,55	5,19	0,50	7,00
	2	124	4,49	2,67	0,24	4,01	4,96	0,50	7,00
	Total	384	4,75	2,66	0,14	4,48	5,01	0,50	7,00
Tiempo uso diario (días escolares)	1	259	113,17	68,00	4,23	104,85	121,49	30,00	210,00
	2	124	104,03	63,60	5,71	92,73	115,34	30,00	210,00
	Total	383	110,21	66,66	3,41	103,51	116,91	30,00	210,00
Tiempo uso diario (fin de semana)	1	260	132,69	67,46	4,18	124,45	140,93	30,00	210,00
	2	123	122,20	63,95	5,77	110,78	133,61	30,00	210,00
	Total	383	129,32	66,45	3,40	122,65	136,00	30,00	210,00
TDITotal	1	264	60,98	25,21	1,55	57,93	64,04	0,00	115,00
	2	120	58,05	24,18	2,21	53,68	62,42	0,00	114,00
	Total	384	60,07	24,90	1,27	57,57	62,57	0,00	115,00
Dependencia subjetiva	1	267	61,95	31,62	1,94	58,14	65,76	0,00	100,00
	2	124	54,27	28,69	2,58	49,17	59,37	0,00	100,00
	Total	391	59,51	30,89	1,56	56,44	62,59	0,00	100,00

Tabla 81: ANOVA

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Frecuencia (días por semana)	Inter-grupos	12,21	1	12,21	1,73	0,19
	Intra-grupos	2697,29	382	7,06		
	Total	2709,49	383			
Tiempo uso diario (días escolares)	Inter-grupos	6995,56	1	6995,56	1,58	0,21
	Intra-grupos	1690587,73	381	4437,24		
	Total	1697583,29	382			
Tiempo uso diario (fin de semana)	Inter-grupos	9200,80	1	9200,80	2,09	0,15
	Intra-grupos	1677422,70	381	4402,68		
	Total	1686623,50	382			
TDITotal	Inter-grupos	710,60	1	710,60	1,15	0,28
	Intra-grupos	236679,64	382	619,58		
	Total	237390,24	383			
Dependencia subjetiva	Inter-grupos	4985,73	1	4985,73	5,28	0,02
	Intra-grupos	367221,94	389	944,02		
	Total	372207,67	390			

### 2.4.2 Celular

Se administró el módulo de celular del *PrevTec 3.1* a 14 adolescentes (11 chicos y 3 chicas) de entre 13 y 15 años del colegio Mosconi. Los descriptivos principales se reflejan en las siguientes tablas:

Tabla 82: Por edad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	13	6	42,9	42,9	42,9
	14	2	14,3	14,3	57,1
	15	6	42,9	42,9	100,0
	Total	14	100,0	100,0	

Tabla 83: Por sexo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Varón	11	78,6	78,6	78,6
	Mujer	3	21,4	21,4	100,0
	Total	14	100,0	100,0	

Se compararon los resultados obtenidos en las principales medidas de uso y dependencia del celular con otros grupos de adolescentes de la misma edad y se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 84: Descriptivos

		N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
						Límite inferior	Límite superior		
LLlamadas_Diario	1	15	4,00	5,99	1,55	,68	7,32	0	20
	2	14	6,14	12,76	3,41	-1,23	13,51	0	50
	Total	29	5,03	9,73	1,81	1,33	8,74	0	50
Mensajes_Diario	1	15	36,40	45,26	11,69	11,33	61,47	0	150
	2	14	32,29	47,98	12,82	4,58	59,99	0	150
	Total	29	34,41	45,80	8,50	16,99	51,84	0	150
Perdidas_Diario	1	15	2,67	4,06	1,05	,42	4,92	0	15
	2	14	6,43	16,32	4,36	-3,00	15,85	0	60
	Total	29	4,48	11,65	2,16	,05	8,91	0	60
Tiempo_Diario	1	15	4,87	4,97	1,28	2,11	7,62	0	12
	2	14	9,64	11,38	3,04	3,07	16,21	0	24
	Total	29	7,17	8,85	1,64	3,81	10,54	0	24
Llamadas_Finde	1	15	3,73	5,81	1,50	,51	6,95	0	20
	2	14	5,21	6,17	1,65	1,65	8,77	0	20
	Total	29	4,45	5,93	1,10	2,19	6,70	0	20
Mensajes_Finde	1	15	33,67	66,13	17,07	-2,95	70,29	0	250
	2	14	41,43	69,13	18,48	1,52	81,34	0	200
	Total	29	37,41	66,49	12,35	12,12	62,70	0	250
Perdidas_Finde	1	15	1,53	2,36	0,61	,23	2,84	0	7
	2	14	4,21	10,69	2,86	-1,96	10,39	0	40
	Total	29	2,83	7,60	1,41	-,06	5,72	0	40
Tiempo_Finde	1	15	5,07	6,81	1,76	1,30	8,84	0	24

	2	14	6,86	9,80	2,62	1,20	12,52	0	24
	Total	29	5,93	8,28	1,54	2,78	9,08	0	24
GastoMensual	1	15	38,07	38,94	10,05	16,50	59,63	0	150
	2	14	24,79	27,07	7,24	9,15	40,42	0	100
	Total	29	31,66	33,82	6,28	18,79	44,52	0	150
Apaga_Cel	1	15	1,27	0,80	0,21	,82	1,71	0	2
	2	14	1,50	0,65	0,17	1,12	1,88	0	2
	Total	29	1,38	0,73	0,14	1,10	1,66	0	2
Uso_Acostado	1	15	2,40	1,99	0,51	1,30	3,50	0	5
	2	14	2,50	1,70	0,45	1,52	3,48	0	5
	Total	29	2,45	1,82	0,34	1,75	3,14	0	5
Conec_redes-soc	1	15	1,80	1,47	0,38	,98	2,62	0	5
	2	14	1,57	1,02	0,27	,98	2,16	0	3
	Total	29	1,69	1,26	0,23	1,21	2,17	0	5
TDMTotal	1	14	46,29	25,67	6,86	31,47	61,11	0	82
	2	14	42,43	18,67	4,99	31,65	53,21	0	69
	Total	28	44,36	22,11	4,18	35,78	52,93	0	82
Dependencia subjetiva	1	15	51,33	40,33	10,41	29,00	73,67	0	100
	2	14	44,29	31,55	8,43	26,07	62,50	0	100
	Total	29	47,93	35,89	6,67	34,28	61,58	0	100

Tabla 85: ANOVA

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
LLlamadas_Diario	Inter-grupos	33,25	1	33,25	0,34	,563
	Intra-grupos	2619,71	27	97,03		
	Total	2652,97	28			
Mensajes_Diario	Inter-grupos	122,58	1	122,58	0,06	,814
	Intra-grupos	58612,46	27	2170,83		
	Total	58735,03	28			
Perdidas_Diario	Inter-grupos	102,48	1	102,48	0,75	,394
	Intra-grupos	3694,76	27	136,84		
	Total	3797,24	28			
Tiempo_Diario	Inter-grupos	165,19	1	165,19	2,20	,150
	Intra-grupos	2028,95	27	75,15		
	Total	2194,14	28			
Llamadas_Finde	Inter-grupos	15,88	1	15,88	0,44	,511
	Intra-grupos	967,29	27	35,83		
	Total	983,17	28			
Mensajes_Finde	Inter-grupos	436,27	1	436,27	0,10	,760
	Intra-grupos	123338,76	27	4568,10		
	Total	123775,03	28			
Perdidas_Finde	Inter-grupos	52,05	1	52,05	0,90	,352
	Intra-grupos	1564,09	27	57,93		
	Total	1616,14	28			
Tiempo_Finde	Inter-grupos	23,21	1	23,21	0,33	,570
	Intra-grupos	1898,65	27	70,32		
	Total	1921,86	28			
GastoMensual	Inter-grupos	1277,26	1	1277,26	1,12	,299
	Intra-grupos	30753,29	27	1139,01		
	Total	32030,55	28			
Apaga_Cel	Inter-grupos	0,39	1	0,39	0,74	,398
	Intra-grupos	14,43	27	0,53		
	Total	14,83	28			
Uso_Acostado	Inter-grupos	0,07	1	0,07	0,02	,886
	Intra-grupos	93,10	27	3,45		
	Total	93,17	28			

Conec_redes-soc	Inter-grupos	0,38	1	0,38	0,23	,633
	Intra-grupos	43,83	27	1,62		
	Total	44,21	28			
TDMTotal	Inter-grupos	104,14	1	104,14	0,21	,653
	Intra-grupos	13096,29	26	503,70		
	Total	13200,43	27			
Dependencia subjetiva	Inter-grupos	359,67	1	359,67	0,27	,606
	Intra-grupos	35716,19	27	1322,82		
	Total	36075,86	28			

### 2.4.3 Videojuegos

Se administró el módulo de videojuegos del *PrevTec 3.1* a 28 adolescentes (19 chicos y 9 chicas) de entre 16 y 18 años del colegio mendocino. Los descriptivos principales se reflejan en las siguientes tablas:

Tabla 86: Frecuencia de uso por edad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	16	8	28,6	28,6	28,6
	17	13	46,4	46,4	75,0
	18	7	25,0	25,0	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

Tabla 87: Frecuencia de uso por sexo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Varón	19	67,9	67,9	67,9
	Mujer	9	32,1	32,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

Se compararon los resultados obtenidos en las principales medidas de uso y dependencia de los videojuegos con otros grupos de adolescentes de la misma edad y se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 88: Descriptivos

		N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
						Límite inferior	Límite superior		
Frecuencia (días por semana)	1	56	2,32	2,17	0,29	1,74	2,90	,5	7,0
	2	28	2,46	2,49	0,47	1,50	3,43	,5	7,0
	Total	84	2,37	2,27	0,25	1,88	2,86	,5	7,0
Tiempo uso diario (días escolares)	1	54	93,33	56,40	7,68	77,94	108,73	30	210
	2	26	80,77	62,80	12,32	55,41	106,13	30	210
	Total	80	89,25	58,46	6,54	76,24	102,26	30	210
Tiempo uso diario (fin de semana)	1	55	97,64	63,30	8,54	80,52	114,75	30	210
	2	27	98,89	70,02	13,48	71,19	126,59	30	210
	Total	82	98,05	65,16	7,20	83,73	112,37	30	210
TDVTotal	1	57	50,86	22,24	2,95	44,96	56,76	0	125
	2	28	48,04	19,73	3,73	40,39	55,68	14	87
	Total	85	49,93	21,37	2,32	45,32	54,54	0	125
Dependencia subjetiva	1	57	31,58	28,21	3,74	24,09	39,06	0	100
	2	28	32,14	35,10	6,63	18,53	45,75	0	100
	Total	85	31,76	30,44	3,30	25,20	38,33	0	100

Tabla 89: ANOVA

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Frecuencia (días por semana)	Inter-grupos	0,38	1	0,38	0,07	0,79
	Intra-grupos	426,68	82	5,20		
	Total	427,06	83			
Tiempo uso diario (días escolares)	Inter-grupos	2770,38	1	2770,38	0,81	0,37
	Intra-grupos	267184,62	78	3425,44		
	Total	269955,00	79			
Tiempo uso diario (fin de semana)	Inter-grupos	28,41	1	28,41	0,01	0,94
	Intra-grupos	343859,39	80	4298,24		
	Total	343887,80	81			
TDVTotal	Inter-grupos	149,73	1	149,73	0,33	0,57
	Intra-grupos	38213,84	83	460,41		
	Total	38363,58	84			
Dependencia subjetiva	Inter-grupos	5,97	1	5,97	0,01	0,94
	Intra-grupos	77829,32	83	937,70		
	Total	77835,29	84			

#### 2.4.4. Datos una vez aplicado el programa PprevTec 3.1

De la investigación efectuada surgieron los siguientes datos, una vez aplicado el programa *PrevTec 3.1*

Tabla 90: Uso y dependencia de Internet

	Antes de Programa de Prevención	Después de Programa de Prevención
Frecuencia de uso (días / semana)	4,9	4,5
Duración minutos (entre semana)	113	104
Duración minutos (fin de semana)	133	122
Test Dependencia Internet	61	58

Tabla 91: Uso y dependencia de videojuegos

	Antes de Programa de Prevención	Después de Programa de Prevención
Frecuencia de uso (días / semana)	2,3	2,5
Duración minutos (entre semana)	93	81
Duración minutos (fin de semana)	98	99
Test Dependencia Videojuegos	51	48

Tabla 92: Uso y dependencia de celular

	Antes de Programa de Prevención	Después de Programa de Prevención
Llamadas (entre semana)	4	6,1
Llamadas (fin de semana)	3,7	5,2
Mensajes (entre semana)	36,4	32,2
Mensajes (fin de semana)	33,7	41,4
Tiempo (entre semana)	4,9	9,6
Tiempo (fin de semana)	5,1	6,9
Gasto mensual	38,1	24,8
Test de Dependencia del celular	46,3	42,4

## ESTUDIO II INCLUSIÓN DE LA SESIÓN CON PADRES O REFERENTES FAMILIARES AL *PREVTEC 3.1*

---

### 1. Introducción

Un segundo aporte, que se explicará en este segundo estudio, fue motivado por la necesidad de la inclusión de los padres o referentes familiares y docentes como receptores del *PrevTec 3.1* diseñando un módulo al efecto para coadyuvar lo hecho por psicólogos y trabajadores sociales del equipo de investigación con los niños y adolescentes que fueron beneficiados por el *PrevTec. 3.1*.

Se efectuaron dos seminarios de formación de instructores del programa de prevención en Argentina en los meses de Octubre Noviembre de 2011 y Octubre Noviembre de 2012, viajando a la Rca Argentina en las dos oportunidades el Dr. Mariano Chóliz, de la Universidad de Valencia.

Luego de la aplicación del *PrevTec. 3.1*, y conforme los resultados obtenidos, se observó la necesidad de implicar a la familia, en el Programa y por ello se desarrolló una encuesta a los fines de saber cuál era el conocimiento de los padre o referentes familiares respecto de la situación de sus hijos en este aspecto de relacionarse con las tecnologías

Para esto se practicó una intervención con padres y, eventualmente, docentes de los jóvenes que formaron parte de la muestra, así integrar el *PrevTec. 3.1*, proponiendo su inclusión como parte del programa de prevención. *PrevTec 3.1*.

En este Programa de prevención que se ha utilizado en contextos educativos, administrándolo a los niños y adolescentes en la misma aula en la que se imparte la docencia, uno de los aspectos principales es la realización de tareas en casa, con la finalidad de que se adquieran hábitos adaptativos sobre el uso de las tecnologías.

Además, en el caso de las adicciones tecnológicas, los padres ejercen una importancia fundamental en su prevención, dado que muchas de las actividades se llevan a cabo en casa, son herramientas que las adquieren los padres y se las regalan a los hijos pero, sobre todo, pueden ejercer un control para su uso apropiado. Obviamente, para que la prevención sea eficaz, los padres deben conocer o tener información de las tecnologías, estar sensibilizados para reconocer que puede haber un problema y ejercer un cierto control, puesto que muchas de las acciones preventivas principales se llevan a cabo en casa o bajo su supervisión.

## 1. MÉTODO

En cuanto al método, se trata de una investigación cuantitativa, enmarcada dentro de la lógica epistemológica de tradición objetivista, que se realiza a través de los cuestionarios estandarizados propuestos. Se eligió para realizar el estudio un diseño experimental, transversal, descriptivo. En este caso se analizaron aquellas variables indicadoras del conocimiento que los mismos tenían de las TICs sensibilizarlos y capacitarlos en derechos y deberes, facilitando la orientación a sus hijos en el uso de las tecnologías

### 1.1 OBJETIVOS

#### 1.1.1. *Objetivos Específicos*

1. Elaboración de un cuestionario para padres y/o referentes familiares de los niños implicados en el programa para evaluar las condiciones en que se encuentran respecto al conocimiento o r información que tienen sobre las tecnologías
2. Desarrollo de una sesión que se integre al programa *PrevTec 3.1.*, destinada a especialmente a padres y/o referentes familiares (pudiendo incluir a los docentes) para, que:

- Reconozcan la situación de sus hijos, de los niños y adolescentes en general y la relación con las tecnologías
- Sensibilizados para reconocer que puede haber un problema y ejercer un cierto control de los padres o referentes familiares, como del propio uso que hacen los niños o adolescentes de las TICs
- Conocer los deberes y derechos de los padres y de los hijos
- Enseñar estrategias de intervención y acercamiento a sus hijos.

## 1.2 DISEÑO Y PROCEDIMIENTO

Como se ha indicado anteriormente, una vez aplicados los cuestionarios y aplicado el *PrevTec 3.1*, se observó la necesidad de implicar a los padres o referentes familiares convivientes con los niños y jóvenes, ya que no se obtuvieron los resultados esperados y una de las posibles explicaciones es la de que debe haber un mayor grado de implicación familiar, tanto en información y sensibilización como, especialmente, en el control de las actividades características del programa de prevención. Para concretarlo fue necesario pensar primero en cuantas sesiones debían practicarse. Teniendo en cuenta el tiempo que insumiría lo que debía transmitirse y la factibilidad en cuanto al tiempo de que pudieran disponer los padres o referentes afectivos para ello, se diseñó una sesión que se aplica en los tres temas a intervenir: Internet, celular o videojuegos, ya que tienen una estructura similar.

En un primer momento se presenta un video donde se relata la angustia y el problema que se va a por un protagonista de adicción (Internet, celular o videojuegos) y luego mediante diferentes presentaciones audiovisuales se pretende informar, sensibilizar y promover pautas saludables del uso de las tecnologías

La sesión tiene la siguiente estructura: Pase de video, Viñetas información, Evaluación, Análisis de resultados de las evaluaciones de sus hijos del cuestionario del *PrevTec 3.1*, Riesgos, Importancia de su intervención, Derechos, Estrategias y Cierre (debate y reflexión de los participantes con el responsable de la aplicación del programa) (Ver Anexo).

Esto significó un rediseño del *PrevTec 3.1*, al incluir a los padres o referentes familiares y en el caso puntual también a docentes como receptores del *Prev Tec 3.1*. Tuvo muy buena acogida por parte de todos los concurrentes manifestando que era un aporte muy importante y requiriendo aún más entrenamiento en el futuro.

### 1.3. PARTICIPANTES Y DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA

Participaron en la muestra los padres y referentes familiares de una escuela de gestión privada, donde se habría aplicado el *PrevTec 3.1* referido a Internet.

Se realizaron 127 cuestionarios. En 88 casos respondieron los datos de ambos padres, mientras que en 31 casos respondió sólo la madre y en ocho sólo el padre

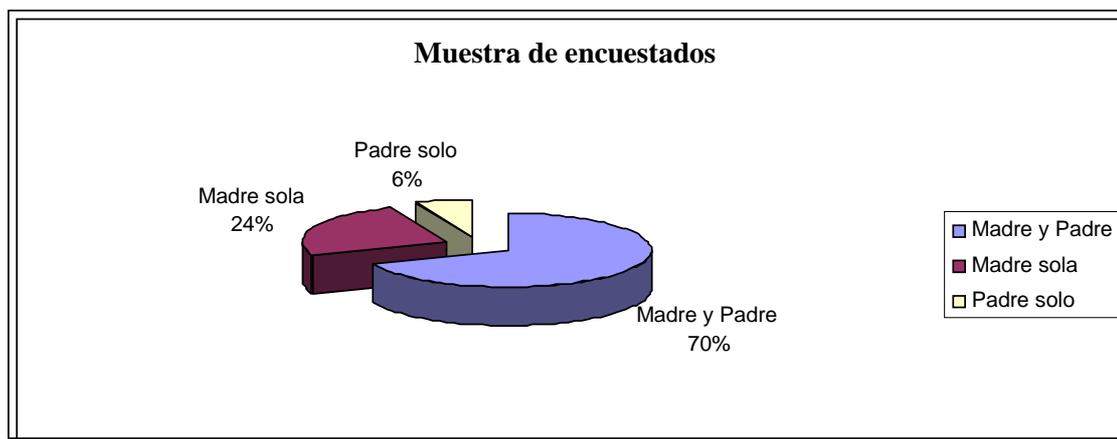


Figura 22: Padres que respondieron el cuestionario y recibieron la sesión

#### 2.3.1. Edad de los responsables parentales

Tabla 93: Comparación de edad de los padres y madres

Edad	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Padre	95	24	63	38,18	7,249
Madre	119	24	50	35,88	6,700

### 1.4 DESCRIPCIÓN DE LOS INSTRUMENTOS

En el caso de la aplicación del *PrevTec 3.1* de adicciones tecnológicas, los padres ejercen una importancia fundamental en su prevención, dado que muchas de las actividades se llevan a cabo en casa, son herramientas que las adquieren los padres y se

las regalan a los hijos pero, sobre todo, pueden ejercer un control para su uso apropiado. Obviamente, para que la prevención sea eficaz, los padres deben conocer o tener información de las tecnologías, estar sensibilizados para reconocer que puede haber un problema y ejercer un cierto control, puesto que muchas de las acciones preventivas principales se llevan a cabo en casa o bajo su supervisión.

Para la evaluación de los usos y costumbres, conocimiento de los padres de las actividades de sus hijos relacionadas con las TIC's se construyó un instrumento mediante el cual se evaluaron los principales parámetros: con quien viven, nivel educativo de los padres, cuántos hijos conviven, edades y sexo de los mismos, etc. Así como variables relacionadas con el uso de las tecnologías.

*Cuestionario PrevTec 3.1 para padres: (Ver Anexo 5)*

Las categorías del cuestionario se dividen en tres:

1. Información (Conocimiento de los padres de las tecnologías): 1, 2, 16, 17, 20, 21
2. Actitud/sensibilización (interés por el problema): 3, 4, 5, 10, 18, 22
3. Hábitos de conducta (acciones de control, desarrollo de hábitos): 7, 8, 12, 13, 15, 24.

Además, en el cuestionario hay unos ítems que se refieren al uso de las tecnologías por parte de los hijos, que son los ítems: 9, 11, 14, 19. Se elimina el ítem 6 porque no es muy discriminativo.

## 1.5 ANÁLISIS DE DATOS

Se llevaron a cabo diferentes tipos de análisis estadísticos mediante el paquete estadístico SPSS, que la Universidad de Valencia dispone de licencia para su utilización por parte del personal investigador. Los análisis realizados fueron los siguientes:

- a) *Descriptivos*: de constitución familiar y de uso de las tecnologías
- b) *Análisis psicométricos* para la depuración del cuestionario definitivo:
  - *Análisis de fiabilidad*

- *Análisis factoriales* de los cuestionarios

c) *Descriptivos* obtenidos en el cuestionario validado

## 2. RESULTADOS

### 2.1 ANALISIS DESCRIPTIVO DE DATOS

#### 2.1.1. Estudios de los padres

Tabla 94: Nivel educativo de los padres

	Estudios	Porcentaje válido
Válidos	Primarios	19,1
	Medios	55,3
	Superiores	25,5

a) Nivel educativo del padre

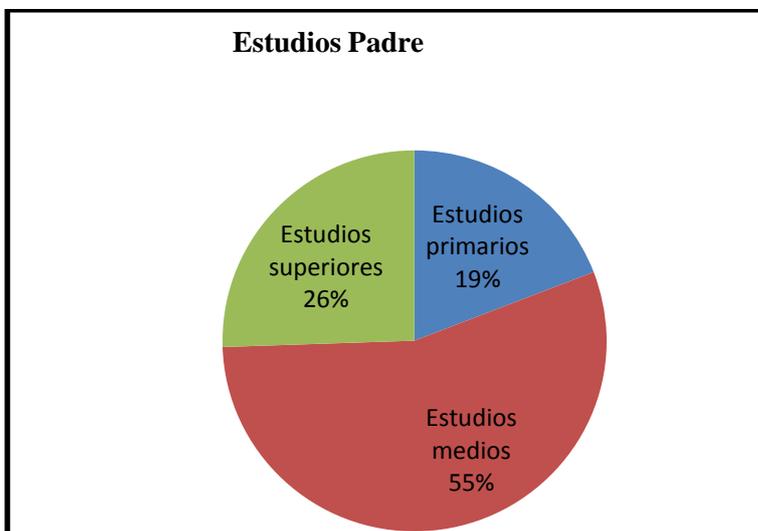
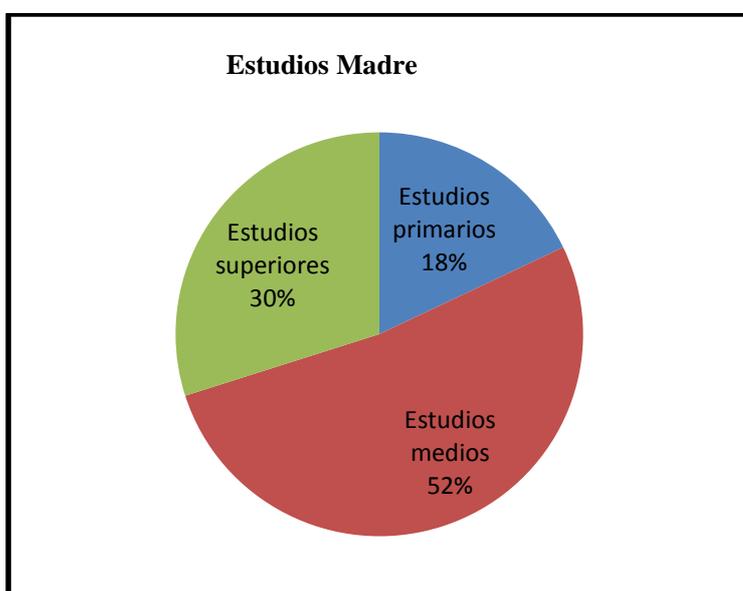


Figura 23: Nivel educativo de los padres

*b) Nivel educativo de la madre*

*Tabla 95: Nivel educativo de la madre*

Estudios Madre	
Estudios primarios	17,9
Estudios medios	52,1
Estudios superiores	29,9



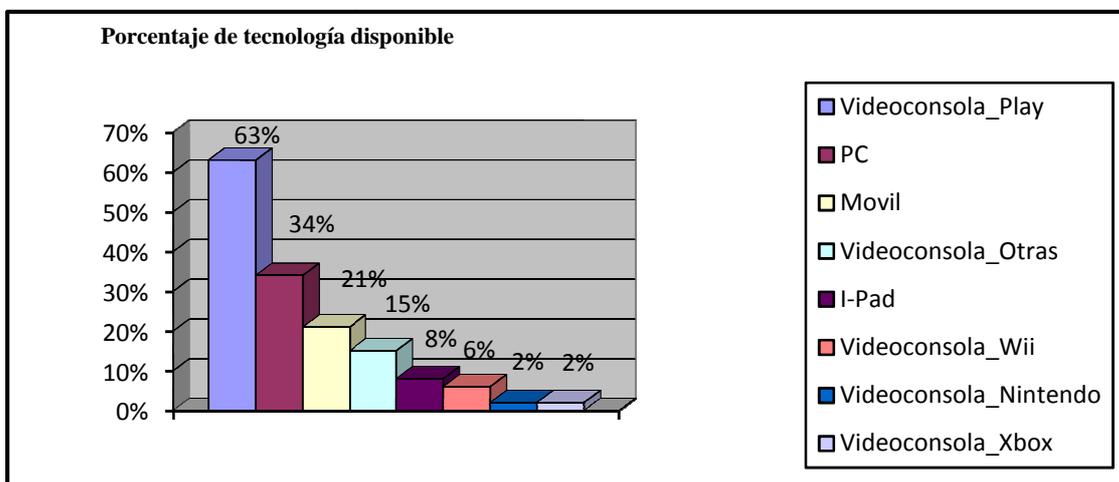
*Figura 24: Nivel educativo de la madre*

### 2.1.2. Porcentaje de tecnología disponible

Tabla 96: Tecnología disponible en las casas

Tecnología	Media
Videoconsola_Play	,63
Videoconsola_Nintendo	,02
Videoconsola_Wii	,06
Videoconsola_Xbox	,02
Videoconsola_Otras	,15
PC	,34
I-Pad	,08
Celular	,21

Figura 25: Tecnología disponible en las casas



### 2.1.3. Porcentaje de respuestas positivas a preguntas del formulario

*Tabla 97: Sobre conocimiento de videos juegos por parte de los padres*

	Media
Conoce juegos	,82
Conoce pegi	,06
Consulta antes de comprar	,72
Juegan juntos	,65
Preocupa equilibrio	,81
Juega todos los días	,34
Horario establecido	,75
Limite tiempo	,84
Conozco sitio internet	,79
Juegan red	,42
Filtro internet	,47
Supervisa red	,85
Accede fuera casa	,26
Domino tecnología	,56
Conozco riesgos	,42
Explico riesgos	,60
Hijos formados	,37
Conozco vocabulario	,46
Conozco recursos a quien pedir ayuda	,25
Produce conflicto	,39
Uso premio o castigo	,69

Ejemplo de interpretación: Para la primera línea: El 82% de los padres respondió que SI conocen los juegos que utilizan sus hijos

### 2.1.4 Tiempo promedio de juego entre semana y fin de semana (horas)

Tabla 98: Tiempo promedio de juego entre semana y fin de semana (horas)

	Media	Desv. típ.
Entre semana	1,118	1,0964
Fin de semana	1,801	1,2809

#### a) Distribución tiempo utilizado entre semana

Tabla 99: Tiempo que utiliza la tecnología entre semana

		Porcentaje válido
Válidos	No las utilizan	23,5
	Menos de una hora	27,7
	Entre una y dos horas	33,6
	Entre dos y tres horas	8,4
	Entre tres y cuatro horas	5,0
	Entre cuatro y cinco horas	,8
	Más de cinco horas	,8

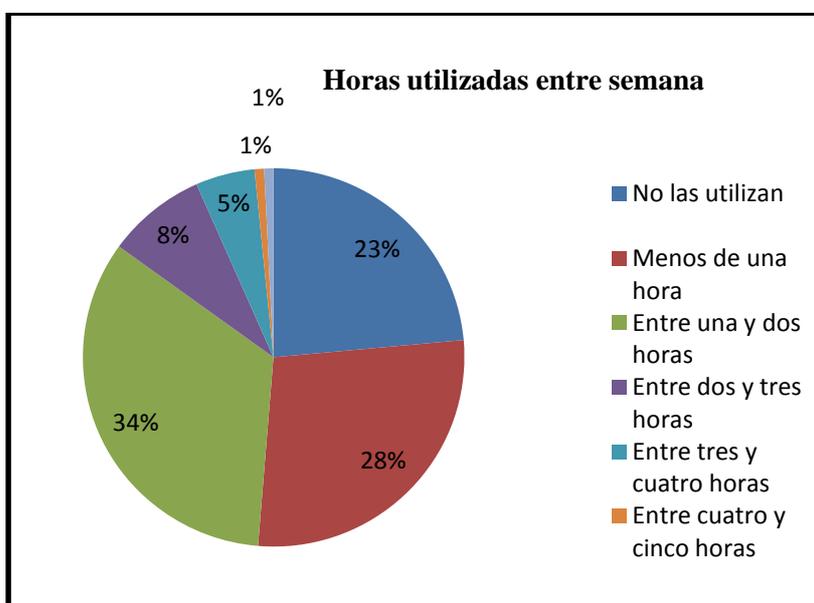


Figura 26: Porcentaje de horas utilizadas por Semana en las tecnologías

b) Distribución tiempo utilizado fin de semana

Tabla 100: Porcentajes de tiempo utilizado en tecnología los fines de semana

		Porcentaje válido
Válidos	No las utilizan	13,3
	Menos de una hora	11,5
	Entre una y dos horas	38,1
	Entre dos y tres horas	21,2
	Entre tres y cuatro horas	8,8
	Entre cuatro y cinco horas	6,2
	Más de 6 horas	,9

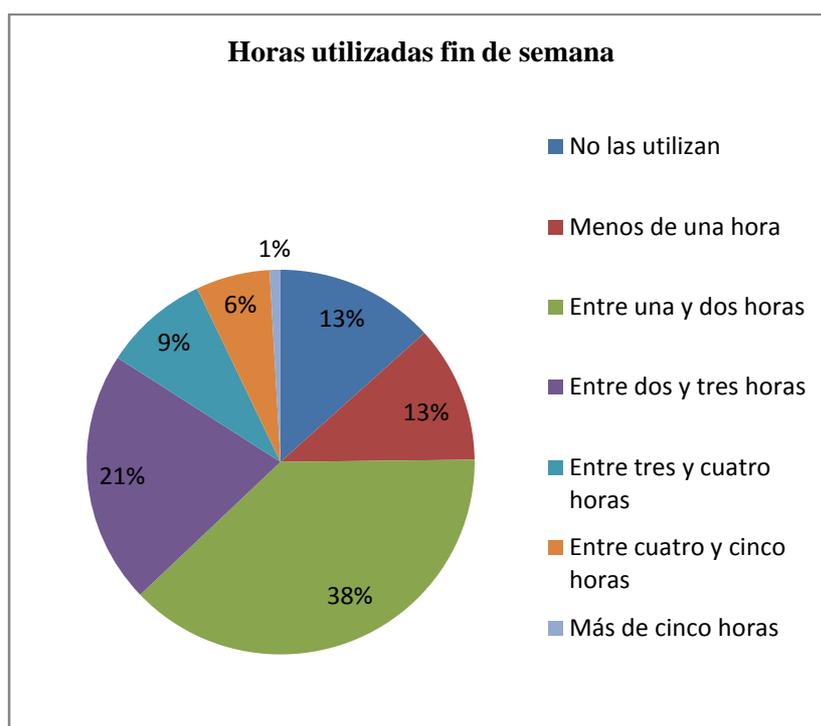


Figura 27: Horas utilizadas fin de semana

### 3- CUESTIONARIO

#### USOS Y COSTUMBRES DE LAS “NUEVAS TECNOLOGÍAS” EN EL ONTEXTIO FAMILIAR

PADRE

Edad:

Nivel Educativo:

- Estudios primarios
- Estudios medios
- Estudios superiores

MADRE

Edad:

Nivel Educativo:

- Estudios primarios
- Estudios medios
- Estudios superiores

HIJOS

Nº hijos:

Edades:

Sexo:

Señale con una “X” el tipo de tecnología disponible en su casa:

- Videoconsola:
  - Play 1, Play 2, Play 3
  - DS-Nintendo
  - Wii
  - Xbox
  - Otros
- Ordenador con acceso a Internet
- I-Pad
- Móvil (de su hijo)

1	¿Conoce los juegos que utilizan sus hijos? En caso afirmativo, cita el nombre de alguno de ellos.....	SI	NO
2	¿Conoce el código “PEGI”?	SI	NO
3	¿Lo consulta antes de comprar algún juego para menores?	SI	NO
4	¿Juega con sus hijos o navegan juntos por Internet?	SI	NO
5	Me preocupa equilibrar el ocio digital con otras formas de entretenimiento	SI	NO

Respecto al tiempo de ocio que dedican sus hijos a las tecnologías

6	¿Pueden jugar/navegar con ellas todos los días?	SI	NO
7	¿Tienen un horario establecido en que les está permitido jugar/navegar?	SI	NO
8	¿Cuentan con un límite de tiempo máximo para jugar/navegar?	SI	NO

¿Cuánto tiempo utilizan sus hijos

ENTRE SEMANA

- No las utilizan
- Menos de una hora
- Entre una y dos horas
- Entre dos y tres horas
- Entre tres y cuatro horas
- Entre cuatro y cinco horas
- Más de cinco horas ¿Cuántas horas (aprox.): ...

FINES DE SEMANA

- No las utilizan
- Menos de una hora
- Entre una y dos horas
- Entre dos y tres horas
- Entre tres y cuatro horas
- Entre cuatro y cinco horas
- Más de cinco horas ¿Cuántas horas (aprox.): ...

10	¿Conozco los sitios de Internet que mis hijos visitan con más frecuencia? Algunos de ellos son: ...	SI	NO
11	¿Juegan mis hijos a juegos en red? Algunos de ellos son: ...	SI	NO
12	¿Tiene el ordenador algún filtro destinado a limitar el acceso de nuestros hijos a determinadas páginas de Internet?	SI	NO
13	¿Supervisa con frecuencia las actividades de sus hijos a través de la red?	SI	NO
14	¿Acceden sus hijos a las nuevas tecnologías en lugares diferentes a su casa? (cibercafé, otros familiares, amigos, biblioteca, etc.)	SI	NO
15	Las videoconsolas o el ordenador, están instalados en: <input type="checkbox"/> Un lugar común de la casa <input type="checkbox"/> En su propia habitación <input type="checkbox"/> La conexión a Internet o la consola es móvil y se puede utilizar en cualquier sitio	SI	NO
16	Considero que tengo un mayor dominio de las Nuevas Tecnologías respecto a mis hijos.	SI	NO
17	¿Conozco los riesgos más habituales derivados del mal uso de las TICs? En caso afirmativo, cite alguno de ellos	SI	NO
18	¿He explicado a mis hijos alguno de los problemas que les pueden acarrear el uso	SI	NO

	irresponsable de las TIC?  En caso afirmativo, cite cuáles han sido: ....		
19	¿Considero que mis hijos tienen la formación necesaria para utilizar las TIC de manera segura?	SI	NO
20	¿Estoy familiarizado con el vocabulario propio de la red? ( <i>P2P, Badoo, Myspace, , Grooming, twittear, etc</i> )	SI	NO
21	Ante la sospecha de un mal uso de TICs, ¿conozco los recursos a los que podría acudir?  En caso afirmativo, cite alguno de ellos: .....	SI	NO
22	¿Se producen conflictos con nuestros hijos motivados por el uso de las TIC?  En caso afirmativo, señale las razones:  <input type="checkbox"/> Por dedicarles más tiempo del que tienen permitido <input type="checkbox"/> Por dejar de cumplir sus obligaciones (por ejemplo hacer los deberes) <input type="checkbox"/> Por abandonar otro tipo de aficiones no tecnológicas y dedicar todo su tiempo libre a las TICs. <input type="checkbox"/> Por utilizar juegos inapropiados o entrar en páginas no recomendadas para su edad. <input type="checkbox"/> Por haberse metido en problemas a través de la red (ofrecer datos privados, contactar con desconocidos, colgar fotos o comentarios inapropiados, acosar...)	SI	NO
23	En ocasiones ¿permitimos el acceso a las TIC o prohibimos su uso como premio o castigo ante ciertos comportamientos?	SI	NO

### 3.1 ANÁLISIS DE FIABILIDAD

Se llevaron a cabo sucesivos Análisis de Fiabilidad, para analizar la consistencia interna del cuestionario, con el objetivo de depurar el instrumento con los ítems con los que se obtuviera una fiabilidad más elevada.

Los resultados obtenidos se describen en las siguientes tablas:

## Escala: TODAS LAS VARIABLES

Tabla 101: Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	56	44,1
	Excluidos <sup>a</sup>	71	55,9
	Total	127	100,0

Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Tabla 102: Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,60	,58	24

Tabla 103: Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
Item01	,80	,401	56
Item02	,05	,227	56
Item03	,75	,437	56
Item04	,66	,478	56
Item05	,86	,353	56
Item06	,38	,489	56
Item07	,75	,437	56
Item08	,86	,353	56
Item09a	,52	,504	56
Item09b	,79	,414	56
Item10	,82	,386	56
Item11	,48	,504	56
Item12	,46	,503	56
Item13	,91	,288	56
Item14	,20	,401	56
Item15	,77	,426	56
Item16	,64	,483	56
Item17	,45	,502	56
Item18	,63	,489	56
Item19	,36	,483	56
Item20	,50	,505	56
Item21	,20	,401	56
Item22	,45	,502	56
Item23	,71	,494	56

Tabla 104: Matriz de correlaciones inter-elementos

	Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09a	Item09b	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Item18	Item19	Item20	Item21	Item22	Item23
Item01	1,000	-,082	,234	,215	-,202	,104	-,078	-,073	-,117	,070	,239	-,153	,010	,003	,018	-,165	,288	,082	,174	,181	-,045	,018	-,008	,170
Item02	-,082	1,000	-,046	,170	,097	-,020	,137	,097	,071	-,069	,111	-,071	-,062	,074	-,118	-,245	,177	-,054	,020	-,012	,079	,082	-,054	,139
Item03	,234	-,046	1,000	,196	-,118	-,064	-,048	,000	,103	,000	,054	-,103	,372	-,036	-,026	-,024	,086	-,145	-,192	,000	-,165	-,130	-,228	,000
Item04	,215	,170	,196	1,000	,031	-,224	-,065	-,077	,063	,085	,552	,088	,440	,172	,070	-,037	,332	,112	,068	,062	,339	,070	,037	,198
Item05	-,202	,097	-,118	,031	1,000	,105	,000	,271	,321	,284	-,057	,190	,175	,051	,073	-,104	-,091	-,044	,105	-,015	,000	,073	,161	-,134
Item06	,104	-,020	-,064	-,224	,105	1,000	-,064	,000	,157	,045	-,217	-,157	-,129	-,016	,174	-,098	,038	,195	,143	-,115	-,111	-,197	,195	,000
Item07	-,078	,137	-,048	-,065	,000	-,064	1,000	,471	-,144	,000	-,054	-,021	-,124	-,036	-,130	,073	-,086	,187	,149	-,172	-,082	-,026	,021	,084
Item08	-,073	,097	,000	-,077	,271	,000	,471	1,000	-,088	,036	-,057	-,015	,073	,230	,202	-,104	-,091	-,044	-,105	-,015	-,102	-,183	-,044	,074
Item09a	-,117	,071	,103	,063	,321	,157	-,144	-,088	1,000	,367	,203	,287	,182	,074	-,063	-,023	-,123	,076	,065	,048	,107	,117	,291	,021
Item09b	,070	-,069	,000	,085	,284	,045	,000	,036	,367	1,000	,211	-,019	,137	,142	-,070	,022	-,117	,031	,225	,208	,174	,149	,206	,140
Item10	,239	,111	,054	,552	-,057	-,217	-,054	-,057	,203	,211	1,000	,077	,341	,345	-,004	-,035	,139	,044	,120	,153	,187	-,004	,137	,204
Item11	-,153	-,071	-,103	,088	,190	-,157	-,021	-,015	,287	-,019	,077	1,000	,105	,302	-,117	-,062	,048	,068	-,212	-,123	,179	-,027	-,004	-,021
Item12	,010	-,062	,372	,440	,175	-,129	-,124	,073	,182	,137	,341	,105	1,000	,040	,261	,003	,021	,172	,203	,053	,143	-,010	,028	-,115
Item13	,003	,074	-,036	,172	,051	-,016	-,036	,230	,074	,142	,345	,302	,040	1,000	-,160	-,024	,028	-,097	-,243	,233	,063	-,003	,029	,073
Item14	,018	-,118	-,026	,070	,073	,174	-,130	,202	-,063	-,070	-,004	-,117	,261	-,160	1,000	,059	,087	-,082	,012	-,087	-,045	-,131	,008	-,079
Item15	-,165	-,245	-,024	-,037	-,104	-,098	,073	-,104	-,023	,022	-,035	-,062	,003	-,024	,059	1,000	,120	-,187	-,076	,057	,042	,059	-,017	-,062
Item16	,288	,177	,086	,332	-,091	,038	-,086	-,091	-,123	-,117	,139	,048	,021	,028	,087	,120	1,000	,220	-,038	,167	,224	,181	-,305	,174
Item17	,082	-,054	-,145	,112	-,044	,195	,187	-,044	,076	,031	,044	,068	,172	-,097	-,082	-,187	,220	1,000	,621	,155	,251	,189	,277	,231
Item18	,174	,020	-,192	,068	,105	,143	,149	-,105	,065	,225	,120	-,212	,203	-,243	,012	-,076	-,038	,621	1,000	,346	,111	,197	,473	,151
Item19	,181	-,012	,000	,062	-,015	-,115	-,172	-,015	,048	,208	,153	-,123	,053	,233	-,087	,057	,167	,155	,346	1,000	,224	,288	,080	,207
Item20	-,045	,079	-,165	,339	,000	-,111	-,082	-,102	,107	,174	,187	,179	,143	,063	-,045	,042	,224	,251	,111	,224	1,000	,405	,108	,146
Item21	,018	,082	-,130	,070	,073	-,197	-,026	-,183	,117	,149	-,004	-,027	-,010	-,003	-,131	,059	,181	,189	,197	,288	,405	1,000	,098	,013
Item22	-,008	-,054	-,228	,037	,161	,195	,021	-,044	,291	,206	,137	-,004	,028	,029	,008	-,017	-,305	,277	,473	,080	,108	,098	1,000	,304
Item23	,170	,139	,000	,198	-,134	,000	,084	,074	,021	,140	,204	-,021	-,115	,073	-,079	-,062	,174	,231	,151	,207	,146	,013	,304	1,000

Tabla 105: Estadísticos de resumen de los elementos

	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo/mínimo	Varianza	N de elementos
Medias de los elementos	,583	,054	,911	,857	17,000	,055	24

Tabla 106: Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item01	13,18	10,440	,140	.	,592
Item02	13,93	10,831	,054	.	,598
Item03	13,23	10,872	-,035	.	,613
Item04	13,32	9,531	,408	.	,556
Item05	13,13	10,475	,159	.	,590
Item06	13,61	10,825	-,031	.	,616
Item07	13,23	10,836	-,022	.	,612
Item08	13,13	10,766	,031	.	,602
Item09a	13,46	9,817	,282	.	,573
Item09b	13,20	9,943	,325	.	,571
Item10	13,16	9,883	,383	.	,565
Item11	13,50	10,618	,028	.	,609
Item12	13,52	9,672	,332	.	,566
Item13	13,07	10,577	,162	.	,590
Item14	13,79	10,826	-,009	.	,608
Item15	13,21	11,044	-,093	.	,619
Item16	13,34	10,119	,198	.	,585
Item17	13,54	9,562	,370	.	,561
Item18	13,36	9,616	,366	.	,562
Item19	13,63	9,911	,269	.	,576
Item20	13,48	9,672	,330	.	,566
Item21	13,79	10,317	,189	.	,587
Item22	13,54	9,853	,273	.	,575
Item23	13,27	9,872	,273	.	,575

Tabla 107: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
13,98	10,963	3,311	24

Tabla 108: Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	85	66,9
	Excluidos <sup>a</sup>	42	33,1
	Total	127	100,0

- a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Tabla 109: Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,69	,69	8

Tabla 110: Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
Item04	,68	,468	85
Item10	,76	,427	85
Item12	,46	,501	85
Item17	,45	,500	85
Item18	,61	,490	85
Item19	,35	,481	85
Item20	,47	,502	85
Item22	,41	,495	85

Tabla 111: Matriz de correlaciones inter-elementos

	Item04	Item10	Item12	Item17	Item18	Item19	Item20	Item22
Item04	1,000	,456	,375	,156	,131	,081	,289	-,045
Item10	,456	1,000	,344	,164	,127	,178	,301	,070
Item12	,375	,344	1,000	,169	,152	,110	,125	-,003
Item17	,156	,164	,169	1,000	,668	,277	,290	,257
Item18	,131	,127	,152	,668	1,000	,437	,219	,421
Item19	,081	,178	,110	,277	,437	1,000	,290	,082
Item20	,289	,301	,125	,290	,219	,290	1,000	,073
Item22	-,045	,070	-,003	,257	,421	,082	,073	1,000

Tabla 112: Estadísticos de resumen de los elementos

	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo/ mínimo	Varianza	N de elementos
Medias de los elementos	,525	,353	,765	,412	2,167	,021	8

Tabla 113: Estadísticos total-elemento

Item	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento- total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
04	3,52	3,896	,347	,301	,672
10	3,44	3,892	,406	,287	,660
12	3,74	3,908	,301	,193	,683
17	3,75	3,545	,511	,475	,633
18	3,59	3,483	,565	,586	,620
19	3,85	3,845	,361	,258	,669
20	3,73	3,747	,390	,213	,663
22	3,79	4,097	,207	,211	,704

Tabla 114: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
4,20	4,757	2,181	8

Tabla 115: Notas

Resultados creados		27-ago-2013 18:19:00
Comentarios		
Entrada	Datos	D:\Tesis\Marylin Fontemachi\Datos\Padres\Tesis Marylin_Padres.sav
	Conjunto de datos activo	Conjunto_de_datos1
	Filtro	<ninguno>
	Peso	<ninguno>
	Segmentar archivo	<ninguno>
	Núm. de filas del archivo de trabajo	127
	Entrada matricial	
Tratamiento de los datos perdidos	Definición de perdidos	Los valores perdidos definidos por el usuario se tratarán como perdidos.
	Casos utilizados	Los estadísticos se basan en todos los casos con datos válidos para todas las variables del procedimiento.
Sintaxis		RELIABILITY /VARIABLES=Item04 Item10 Item12 Item17 Item18 Item19 Item20 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA  /STATISTICS=DESCR IPTIVE SCALE CORR /SUMMARY=TOTAL MEANS.
Recursos	Tiempo de procesador	00 00:00:00,016
	Tiempo transcurrido	00 00:00:00,016

## Escala: TODAS LAS VARIABLES

Tabla 116: Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	86	67,7
	Excluidos <sup>a</sup>	41	32,3
	Total	127	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Tabla 117: Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,70	,70	7

Tabla 118: Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
Item04	,69	,467	86
Item10	,77	,425	86
Item12	,47	,502	86
Item17	,44	,500	86
Item18	,60	,492	86
Item19	,35	,479	86
Item20	,48	,502	86

Tabla 119: Matriz de correlaciones inter-elementos

	Item04	Item10	Item12	Item17	Item18	Item19	Item20
Item04	1,000	,458	,380	,148	,119	,075	,295
Item10	,458	1,000	,348	,157	,118	,172	,305
Item12	,380	,348	1,000	,156	,134	,100	,137
Item17	,148	,157	,156	1,000	,672	,282	,276
Item18	,119	,118	,134	,672	1,000	,442	,200
Item19	,075	,172	,100	,282	,442	1,000	,278
Item20	,295	,305	,137	,276	,200	,278	1,000

Tabla 120: Estadísticos de resumen de los elementos

	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo/ mínimo	Varianza	N de elementos
Medias de los elementos	,542	,349	,767	,419	2,200	,022	7

Tabla 121: Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item04	3,10	3,177	,393	,293	,669
Item10	3,02	3,223	,424	,283	,663
Item12	3,33	3,210	,327	,191	,687
Item17	3,35	2,983	,474	,478	,647
Item18	3,19	3,000	,474	,524	,647
Item19	3,44	3,191	,367	,246	,676
Item20	3,31	3,089	,401	,207	,667

Tabla 122: Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
3,79	4,050	2,012	7

### 3.2 ANÁLISIS FACTORIALES

Una vez depurado el instrumento con los ítems que mostraba mayor consistencia interna, se llevaron a cabo sucesivos análisis factoriales, teniendo en cuenta que los factores obtenidos no son ortogonales, ya que las diferentes dimensiones están correlacionadas (es habitual que si los padres están sensibilizados es porque están informados de los posibles perjuicios de la adicción y, en consecuencia, también ejerzan algún tipo de control conductual). Por ese motivo, se llevaron a cabo dos tipos de rotación: a) Técnica de rotación oblicua de las matrices, en concreto Promax, con un índice kappa=4; b) Rotación Varimax, que es la más habitual en los análisis factoriales de tests psicológicos. Con ambos procedimientos se obtuvo la misma estructura factorial, de manera que solamente se describe el procedimiento de rotación Varimax, que resulta más intuitivo de analizar.

Los resultados obtenidos fueron los siguientes:

Tabla 123: Matriz de correlaciones

	Item04	Item10	Item12	Item17	Item18	Item20	Item19	
Correlación	Item04	1,000	,458	,380	,148	,119	,295	,075
	Item10	,458	1,000	,348	,157	,118	,305	,172
	Item12	,380	,348	1,000	,156	,134	,137	,100
	Item17	,148	,157	,156	1,000	,672	,276	,282
	Item18	,119	,118	,134	,672	1,000	,200	,442
	Item20	,295	,305	,137	,276	,200	1,000	,278
	Item19	,075	,172	,100	,282	,442	,278	1,000

Tabla 124: KMO y prueba de Bartlett

Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin. ,658

Prueba de esfericidad de Bartlett	Chi-cuadrado aproximado	126,793
	GI	21
	Sig.	,000

Tabla 125: Comunalidades

	Inicial	Extracción
Item04	1,000	,648
Item10	1,000	,624
Item12	1,000	,694
Item17	1,000	,751
Item18	1,000	,838
Item20	1,000	,753
Item19	1,000	,557

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Tabla 126: Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	2,515	35,929	35,929	2,515	35,929	35,929	1,842	26,318	26,318
2	1,478	21,117	57,046	1,478	21,117	57,046	1,784	25,482	51,800
3	,871	12,444	69,491	,871	12,444	69,491	1,238	17,691	69,491
4	,727	10,379	79,870						
5	,596	8,508	88,378						
6	,525	7,496	95,874						
7	,289	4,126	100,000						

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Tabla 127: Matriz de componentes a

	Componente		
	1	2	3
Item04	,567	,569	-,049
Item10	,593	,512	,106
Item12	,499	,462	-,481
Item17	,682	-,464	-,265
Item18	,680	-,563	-,243
Item20	,592	,088	,628
Item19	,562	-,373	,319

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

a. 3 componentes extraídos

Tabla 128: Matriz de componentes rotados a

	Componente		
	1	2	3
Item04	,010	,775	,217
Item10	,009	,700	,366
Item12	,193	,787	-,195
Item17	,850	,137	,095
Item18	,906	,056	,114
Item20	,102	,224	,832
Item19	,501	-,044	,552

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

a. La rotación ha convergido en 5 iteraciones.

Tabla 129: Matriz de transformación de las componentes

Componente	1	2	3
1	,654	,591	,473
2	-,665	,747	-,014
3	-,361	-,305	,881

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

Tabla 130: Estructura factorial del cuestionario

	Componente		
	1	2	3
Item04		,775	
Item10		,700	
Item12		,787	
Item17	,850		
Item18	,906		
Item20			,832
Item19			,552

Método de extracción: Análisis de componentes principales.  
Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

### 3.3 RESULTADOS DEL ANÁLISIS DEL INSTRUMENTO

Del Análisis Factorial se obtuvieron las siguientes dimensiones:

Factor I: Sensibilización. Conformada por los ítems 17 y 18. Explica el 35,93% de la varianza.

Factor II: Control conductual. Conformada por los ítems 4, 10 y 12. Explica el 21,12% de la varianza.

Factor III: Información. Conformada por los ítems 19 y 20. Explica el 12,44% de la varianza.

De acuerdo con los análisis de fiabilidad y factoriales anteriormente descritos, el cuestionario definitivo sobre usos y costumbres de las TICs en el contexto familiar queda de la siguiente manera:

1. ¿Conoce los sitios de Internet que sus hijos visitan con más frecuencia?
2. ¿Juega con sus hijos o navegan juntos por Internet?
3. ¿Tiene el ordenador algún filtro destinado a limitar el acceso de nuestros hijos a determinadas páginas de Internet?

4. ¿Conoce usted los riesgos más habituales derivados del mal uso de las TICs?
5. He explicado a mis hijos algunos de los problemas que les pueden acarrear el uso irresponsable de las TIC
6. Considero que mis hijos tienen la formación necesaria para utilizar las TIC de manera segura
7. Estoy familiarizado con el vocabulario propio de la Red (P2P, Badoo, Myspace, , Grooming, twittear, etc)

Los factores del cuestionario están conformados por los siguientes ítems:

- Control Conductual: Ítems 1, 2 y 3
- Sensibilización: Ítems 4 y 5
- Información: Ítems 19 y 20

### 3.3.1. Resultados más significativos del cuestionario para padres

Los resultados más significativos obtenidos por parte de los padres en cada una de las dimensiones del cuestionario son los siguientes.

Tabla 131: Resultados significativos del cuestionario para padres

	Estadísticos descriptivos		
	Rango	Media	Desv. típ.
Control Conductual	0-3	1,92	1,03
Sensibilización	0-2	1,02	,91
Información	0-2	,85	,76

Más pormenorizadamente, el porcentaje de casos en cada una de las dimensiones es el siguiente:

#### 1. Control conductual

- No ejercen ningún control: 12,8%
- Ejercen algún tipo de control: 41,4%
- Ejercen bastante control sobre el uso de las TICs por parte de sus hijos: 35.8%

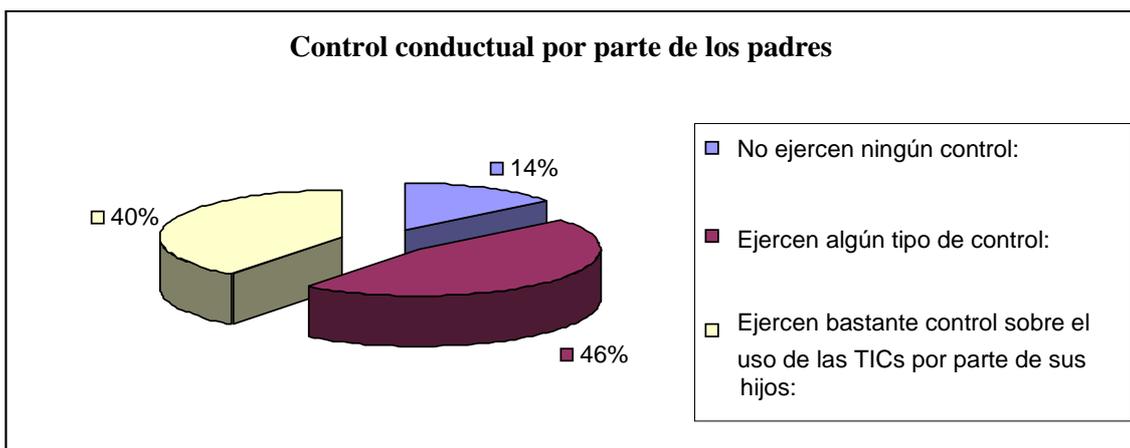


Figura 28: Control conductual de los hijos

## 2. Sensibilización

- No están sensibilizados por el problema de la adicción a las TICs: 39,6%
- Están algo sensibilizados: 18,8%
- Están bastante sensibilizados: 41,6%

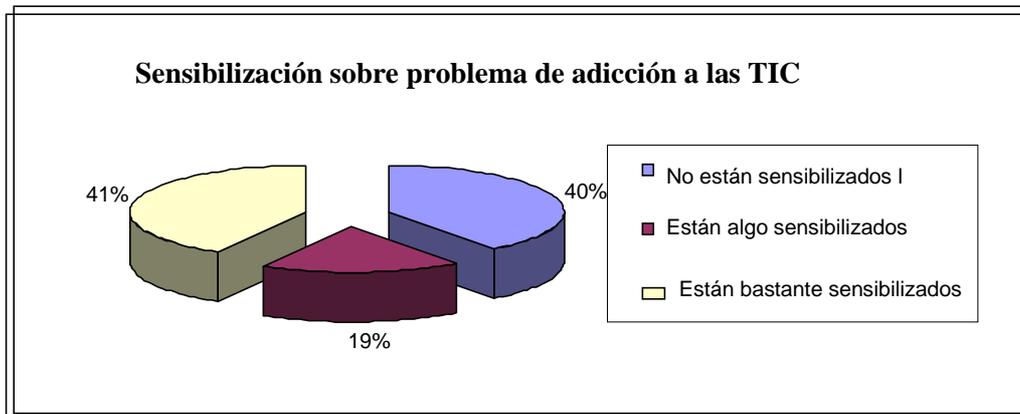
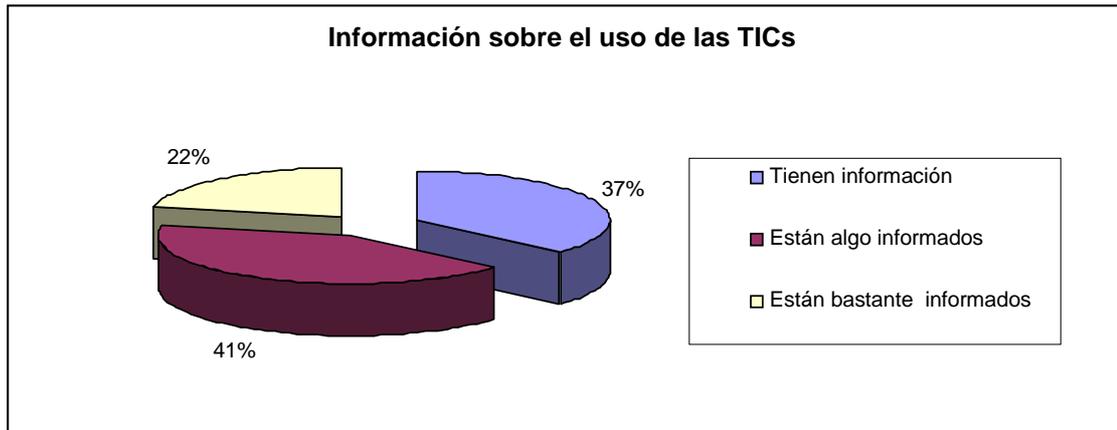


Figura 29: Sensibilización de los padres con el problema de adicción a las TIC's

## 3. Información sobre el uso de las TICs

- No tienen información sobre el uso de las TICs: 36,6%
- Están algo informados: 41,6%
- Están bastante informados con el uso de las TICs: 21,8%



*Figura 30: Información de los padres sobre el uso de las TICs*

Los resultados obtenidos pusieron de manifiesto la necesidad de desarrollar una sesión específica para los padres en la cual se abordaran estas tres dimensiones básicas de la prevención de la adicción. En el Anexo se describe pormenorizadamente la sesión dirigida a padres, que pretende ser un complemento al *PrevTec 3.1*.

## 1. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Esta investigación surge con el objetivo de estudiar el patrón de uso de los videojuegos, Internet y celular por parte de niños y adolescentes argentinos pero, especialmente, con los objetivos específicos de desarrollar herramientas para la evaluación de la adicción a los medios tecnológicos y desarrollar un programa de prevención a dichas adicciones, ambos adaptados a la realidad de los mismos

La República. Argentina, la cuestión de las adicciones a los medios tecnológicos no era un tema que se hubiera investigado, por lo que fue necesario utilizar los instrumentos y herramientas validadas en España y adecuarlas a la realidad argentina. Paradójicamente, en la República Argentina se ha incentivado el uso de las nuevas tecnologías a partir de Programas promocionados por el Ministerio de Educación de la Nación como del “Conectar Igualdad” por el cual se distribuyeron en el país más de tres millones y medio de *netbok*, a alumnos y docentes de escuelas secundarias de gestión pública, dependientes por ello del Estado Argentino, con el fundamento de que las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC’s) han modificado sustancialmente las relaciones sociales en todos sus aspectos, llegando a redefinir la manera de interactuar con el medio y no estar excluido, lo cual implica cada vez más, el poder participar activamente a través de las nuevas tecnologías. En una sociedad con fuertes desigualdades se entiende que la escuela es el medio privilegiado para que el acceso al conocimiento pueda democratizarse. Por ello, desde el 2.010, muchos son los niños, niñas y adolescentes que tienen la posibilidad de acceder a una computadora, lo que les da el acceso indiscriminado a Internet y a videojuegos.

Esto es algo positivo, si se cumplieran realmente los objetivos de capacitación e inclusión, pero debido a la falta de formación de los alumnos y especialmente de los docentes y padres para orientarlos y ponerles límites, se ha producido una consecuencia no querida: el mal uso y abuso de las mismas. Pero, como se relató al principio, esto era una percepción, sin ningún tipo de evidencia empírica. Esta investigación permitió que por primera vez en el país se analizara el patrón de uso de Internet, videojuegos y teléfono celular, así como se perfilara un programa de prevención de eventuales problemas de adicción a los medios tecnológicos

La primera medida, antes de la aplicación de cualquier programa de prevención, consiste en dotarse de herramientas de evaluación fiables y validadas en población argentina, motivo por el cual se seleccionaron los cuestionarios de adicciones tecnológicas presentes en el programa de prevención *PrevTec 3.1* (Chóliz, 2011): Test de Dependencia de Internet (TDI), Test de Dependencia de Móvil (TDM) y Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) desarrolladas en España por parte del profesor Mariano Chóliz. Se adaptó al vocabulario argentino teniendo especial cuidado en no cambiar el significado de los mismos, de manera que fueron pequeñas modificaciones muy puntuales en algunas palabras. Luego se procedió a elevar notas y motivar a los directivos de los centros educativos, para practicar la presente investigación respecto de sus alumnos. Fue sorprendente el buen ánimo de los mismos y el entusiasmo por la propuesta y específicamente por recibir capacitación al respecto.

Los análisis de fiabilidad realizados demuestran que los cuestionarios adaptados a la población argentina tienen una elevada consistencia interna, de manera que estimamos que son herramientas que miden bien lo que están estudiando. Además, la estructura factorial de los cuestionarios es bastante congruente con el constructo de adicción y se corresponde con los cuestionarios iniciales que se han utilizado en España, todo lo cual nos permite colegir que son herramientas apropiadas para el estudio de la adicción a los medios tecnológicos por parte de adolescentes argentinos.

Con ello se ha conseguido el primer objetivo de disponer de unas herramientas que pueden utilizarse en la República Argentina en posteriores estudios en los que interese analizar la adicción a los medios tecnológicos.

Otro de los principales objetivos de este trabajo era el de adaptar un programa de prevención de adicciones tecnológicas dirigido a niños y adolescentes argentinos. Al igual que ocurrió con los cuestionarios, se procedió a adaptar las sesiones del programa de prevención *PrevTec 3.1*. Cabe señalar que la aplicación de programas preventivos de adicción a los medios tecnológicos es una demanda de los docentes y directivos de los centros escolares, de manera que ofrecimos a los centros en los cuales se llevó a cabo la validación de los cuestionarios, la posibilidad de implementar dicho programa de prevención. En función de la demanda de los mismos, implementamos los diferentes módulos del *PrevTec 3.1* que habían solicitado (celular, videojuegos o Internet).

Es importante resaltar que se produjeron cambios en la implementación del *PrevTec 3.1*, respecto a las indicaciones originales del mismo, lo cual puede explicar el hecho de que no se hayan obtenido diferencias significativas luego de la aplicación, ni en el patrón de uso, ni en las puntuaciones obtenidas en los cuestionarios de adicción. Esto contrasta con los resultados obtenidos en otras tesis doctorales en las cuales se analizó la eficacia del *PrevTec 3.1*, con las cuales sí que se obtuvieron resultados positivos estadísticamente significativos, tanto en la prevención de la adicción al celular (Villanueva, 2012), como en la de videojuegos (Marco, 2013).

Las principales modificaciones fueron la reducción de tres a dos sesiones y el cambio en el orden de la aplicación de las actividades, ya que se inició con la sensibilización (mediante las viñetas y videos) y se finalizó con la explicación de los criterios de adicción. Estas modificaciones se debieron a la idiosincrasia de los niños y adolescentes sumados a las exigencias de los tiempos asignados por los directivos de cada institución educativa, ya que no existe dentro de la currícula una hora dedicada a talleres extracurriculares.

En las escuelas Consolata, Julio Mayorga, Francisco Correas, Alfredo Bufano, María Auxiliadora y Mayorga se aplicaron las sesiones correspondientes a Internet. En este caso la demanda de los docentes y directivos estuvo fundamentada en que los alumnos tienen un fácil acceso a esta tecnología en los establecimientos ya que todos cuentan con computadoras del programa “Conectar Igualdad” lo cual permite estar conectados en horario de clases. Esta situación ha implicado una gran problemática para los docentes a la hora de controlar a que páginas acceden los alumnos, las cuales muchas veces no se relacionan con el contenido de la materia dictada, y el cuánto tiempo permanecen en ellas.

En la escuela Técnicos Mendocinos se aplicaron las sesiones correspondientes a videojuegos. Cabe destaca que en esta escuela, al igual que en las anteriores, los alumnos cuentan con computadoras personales las cuales en su mayoría, según los docentes, son utilizadas para acceder a juegos ya instalados en horario de clases.

Y por último en la escuela Mosconi se aplicaron las sesiones de prevención de adicciones a teléfono Celular.

Respecto al desarrollo del programa podemos decir que el equipo contó con apertura de las autoridades (docentes y directivos), para llevar a cabo las sesiones. Se observó interés en las autoridades académicas durante la aplicación del programa ya que es una necesidad sentida por la comunidad educativa. Algunos docentes, directivos y preceptores participaron en el desarrollo de las sesiones lo cual fue favorable para que los alumnos pudieran mantener la atención en las diapositivas y videos proyectados.

Durante el primer encuentro se explicó y sensibilizó, estableciendo un vínculo con los alumnos que permitiera que se expresaran en forma más libre y espontánea. En un primer momento se observó en los alumnos cierto grado de desconcierto por la temática trabajada ya que en los establecimientos educativos no es frecuente el dictado de talleres de prevención de ningún tipo. Al comenzar las sesiones se observó que la gran mayoría de los alumnos no evidenciaba como problemático el uso que realizan de las diferentes tecnologías, lo cual se fue cuestionando a lo largo de las sesiones al trabajar y reflexionar sobre los criterios de dependencia. Se logró establecer un vínculo con cada curso en el que se aplicó el programa y la respuesta a nivel recepción y atención de los alumnos se consideró positiva.

En la mayoría de los cursos se logró mantener la atención y concentración de los adolescentes durante el desarrollo de las sesiones. Se entiende que esto estuvo propiciado por el carácter interactivo que tuvo el desarrollo de las sesiones las cuales se realizaron con proyectores multimedia, parlantes, pantallas. Estos elementos fueron facilitados en algunos casos por las mismas escuelas y en otros por la tesista.

Al comenzar el segundo encuentro con los alumnos se reflexionó nuevamente sobre dichos criterios ya que habían sido el punto de cierre del primer encuentro. Durante este encuentro se observó mayor grado de participación en los alumnos lo cual puede deberse a que ya se encontraban familiarizados con la temática y con la metodología desarrollada.

El desarrollo de las sesiones tuvo una duración promedio de 40 minutos cada una aproximadamente. En cada una de las escuelas la duración fue distinta lo cual dependía del grado de participación de los alumnos.

En el cierre de los encuentros se observó gran satisfacción por parte de los docentes y directivos, ya que el abuso de las tecnologías en la adolescencia es una

realidad que se hace presente en las escuelas y para la cual no existía ningún paliativo. Se valoró la eficacia de la aplicación del *PrevTec. 3.1* en niños y adolescentes argentinos, llegando a la conclusión que era fundamental la implicación de los padres y referentes familiares para que fuera realmente eficaz.

Después de la aplicación del programa de prevención, se evaluó la frecuencia de uso de las tecnologías y las puntuaciones de los cuestionarios de adicciones tecnológicas. El hecho de que no se hubieran obtenido resultados estadísticamente significativos se explica, a nuestro entender, porque la tarea de prevención, y especialmente el cumplimiento de las medidas educativas dadas en las sesiones, involucran a la familia, a los padres o referentes encargados de la educación. Por ello, se vislumbró la necesidad de implicarlos más activamente y se decidió implementar una sesión para padres o referentes familiares, a fin de informarles, sensibilizarlos y transmitir estrategias de intervención, actitudes, conductas a desempeñar para ayudar a sus hijos a cumplir con las tareas asignadas y evitar las adicciones a las tecnologías.

Así se hizo la propuesta en el establecimiento educativo Nuestra Señora de La Consolata, teniendo en cuenta el perfil de la institución y el interés demostrado por los referentes educativos. Aceptaron la propuesta solicitando asimismo estar presentes también en la oportunidad. En consecuencia, se diseñó un cuestionario para padres a fin de investigar sobre el control que los mismos ejercían sobre las conductas de sus hijos, la información que tenían sobre las tecnologías y si estaban sensibilizados respecto a los riesgos que conllevaba el abuso o la falta de control de las mismas.

También se diseñó la sesión para hacer extensivo el programa de prevención de adicciones tecnológicas *PrevTec 3.1* a los padres y referentes familiares, de manera que tuvieran conocimiento de las actividades que implica el *PrevTec 3.1* y que les involucran también a ellos, estuvieran sensibilizados por la necesidad de que los niños o adolescentes las lleven a cabo y, finalmente, tuvieran conocimiento de cómo deben hacerlas, de forma que les pudieran echar una mano si lo necesitaban o, de cualquier manera, les facilitarían la realización de dichas actividades.

Se aplicó el cuestionario y también se realizaron los análisis de fiabilidad y factoriales oportunos. Esto se realizó para tener una medida confiable tanto de la información sobre adicciones a los medios tecnológicos, como de lo sensibilizados que

se encuentran ante ese problema y de los hábitos que tienen en la unidad familiar. No se trata de una herramienta diagnóstica, como sí que lo son los cuestionarios de adicción a Internet, celular y videojuegos, sino que la principal función es el de que los padres puedan tener una percepción más ajustada de las principales variables implicadas en la prevención (información, sensibilización y hábitos), lo cual les sirva para motivarlos en la tarea de prevenir la adicción en sus hijos.

Además, se diseñó una sesión dirigida a los padres, que tenía una estructura similar a las del *PrevTec 3.1*, pero que estaba especialmente diseñada para padres, lo cual entendemos que se trata de una aportación importante al programa *PrevTec 3.1*, cuyas acciones de prevención estaban dirigidas específicamente a los niños o adolescentes.

En resumen, se trata de un trabajo que ha sido realizado en diferentes fases, que se han ido elaborando en función de los resultados obtenidos en cada una de ellas, pero que podemos concluir que se han cumplido los principales objetivos propuestos al inicio del proyecto, que son los siguientes:

Adaptación de los cuestionarios de adicción a los medios tecnológicos (Internet, celular y videojuegos) a niños jóvenes que residen en la Republica Argentina

Adaptación de las sesiones del *PrevTec 3.1* a la realidad e idiosincrasia de la República Argentina

Desarrollo de un cuestionario de *screening* de la realidad de los padres en cuanto a la prevención de las adicciones tecnológicas (información, sensibilización y hábitos)

Desarrollo e implementación de prevención de adicción a los medios tecnológicos que está especialmente dirigida a padres y que complementa las sesiones del *PrevTec 3.1* que se llevan a cabo con sus hijos.

## 1.2. LIMITACIONES DEL ESTUDIO Y PERSPECTIVAS DE FUTURO

Con independencia de los resultados obtenidos en este trabajo, es preciso señalar algunas de las principales limitaciones. La más importante, quizá haya sido la dificultad en implementar el programa de prevención tal y como se llevó a cabo y como estaba originalmente previsto, debido a que no estaba incluida en la currícula ninguna sesión de tutorías al modo como está organizado en el sistema educativo español. Esto limitó a dos sesiones, en lugar de tres, cosa que creemos que es muy importante para consolidar los cambios que se producen en los programas de prevención. Por otro lado, el interés por motivar a los niños y adolescentes hizo que se modifica la estructura de las propias sesiones, dejando para el final la profundización en los criterios de adicción con los estudiantes, lo cual puede que tuviera efectos sobre los resultados obtenidos. Quizá las aplicaciones futuras del *PrevTec 3.1* deberían ajustarse más a la estructura original del programa de prevención, tal y como se hizo en España en otras tesis doctorales, para lo cual se deberá difundir el presente trabajo entre las autoridades educativas con potestades decisorias para la inclusión en la currícula de tutorías a los fines de llevar adelante estos talleres formativos y preventivos.

Una de las actuaciones que cabría llevar a cabo en un futuro es la baremación de los cuestionarios, a los fines de medir adicción, de acuerdo con la realidad argentina, ya que los datos españoles no son directamente extrapolables. El hecho de que, además, el patrón de uso de los medios tecnológicos (y por ende, los problemas asociados a los mismos, como es el caso de la adicción) es tan extraordinariamente cambiante, obliga a que para que sean herramientas diagnósticas, se lleven a cabo estudios con población clínica, utilizando curvas ROC, lo cual sobrepasa los objetivos de esta tesis, pero creemos que es una línea prometedora y, desde luego, imprescindible para los que luchamos por la salud y el bienestar de niños y adolescentes.

## EPÍLOGO

Como hemos analizado en el presente trabajo y percibimos en nuestro diario accionar, la cultura cotidiana está dominada por la información. La denominada "era de las comunicaciones" nos presenta en realidad un individuo incomunicado y atravesado continuamente por la información y los mensajes desde cualquier punto del planeta. De este modo, además de manifestar la primacía de los hechos sobre los valores y de relativizar todo juicio en razón de la importancia concedida a la historia y situación particulares de cada persona, el exceso de información recepcionada a diario, por su volumen y velocidad, impide al quien la recibe, reflexionar, ordenar, en definitiva aprenderla. Esta 'era de las comunicaciones' trajo consigo muchos cambios culturales, entre ellos, algunas conductas en la familia. Las responsabilidades parentales no responden a los tradicionales parámetros de contención y control, y en este contexto, muchos niños, niñas y adolescentes, al no encontrar lo que necesitan, recurren a conductas evasivas para rehuir de la realidad en la que viven. Estas conductas pueden, muchas veces, transformarse en adicciones.

Las adicciones constituyen un síntoma de desintegración de vínculos sociales y de malestar general. Estos niños, niñas y adolescentes, al estar librados a sus propias decisiones, se les generan un importante desequilibrio por la falta de límites y, por ende, de seguridad. La falta de un enmarcamiento estable y de la figura de autoridad los coloca en situación de abandono, desestabilizado por los excesos de libertad.

Esta franja etaria muchas veces recurre a estímulos externos adictivos ante la falta de capacidad de encontrar el sentido o el proyecto de su propia vida, que les permita adquirir compromisos y responsabilidades para sentirse libres en el ejercicio de una vida autodeterminada.

Lograr que aquellos que han sucumbido a alguna adicción negativa para su desarrollo integral tengan la oportunidad de cambio, es una aspiración pero también una obligación de nosotros los adultos capacitados para ello. Debemos ayudar a que comprendan todo lo positivo y lo negativo que este mundo les ofrece y capacitarlos para aprender a discernir, a luchar por lo que no es fácil de conseguir y a valorar y agradecer por todos los bienes recibidos.

Si cada uno de nosotros comienza por creer que se puede cambiar desde lo personal, familiar, social y vamos hacia un mundo más humano proclamando estos conceptos desde el lugar donde nos toque actuar, entonces, desde la "praxis", tenemos esperanza de cambio positivo para el futuro de los niños, niñas adolescentes.

## V. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Abreu, C-N; Gomes, R; Sampaio, D y Spritzer, D. (2008). Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (2), 156-67.
- Alonso-Fernández, F. (2003). *Las nuevas adicciones*. Madrid: TEA Ediciones.
- Alvarez Romero, Manuel, Moreno Gómez, Ana, Granados González, Beatriz (17/1/2011) Tipo de documento: Comunicación Congreso Adicciones Psicológicas: Perspectiva Psicosomática recuperado de la Red el 3 – 12 - e 2.012 <http://hdl.handle.net/10401/2052>
- American Psychological Association - Society of Clinical Psychology (2000); *A Guide to beneficial Psychotherapy. Empirically Supported Treatments*, Washington , American Psychological Association.
- Anderson, K. (2001). Internet use among college students: An exploratory study. *Journal of American College Health*, 50 (1), 21-26.
- Babín, F de A. (2009). Estudio del uso problemático de las tecnologías de la información, la comunicación y el juego entre adolescentes y jóvenes de la ciudad de Madrid. *Trastornos Adictivos*, 11 (3), 151-63.
- Becoña, E; Labrador, F; Echeburúa, E; Ochoa, E. & Vallejo, M. A. (1995). Slot machine gambling in Spain: An important new social problem. *Journal of Gambling Studies*, 2, 265-286.
- Becoña, E. (2005). *Adicción a nuevas tecnologías*. Vigo: Nova Galicia
- Beutler, I. F., Burr, W. R., Bahr, K. S. & Herrin, D. A. (1989). The family realm: theoretical contributions for understanding its uniqueness. *Journal of Marriage and the Family*, 51, 805-817.
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: Parameters of Internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Brown, S. (2002). *Women and Addiction: Expanding Theoretical Points of View*. In S. Straussner & S. Brown, (Eds.). *The Handbook of Addiction Treatment for Women: Theory and Practice*. San Francisco: Jossey-Bass, 26-51.
- Calatayud, V. (2009) Uso y abuso de internet, móviles y videojuegos: posibles vías de intervención. *Actas de las XVIII Jornadas sobre droga dependencia* (pp 41 – 46). Valencia: Facultad de Geografía e Historia
- Campbell, A-J; Cumming, S-R & Hughes, I. (2006). Internet use by the socially fearful: addiction or therapy? *Cyberpsychology Behavior*, 9 (1): 69-81.

- Cañigral, F. (2009). Nuevas tecnologías: factores de protección y de riesgo. *Actas de las XVIII Jornadas sobre droga dependencia* (pp 85 – 90). Valencia: Facultad de Geografía e Historia
- Carbonell, X; Guardiola, E; Beranuy, M & Bellés, A. (2009). A bibliometric analysis of the scientific literature on Internet, video games, and cell phone addiction. *Journal of the Medical Library Association*, 97 (2): 102-7.
- Carroll. K.M. y Onken, L.S. (2005) ;"Behavioral Therapies for Drug Abuse" ,American Jurnal Of Psychiary, 162 1-9.
- Castellana, M. (2003) *La relacion de l'adolescent amb les persones significatives* . Barcelona: p.a.u. education
- Castellana, M. (2005) El adolescente y sus personas significativas . *ROL Enfermería* 28 (9): 18-29.
- Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner, C. y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. Papeles del Psicólogo. *Revista del Colegio Oficial de Psicólogos*, 28, 196-204.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial
- Castells, M. (1997). *La Sociedad Red*. Madrid: Alianza Editorial.
- Cepeda-Benito, A. & Gleaves, D.H. (2001). A critique of food cravings research: Theory, measurement, food intake. En M.M. Hetherington (ed.), *Food cravings and addition* (pp.1-12). Surrey, U.K.: Leatherhead.
- Choliz, M. (2009) Prevención de la adicción a internet mediante el Programa PREVTEC 3.1. *Actas de las XVIII Jornadas sobre droga dependencia* (pp 55 – 73). Valencia: Facultad de Geografía e Historia.
- Chóliz, M; Villanueva, V; Chóliz M. (2009). Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 34, 74-88.
- Choliz, M Dois T D Zarza G, Auilar Serrano J, Samper Gras T, hernandez Martinez M. C. Guía de Actuación FEPAD 2 Fundación para el Estudio Prevención y Asistencia a las Drogodependencias Valencia 2009 (p.p. 17)
- Chóliz, M; Campillos, I. (2010). PrevTec 3.1: programa de prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes. Valencia: FEPAD (en prensa).
- Chóliz, M.; Marco, C. (2011). Patrón de Uso y Dependencia de Videojuegos en Infancia y Adolescencia, *Anales De Psicología*, 27 (2), 418 – 425.

- Chóliz, M.; Marco, C. (2012). *Adicción a Internet y Redes Sociales* Madrid Alianza Editorial
- Clayton, R. (1992). Transitions in drug use: Risk and protective factors. Citado en T. Laespada, I. Iraurgi y E. Aróstegi (Eds). (2004). *Factores de Riesgo y de Protección frente al Consumo de Drogas: Hacia un Modelo Explicativo del Consumo de Drogas en Jóvenes de la CAPV*. Instituto Deusto de Drogodependencias (Universidad de Deusto).
- Crovi Druetta, D. (2004). *Sociedad de la información y del conocimiento: entre lo falaz y lo imposible*. Buenos Aires: UNAM/La Crujía.
- Darling, N. y Steinberg, L (1993) Parenting style as context: a integrative model, *Psychological Bulletin* 113, 487-496
- Davis, R-A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behaviour*, 17, 187-195.
- Del Río, J., Bringue, X, Sádaba, C y González, D. (2010). Cyberbullying: un análisis comparativo en estudiantes de Argentina, Brasil, Chile, Colombia, México, Perú y Venezuela. V Congreso Internacional Comunicación y Realidad. Barcelona: España. 25-26 mayo.
- Dekovic, M., Wissink, I. B. y Meijer, A.M. (2004) The role of family and peer relation in adolescent antisocial behaviour comparison, of four ethnic group *Journal of adolescences*
- De Vita, Verónica – <http://www.losandes.com.ar/notas/2013/11/24/netbooks-usan-poco-aulas-752203.asp>
- Du, Y-S, Jiang, W y Vance, A. (2010) "Longer term effect of randomized, controlled group cognitive behavioural therapy for internet addiction in adolescent students in Shanghai", *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44, 667 - 675.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones... sin drogas? Las nuevas adicciones (juego, sexo comida, compras, trabajo, internet)*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Echeburúa, E., Corral, P., García, E., y Borda, M. (1993). Interactions between self-exposure and alprazolam in the treatment of agoraphobia without current panic: an exploratory study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 21, 219-238.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Clínica y Salud*, 5, 251-258
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2009). *Las adicciones con o sin droga: una patología de la libertad*. En Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E., *Adicción a las Nuevas Tecnologías en Adolescentes y Jóvenes* (pp. 29 - 44). Madrid: Pirámide.
- Echeburúa, E. y Fernández-Montalvo, J. (2005). Psychological treatment of slotmachine pathological gambling: new perspectives. *Journal of Gambling studies*. En Pérez

de los Cobos, J.C., Valderrama, J.C., Cervera, G. y Rubio, G., *Tratado SET de Trastornos Adictivos* (pp. 337 – 340). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Estévez, E., Martínez, B. y Musitu, G. (2005). Padres y profesores: un análisis de su influencia en la configuración de la actitud hacia la autoridad institucional en adolescentes y su comportamiento en la escuela. *Congreso Ser Adolescente Hoy*. Madrid.

Estévez, E., Musitu, G. y Herrero, J. (2005). The influence of violent behavior and victimization at school on psychological distress: the role of parents and teachers. *Adolescence*, 40 (157), 183-196.

Fernández, J. (2009). Nuevas tecnologías: factores de protección y de riesgo. *Actas de las XVIII Jornadas sobre droga dependencia* (pp 97 – 106). Valencia: Facultad de Geografía e Historia

Finney, J.W., Wilbourne, P.L. y Moos, R.H. (2007) "Psychosocial treatments for substance use disorders" , en P.E. Nathan y J.M. Gorman (eds). *A guide to treatments that work*, Nueva York, Oxford University Press, pp. 179-202.

Gisela Priebe 12/07/12 [www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar) /www.selecciones.com  
recuperado de La Red 4 -03- 2013

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Bantam Books.

Goldberg, I. (1995). *Internet addiction disorder*. Recuperado de la red el 5-5-2011 de <http://www.cog.brown.edu/brochures/people/duchon/humor/internet.addiction.html>.

Griffiths, M. D. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.

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.

Griffiths, M.D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197.

Griffiths y Meredith A, (2009), "Videogame addiction and its treatment" *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 47-53

Guerreschi, C. (2007). *Las nuevas adicciones*. Argentina: Ed. Lumen México.

Guerrica Echevarría, C y Echeburúa, E. (1997). Tratamiento psicológico de la adicción al teléfono (líneas party line y eróticas): un caso clínico. *Análisis y modificación de conducta*, 23 (91), 697-727.

Hernández Martí, G-M. (2002), *La modernitat globalitzada: anàlisi de l'entorn social*. València: Tirant lo Blanch.

- Hannah A. (2005). *La condición humana*. Barcelona: Ed.Paidos.
- Hebert M. (1993). *El hombre unidimensional*. Bs.As: Ed. Planeta Agostini
- Keller D.M.(2004) Revolución Tecnológica y alfabetismos múltiples y la reestructuración de la educación. En I Snyder (comp) Alfabetismos digitales, comunicación, innovación y educación en la era electrónica. Granada. España. Consorcio para la enseñanza abierta a distancia de Andalucía
- Irvin, J.E., Bowers, C.A.Dunn, M.E. y Wang, M.C., (1999):"Efficacy of relapse prevention: a metaanalytic review", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 563-570.
- Jiménez, T. I., Musitu, G. y Murgui, S. (2005). Familia, apoyo social y conducta delictiva en la adolescencia: efectos directos y mediadores. *Anuario de Psicología*, 36 (2).
- Jurkowski, L. (2013, 25 de noviembre "Pegados a la Pantalla" La Razón) [www.larazon.com.ar/interesa/chicos-atraccion-videojuegos\\_0\\_4314001](http://www.larazon.com.ar/interesa/chicos-atraccion-videojuegos_0_4314001)
- Lanjuan, Z., (2009):"The applications of group mental therapy and sports exercise prescriptions in the intervention of internet addiction disorder" *Psychological Science*, 32 / Obtenido de la Red el 05-05-2011/ [http://en.cnki.com.cn/Article\\_en/CJFDTOTAL-xlxx200903067.htm](http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFDTOTAL-xlxx200903067.htm)
- Levis Strauss C, (1949) "Estructuras elementales de Parentesco" Editorial Paidos Ibérica.
- Lorente , S (2002) Juventud y teléfonos móviles : algo mas que una *moda Estudios de Juventud*, 57, 9-24
- Luengo, A (2004) "Adicción a Internet, conceptualización y propuesta de intervención", *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo -Conductual*, 2
- Maganto, J. M. y Bartau, I. (2004). *Corresponsabilidad familiar: fomentar la cooperación y responsabilidad de los hijos*. Madrid: Pirámide.
- Marqués, J-V. (1999). *No és natural*. València: El Grill.
- Martín, M. (2004). Conductas violentas entre jóvenes. *VIII Reunión Internacional sobre Biología y Sociología de la Violencia*. Valencia.
- Mihajlović, G; Hinić, D; Gajić, T & Dukić-Dejanović, S. (2008). Excessive internet use and depressive disorders. *Psychiatria Danubina*, 20 (1): 6-15.
- Miller, W. R. y Wilbourne, P.L. (2002)"A Methodological analysis of clinical trials of treatments of alcohol use disorder " *Addiction* 87, 265-277
- Millon T, Davis R. (1998) *Trastornos de la personalidad: más allá del DSM-IV*. Barcelona: Masson.

- Motrico, E., Fuentes, M. J. y Bersabé, R. (2001). Discrepancias en la percepción de los conflictos entre padres e hijos/as a lo largo de la adolescencia. *Anales de Psicología*, 17, 1-13.
- Muñoz-Mora, J. (2002). Ciberadicción: La adicción a Internet. recuperdo de la red el 20-05-2012 <http://www.cop.es/colegiados>.
- Muñoz-Rivas, M. y Agustin , S. (2005) La adicción al teléfono móvil. *Psicología Conductual*, 13: 481-493.
- Muñoz-Rivas, M.J., Fernández, L. y Gámez-Guadix, M. (2009). Adicción y abuso del teléfono móvil. En Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E., Adicción a las Nuevas Tecnologías en Adolescentes y Jóvenes (pp. 131 - 149). Madrid: Pirámide.
- Musitu, G., Buelga, S., Lila, M. y Cava. M. J. (2001). *Familia y adolescencia*. Madrid: Síntesis.
- Musitu, G. y Cava, M. J. (2001). *La familia y la educación*. Barcelona: Octaedro.
- Musitu, G. y García, F. (2001). *Escala de socialización parental en la adolescencia*. Madrid: TEA.
- Musitu, G. y García, F. (2004). Las consecuencias de la socialización en la cultura española. *Psicothema*, 16, 288-293.
- Musitu, G., Estévez, E., Jiménez, T. y Herrero, J. (2007). *Familia y conducta delictiva y violenta en la adolescencia*. En S. Yubero, Larrañaga, E. y Blanco, A. (Coords.)
- Oliva, A. y Parra A. (2004). Contexto familiar y desarrollo psicológico durante la adolescencia. En E. Arranz: *Familia y desarrollo psicológico*. Madrid: Prentice Hall.
- Orford, J. (2001). *Excessive appetites: A psychological view of adictions* (2º edición). Chichester: Jon Wiley and S Llamas, S. (2005) ¿Existe la adicción a Internet?
- Ovejero (2000) La adicción como búsqueda de identidad, una base teórica psicosocial para una intervención eficaz. *Informe Psicosocial*. 9, 35-48
- Petersen, K-U; Weymann, N; Schelb, Y; Thiel, R & Thomasius, R (2009). Pathological Internet use-epidemiology, diagnostics, co-occurring disorders and treatment. *Fortschritte der Neurologie, Psychiatrie, und ihrer Grenzgebiete*, 77 (5), 263-71.
- Paterna, C., Martínez, M. C. y Vera, J. J. (2003). *Psicología social*. Madrid: Pirámide.
- Pinazo, A. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías: bases para su prevención e intervención. *Actas de las XVIII Jornadas sobre droga dependencia* (pp 107 – 118). Valencia: Facultad de Geografía e Historia.

- Raskauskas, J. y Stoltz, A. D. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents. *Developmental Psychology*, 43, 564-575.
- Roa Varela A; J. R. Suárez González (2006.) La sociedad globalizada y el papel de la educación superior. *Zona Próxima: Revista del Instituto de Estudios en Educación*, 7, 108-31.
- Robinson, T. y Berridge, K.C. (2003). Addiction. *Annual Review of Psychology*, 54, 25-53.
- Rodríguez, S., Fernández-Santaella, M.C., Cepeda-Benito, A. y Vila, J. (2005). Subjective and physiological reactivity to chocolate images in high and low cravers. *Biological Psychology*
- Rodríguez, S., Mata, J. L., Moreno, S. (2007.) Psicofisiología del ansia por la comida y la bulimia nerviosa. *Clínica y Salud*, 18 (1), 99-118
- Ruiz Torres, M. A. (2003) Pedofilia en Internet ¿Diversidad sexual o crimen? *Diario de Campo*. 26, 45-50.
- Sahovaler de Litvinoff, 2009. rvcuperado delard el 20-10-2013 <http://www.diariodemocracia.com/notas/2013/9/25/redes-sociales-entre-publico-privado-65982.asp>
- Salazar, J., Bustos, L. (2002). Prevención Integral en drogodependencias. *Novedades Educativas*. 133 (13), 32-35.
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno?. *Adicciones*, 20, 149-160.
- Sangrador J., L (1993). Consideraciones psicosociales sobre el amor. *Pshicotema*, 5 (1), 181-196.
- Shaw, M y Black, D-W. (2008). Internet Addiction: Definition, Assessment, Epidemiology and Clinical Management. *CNS Drugs*, 22 (5), 353-365
- Shek D, Tang V y Lo C, Y, (2009) "Evaluation of an Internet addiction tratment program for chinese adolescent in Hong Kong", *Adolescence* 44 /Obtenido de la Red el 5-5-2011, [http://findarticles.com/p/articles/mi\\_m2248/is\\_174\\_44/ai\\_n35656070/](http://findarticles.com/p/articles/mi_m2248/is_174_44/ai_n35656070/)
- Simón, M. I. (2000). *El concepto de familia: una perspectiva socioconstructivista*. Tesis Doctoral. Universidad de La Laguna. obtenido de la red el 12-5-10 [http://www.revistacts.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=412:politicas-publicas-y-tic-en-la-educacion&catid=103:dossier](http://www.revistacts.net/index.php?option=com_content&view=article&id=412:politicas-publicas-y-tic-en-la-educacion&catid=103:dossier)
- Sirvent, C. (2004). La adicción al amor y otras dependencias sentimentales. *En Encuentros de Profesionales en Drogodependencias y Adicciones, Libro de actas* (pp. 159-161). Chiclana, España. Servicio Provincial de Drogodependencias.

- Smith, P.K, Mahdavi, J., Carvalho, C., Fisher, S., Russell, S. y Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 376-385.
- Steinberg, L. y Silk, J (2002) Parenting adolescents. (Ed) *M Bornstein Handbook of parenting: Vol. I Children and parenting*, Mahwah Erbaum
- Tejeiro, R. (2001). La adicción a los videojuegos. Una revisión. *Adicciones*, 13 (4), 407-13.
- Thompson, J-B. (1998). Los media y la modernidad. Una teoría de los medios de comunicación. Barcelona: Paidós.
- UNESCO (2008) Normas Unesco sobre competencias para las TIC para docentes versión final 3.0 recuperado de la red e 7- 08-2012 [www.Portaleducativo.hn](http://www.Portaleducativo.hn)
- Washton, A. (1991). Substance abuse; Compulsive behavior; Recovering addicts; Recovering alcoholics; Treatment Stone-Washton: Nannette
- Willard, N. E. (2006). Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats and distress. Eugene: Center for Safe and Responsible Internet Use.
- Willard, N. E. (2007). The authority and responsibility of school officials in responding to cyberbullying. *Journal of Adolescent Health*, 41(suppl.), 64-65.
- Xambó, R. (2002). Medios de comunicación: De la Comunicación de Masas a la Sociedad de la Información. En: *Pensar nuestra sociedad global*. València: Tirant lo Blanch.
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The emergence of as new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.
- Young, K, S, (2007) : "Cognitive behavior therapy with Internet addicts: Treatment outcomes and implications" *Cyberpsychology & Behavior*, 10 671-679.
- Zboralski, K; Orzechowska, A; Talarowska, M, Darmosz, A; Janiak, A; Janiak, M; Florkowski, A & Galecki, P (2009). The Prevalence of computer and Internet addiction among pupils. *Postępy higieny i medycyny doświadczalnej* 63, 8-12.

## **VI ANEXOS**

## ANEXO 1 TEST DE DEPENDENCIA A INTERNET

Edad: \_\_\_\_\_ Años: \_\_\_\_\_

Sexo:  Hombre  Mujer

Instituto: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

1. ¿Con qué frecuencia te conectas a Internet?
  - Todos los días
  - Cinco o seis días a la semana
  - Tres o cuatro días a la semana
  - Uno o dos días a la semana
  - Sólo de vez en cuando
2. ¿Cuánto tiempo dedicas a Internet los días escolares?
  - Menos de una hora
  - Entre una y dos horas
  - Entre dos y tres horas
  - Tres horas o más
3. ¿Y los fines de semana?
  - Menos de una hora
  - Entre una y dos horas
  - Entre dos y tres horas
  - Tres horas o más
4. ¿Has aprobado todas las materias en último trimestre? SI  NO
5. En caso de que no, ¿Cuántas has desaprobado?

6 Indica para qué utilizas Internet, tomando como criterio la siguiente escala:

	0	1	2	3	4
	Nunca o casi nunca	Rara vez	A veces	Con frecuencia	Siempre o casi siempre
1. Redes sociales (Tuenti, Facebook, MySpace, etc.)	0		2	3	4
2. Chats y mensajería instantánea (Windows Live Messenger, Yahoo! Messenger, Skype, Gtalk, etc.)	0		2	3	4
3. Navegar libremente por diferentes páginas web	0		2	3	4
4. Buscar información que me piden del colegio o instituto	0		2	3	4
5. Buscar y descargar ficheros (música, imágenes, documentos...)	0		2	3	4
6. Ver películas o series directamente, sin descargar	0		2	3	4
7. Escuchar música o ver videos sin descargar	0		2	3	4
8. Juegos online	0		2	3	4
9. Apuestas	0		2	3	4

7. Del 0 al 100 ¿Cuál es tu grado de dependencia de Internet? (Pon una X)

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%



*Contesta a las siguientes preguntas en el caso de que utilices redes sociales*

□ 10. ¿Cuál es la red social que utilizas más?

11. Cuando estas haciendo cosas en la computadora en Internet ¿cuánto tiempo dedicas a las redes sociales?

Entre 0 y 25%	Entre 25-50%	Entre 50-75%	Más del 75%

12. ¿Cuántas veces te conectas al día para ver tu comunidad virtual?

Una o ninguna	2 o 3 veces	4 o 5 veces	Más de 5 veces

13. ¿Cuántos amigos tienes en la red social que más utilizas, aproximadamente?

14. ¿Cuántas fotografías tienes subidas a tu perfil, aproximadamente?

15. ¿Cuántos vídeos tienes subidos a tu perfil, aproximadamente?

## ANEXO 2 TEST DE DEPENDENCIA A CELULAR – TELÉFONO MÓVIL

\_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Años: Sexo:  Hombre  Mujer

¿Tienes teléfono celular?  Sí  No

2. ¿Has aprobado todas las materias el último trimestre?  Sí  No

3. En caso de que no ¿Cuántas has desaprobado?

*Si tienes teléfono celular, por favor, responde a estas cuestiones*

4. ¿Cuántos años hace que tienes celular?

5. Entre semana:

- a. ¿Cuántas llamadas realizas al día desde tu celular? .....
- b. ¿Cuántos mensajes envías? .....
- c. ¿Cuántas "llamadas perdidas" haces? .....
- d. ¿Cuánto tiempo dedicas en utilizar el celular? .....

6. Los fines de semana:

- a. ¿Cuántas llamadas realizas al día desde tu celular? .....
- b. ¿Cuántos mensajes envías? .....
- c. ¿Cuántas "llamadas perdidas" haces? .....
- d. ¿Cuánto tiempo dedicas a utilizar el celular? .....

7. ¿Cuánto dinero gastas al mes en el celular?

8. ¿Cómo pagas el consumo del celular?

- Me lo pago yo
- Me lo pagan (mis padres u otras personas)

9. ¿Cuanto dinero te dan tus padres por semana?

10. ¿apagas tu celular durante la noche? SI NO

11. ¿Utilizas el celular cuando estas acostado? (llamadas, recibir o enviar SMS, etc.)

Nunca (1)	Pocas veces (2)	A veces (3)	Con frecuencia (4)	Casi todas las noches (5)

12. ¿te conectas a redes sociales con el celular? (marca con una cruz)

Nunca (1)	Pocas veces (2)	A veces (3)	Con frecuencia (4)	Casi todas las noches (5)

9. Del 0 al 100 ¿Cuál es tu grado de dependencia del teléfono celular? (Pon una X)

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%

### CDTM

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

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

1 Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por gastar mucho el teléfono	0	2	3	4
2 Me he puesto un límite de consumo y no lo he podido cumplir	0	2	3	4
3 He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico del teléfono	0	2	3	4
4 Dedico más tiempo del que quisiera a hablar por teléfono, o enviar SMS	0	2	3	4
5 He enviado más de 5 mensajes en un día	0	2	3	4
6 Me he acostado más tarde, o he dormido menos por estar utilizando el celular	0	2	3	4
7 Gasto más dinero con el celular (llamadas, mensajes...) del que me había previsto	0	2	3	4
8 Cuando me aburro, utilizo el celular	0	2	3	4
9 Utilizo el celular (llamadas o SMS) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)	0	2	3	4
10 Me han retado por el gasto económico del teléfono	0	2	3	4

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

0	1	2	3	4
Totalmente en Desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Totalmente de acuerdo

11 Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de llamar a alguien o enviar un SMS	0	2	3	4
12 Desde que tengo celular he aumentado el número de llamadas que hago	0	2	3	4
13 Si se me estropeará el celular durante un periodo largo de tiempo y tardaran en arreglarlo, me encontraría mal	0	2	3	4
14 Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia	0	2	3	4
15 Si no tengo el celular me encuentro mal	0	2	3	4
16 Cuando tengo el celular entre manos no puedo dejar de utilizarlo	0	2	3	4
17 Desde que tengo celular he aumentado el número de SMS que mando	0	2	3	4
18 Nada más levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, o si me han mandado un SMS	0	2	3	4
19 Gasto más dinero en celular ahora que cuando lo adquirí	0	2	3	4
20 No creo que pudiera aguantar una semana sin celular	0	2	3	4
21 Cuando me siento solo le hago sonar el celular a alguien(o le llamo o le envío <sup>21</sup> un SMS)	0	2	3	4
22 Ahora mismo tomaría el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada	0	2	3	4



6. Si estoy un tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer	0	2	3	4
7. Me enoja cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC	0	2	3	4
8. Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé	0	2	3	4
9. Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato	0	2	3	4
10. Estoy obsesionado por subir de nivel, ganar prestigio, etc en los Videojuegos	0	2	3	4
11. Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder Jugar	0	2	3	4
12. Creo que juego demasiado a los videojuegos	0	2	3	4
13. Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio	0	2	3	4
14. Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos	0	2	3	4

7 Indica con qué frecuencia realizas o te ocurren los hechos que aparecen a continuación tomando como criterio la siguiente escala

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

15. Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego	0	1	2	3	4
16. He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas	0	1	2	3	4
17. He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o el PC	0	1	2	3	4
18. Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego	0	1	2	3	4
19. Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos	0	1	2	3	4
20. En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo un videojuego, aunque sólo sea un momento	0	1	2	3	4
21. Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo	0	1	2	3	4
22. Lo primero que hago cuando llego a casa después del colegio es ponerme con mis videojuegos	0	1	2	3	4
23. He mentado a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar	0	1	2	3	4
24. Incluso cuando estoy haciendo otras tareas (en clase, con mis amigos, estudiando, etc.) pienso en mis videojuegos (cómo avanzar, superar alguna fase o alguna prueba, etc)	0	1	2	3	4
25. Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme	0	1	2	3	4

# ANEXO 4: PROGRAMA PREV TEC 3.1 PARA INTERNET



Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

# Prevtec 3.1

## Internet Primera sesión



Prevtec 3.1

cerrar X

10:44 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet: "La Red"



- Internet es la principal fuente de información y de comunicación del mundo
- Ha supuesto una revolución en la forma de acceder y de compartir la información
- Los contenidos digitales transmitidos por Internet han permitido superar barreras físicas, distancia y el tiempo que se tarda en realizar cualquier gestión

Prevtec 3.1

cerrar X

10:44 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Ventajas que tiene Internet

- Tiene una capacidad de almacenamiento de información prácticamente ilimitada. Todo está en la red
- El acceso a la información es instantáneo
- Permite contactar inmediatamente con otras personas en cualquier parte de mundo
- Todo el que quiera puede hacerse "visible" en la red y compartir información




Pretec 3,1

cerrar X

10:45 p.m. 24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Y algunos inconvenientes

- Los contenidos no siempre son fiables. Otros son, sencillamente, falsos, porque el control de la veracidad en Internet a veces es difícil
- Algunos de los contenidos son ilegales o incluso inmorales
- El uso excesivo de Internet resta tiempo de otras actividades
- Utilizar en exceso Internet, o algunas de sus aplicaciones "engancha", puede provocar dependencia o adicción




Pretec 3,1

cerrar X

10:45 p.m. 24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Uso de Internet en la adolescencia

- **Contesta al cuestionario que te hemos dado**
- Recuerda que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Todas son igualmente válidas.
- Tu aportación es valiosa. Contesta con sinceridad y pregunta si tienes alguna duda



certific

< >

Pretec 3,1

cerrar X

10:45 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Actividades

- Ponte un horario semanal para conectarte a Internet. Procura:
  - No conectarte todos los días
  - No conectarte más de una hora en los días laborales (aproximadamente)
  - No conectarte fuera del horario que hayas establecido
- Antes de conectarte a Internet, decide qué es lo que vas a hacer. Navega, pero dirige tú la nave
- No dejes de hacer cosas que siempre te han gustado, por el hecho de conectarte a Internet
- Que Internet no interfiera con las tareas escolares, obligaciones domésticas y conductas saludables (comer, dormir...)

certific

< >

Pretec 3,1

cerrar X

11:21 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Ejemplo de previsión de horario semanal

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	19h - 20h		20h - 21h		11h - 12h 16h - 17h	12h - 13h







10:46 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Características de la Adicción a Internet

- 1. TOLERANCIA:** necesidad de conectarse cada vez con más frecuencia o más tiempo
- 2. ABSTINENCIA:** Malestar o irritabilidad cuando se lleva un tiempo sin conectarse o si se interrumpe Internet
- 3. DIFICULTAD** en salir de Internet cuando se está conectado, o no poder dejar de conectarse a Internet si se tiene un ordenador a mano
- 4. INTERFERENCIA** con otras actividades saludables (hábitos de comida, sueño, etc.) por conectarse demasiado
- 5. PROBLEMAS** con familiares, etc. por conectarse demasiado
- 6. PÉRDIDA** de interés por otras actividades gratificantes a causa de conectarse demasiado







10:47 p.m.  
24/02/2014



Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

# Prottec 3.1

## Internet Segunda sesión



Prottec 3.1

cenrar X

10:49 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Recuerda: Características de la Adicción a Internet

- 1. TOLERANCIA:** necesidad de conectarse cada vez con más frecuencia o más tiempo
- 2. ABSTINENCIA:** Malestar o irritabilidad cuando se lleva un tiempo sin conectarse o si se interrumpe Internet
- 3. DIFICULTAD** en salir de Internet cuando se está conectado, o no poder dejar de conectarse a Internet si se tiene un ordenador a mano
- 4. INTERFERENCIA** con otras actividades saludables (hábitos de comida, sueño, etc.) por conectarse demasiado
- 5. PROBLEMAS** con familiares, etc. por conectarse demasiado
- 6. PÉRDIDA** de interés por otras actividades gratificantes a causa de conectarse demasiado

Prottec 3.1

cenrar X

11:24 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

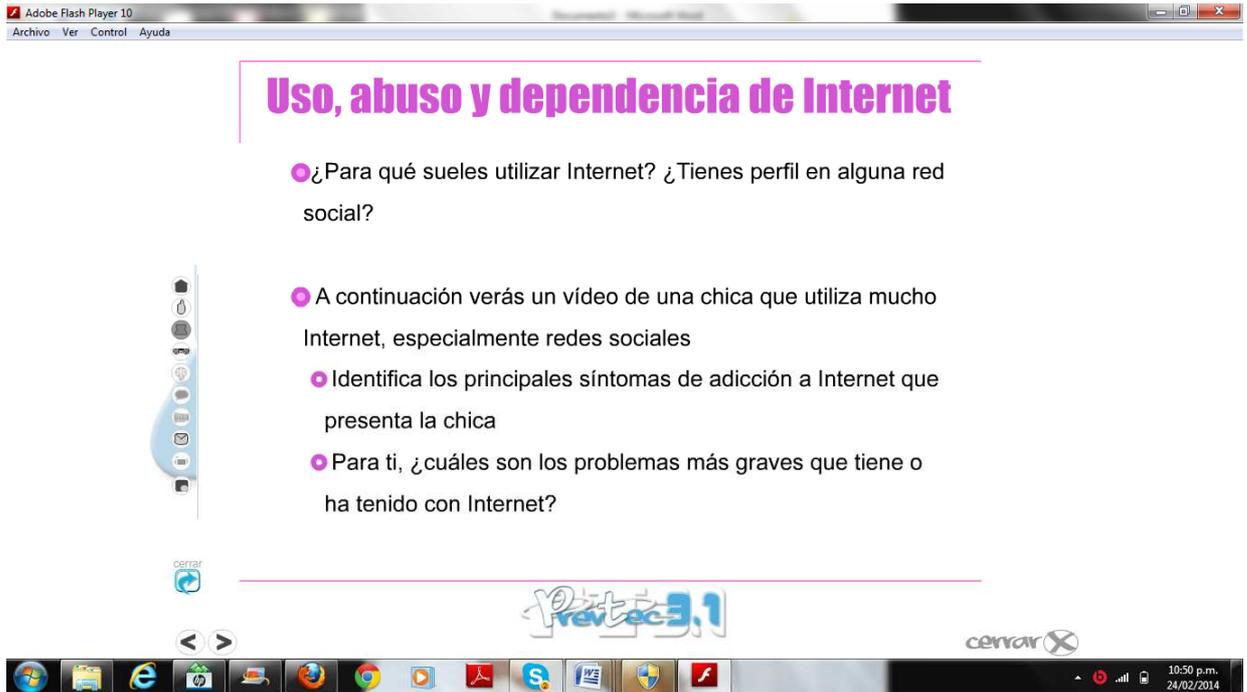
## Uso, abuso y dependencia de Internet

- ¿Para qué sueles utilizar Internet? ¿Tienes perfil en alguna red social?
- A continuación verás un vídeo de una chica que utiliza mucho Internet, especialmente redes sociales
- Identifica los principales síntomas de adicción a Internet que presenta la chica
- Para ti, ¿cuáles son los problemas más graves que tiene o ha tenido con Internet?

PREVENCIONES

cerrar

10:50 p.m.  
24/02/2014



Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

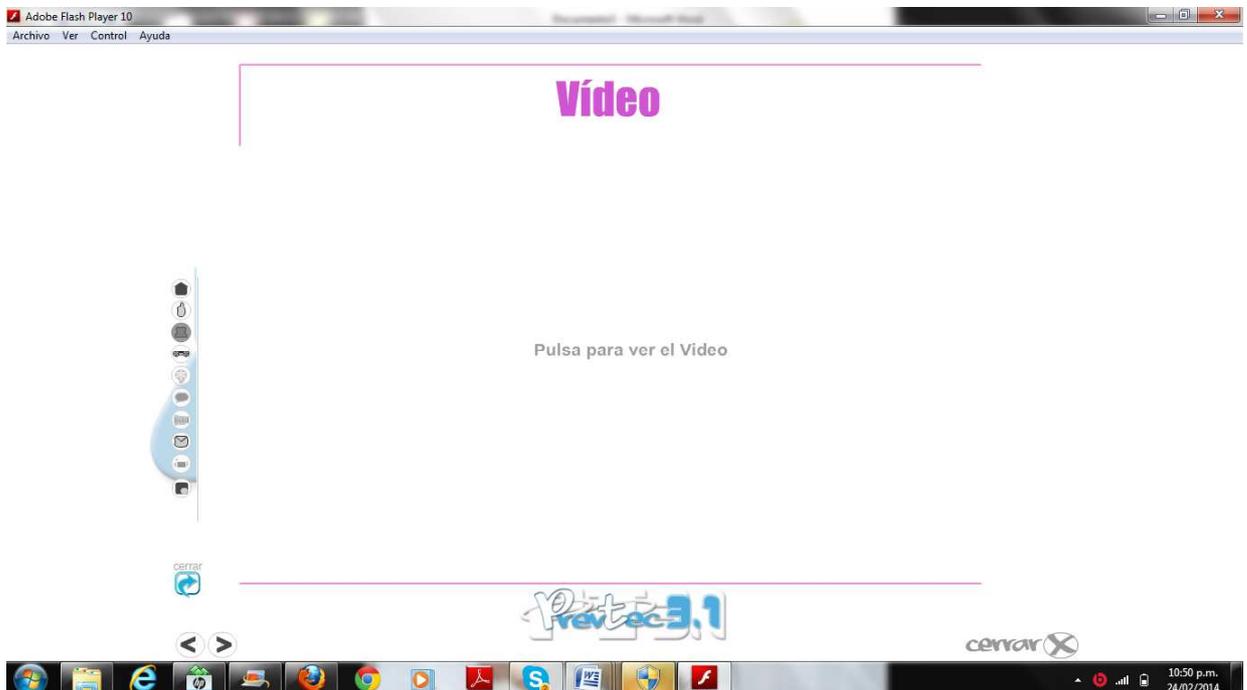
## Vídeo

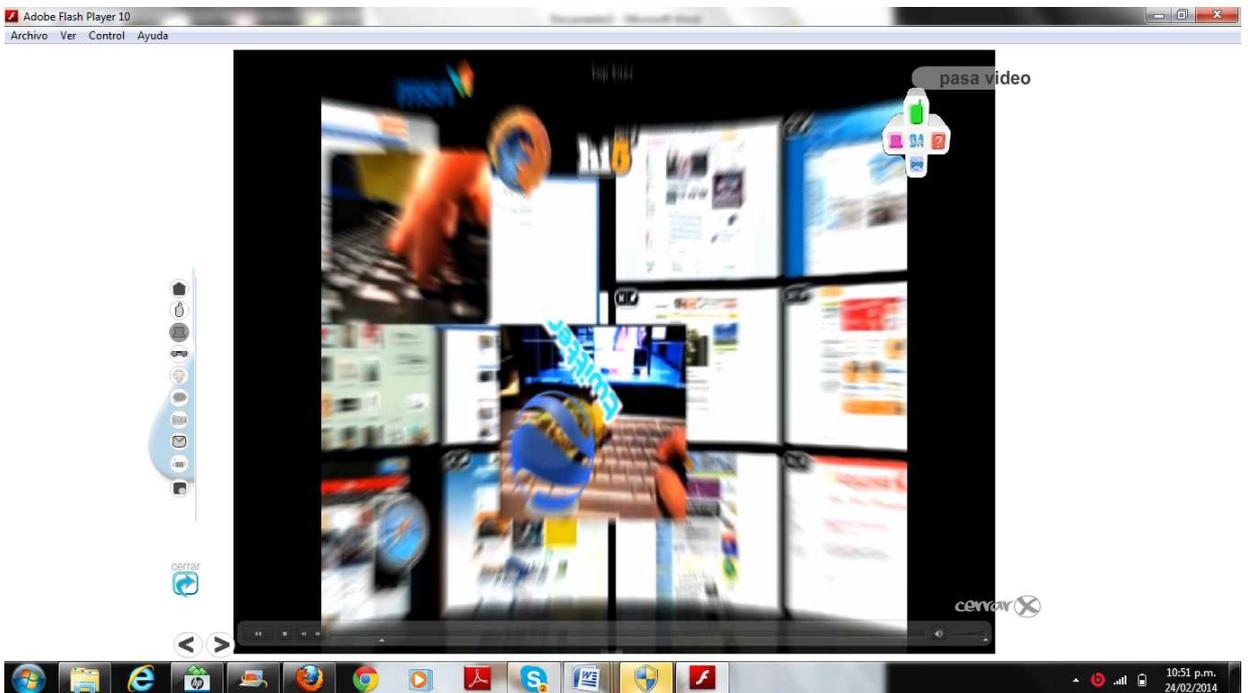
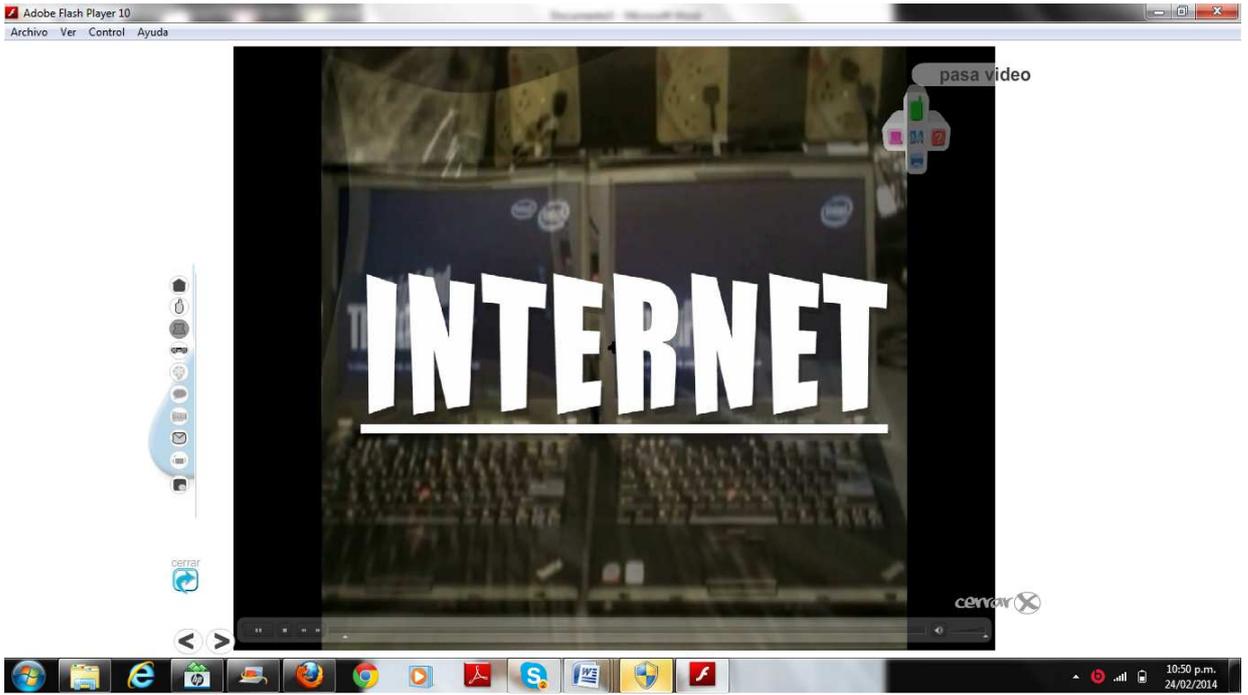
Pulsa para ver el Vídeo

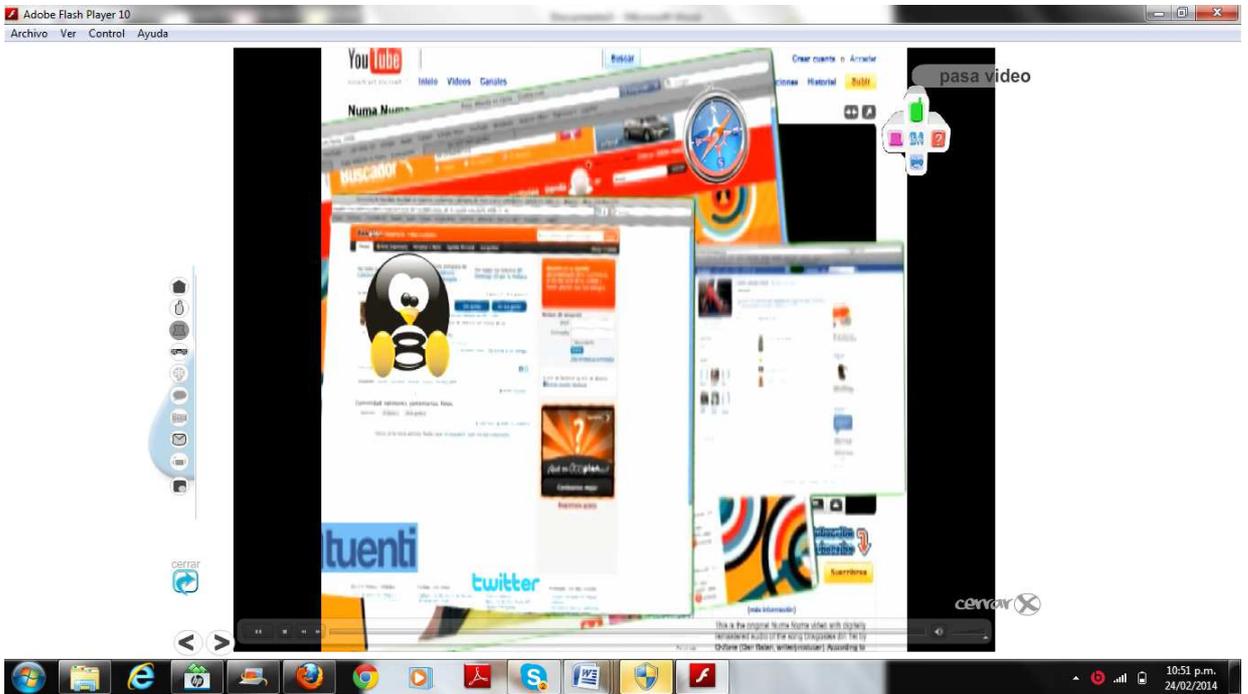
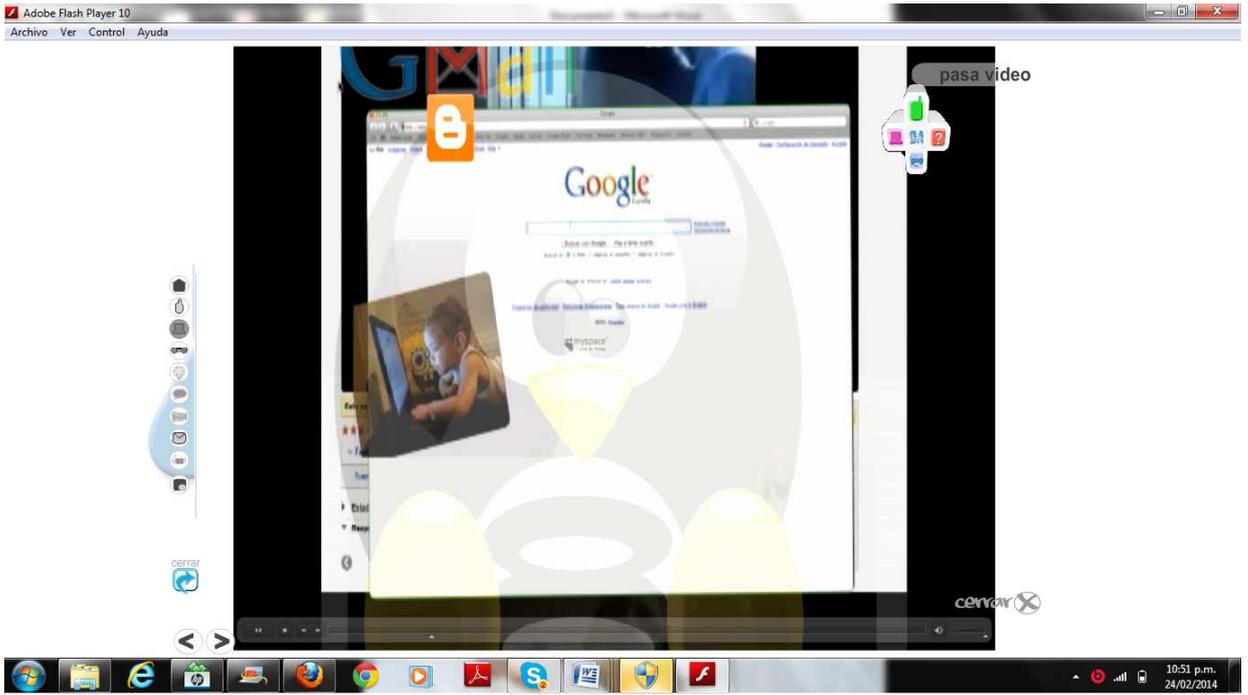
PREVENCIONES

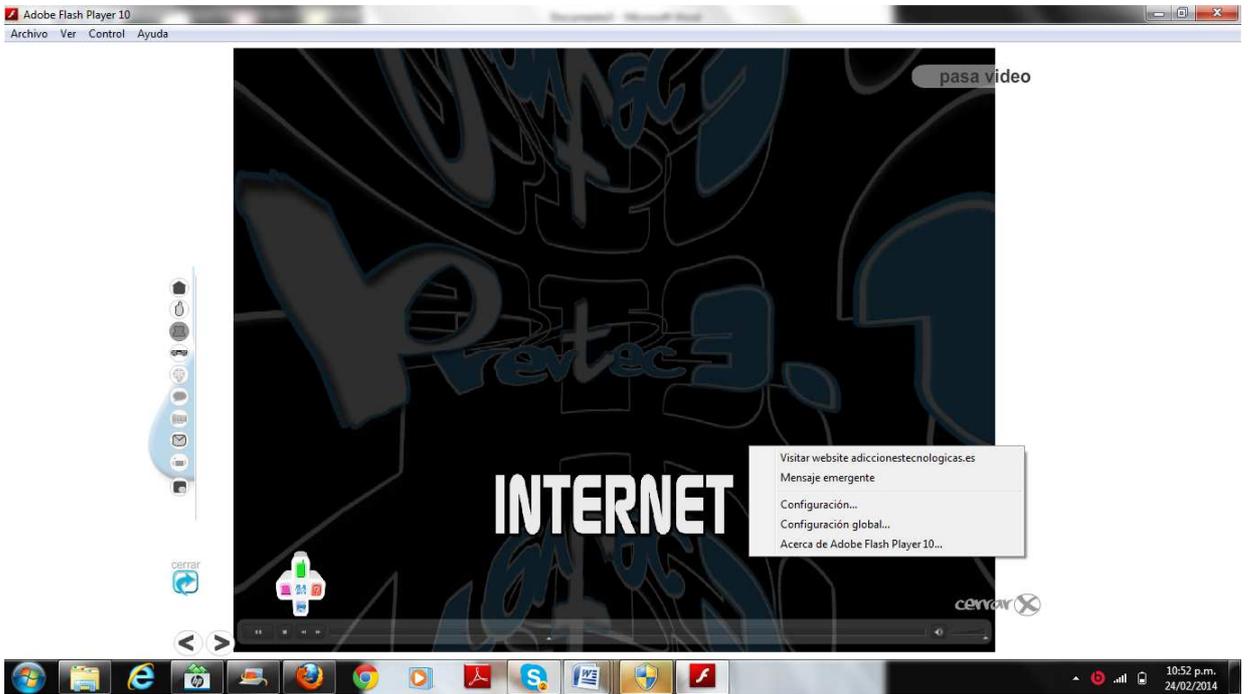
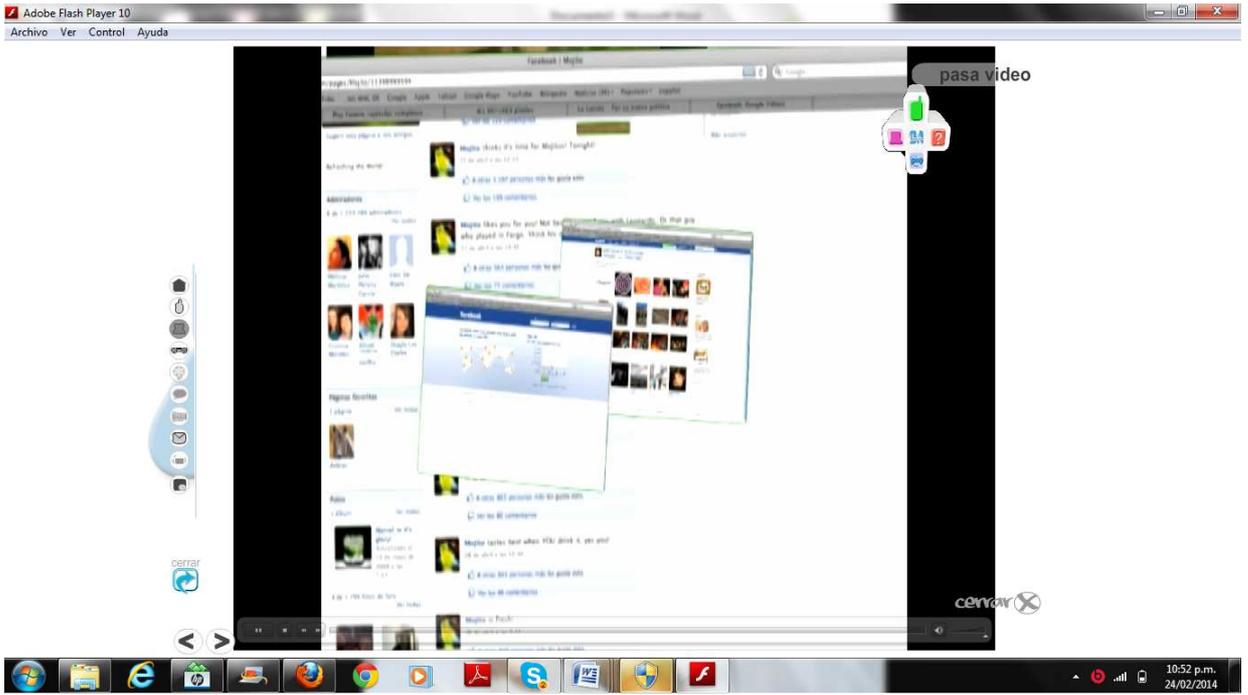
cerrar

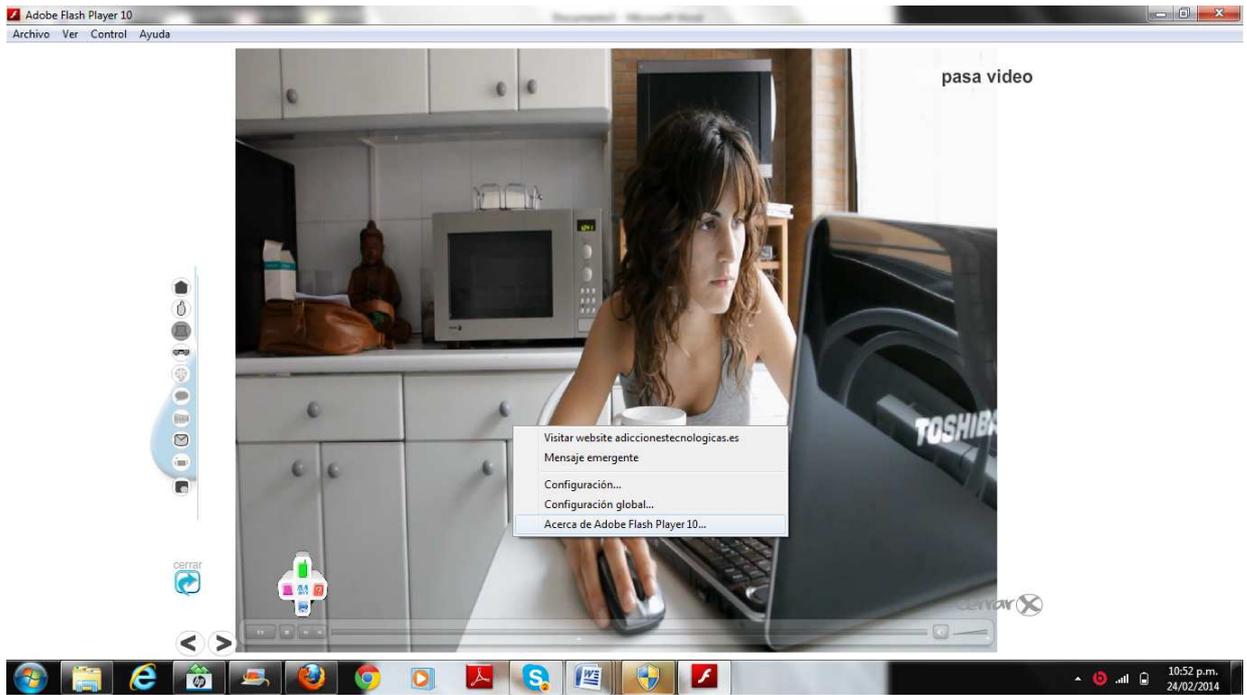
10:50 p.m.  
24/02/2014











Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## A lo que podemos llegar...

A veces el uso de Internet puede dar lugar a situaciones sorprendentes  
Se trata de viñetas de cómics, pero son situaciones que pueden llegar a ser reales como la vida misma.

- Después de verlas comentaremos la viñeta:
  - ¿Crees que puede ocurrir algo así?, ¿conoces algún caso similar?
  - ¿Crees que se trata de una adicción? ¿por qué?
- Y buscaremos soluciones:
  - ¿Qué se puede hacer para solucionar el problema?

Prevtec 3,1

cerrar

10:53 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



Querido Miguel: ¿cómo te va? Por aquí bien, pero te echamos de menos. Por favor, apaga el ordenador y baja a comer algo.  
Con cariño: tus papás

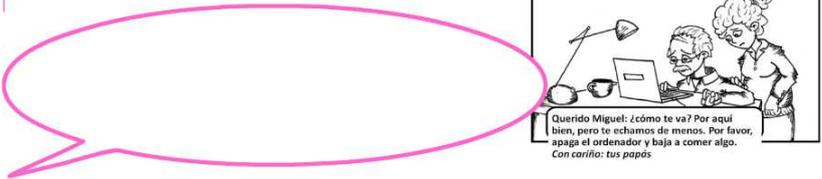
prevtec 3,1

cerrar X

10:54 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué ocurre?



Querido Miguel: ¿cómo te va? Por aquí bien, pero te echamos de menos. Por favor, apaga el ordenador y baja a comer algo.  
Con cariño: tus papás

prevtec 3,1

cerrar X

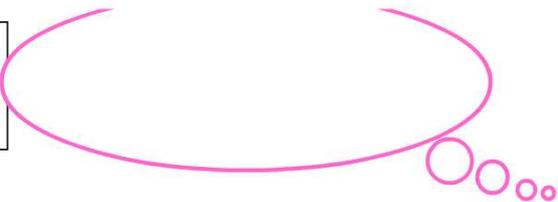
10:54 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

# ¿Qué puede hacer?



Querido Miguel: ¿cómo te va? Por aquí bien, pero te echamos de menos. Por favor, apaga el ordenador y baja a comer algo. Con cariño: tus papás



cerrar

prevtec 3,1

cerrar

10:55 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

# ¿Qué puede hacer?



Querido Miguel: ¿cómo te va? Por aquí bien, pero te echamos de menos. Por favor, apaga el ordenador y baja a comer algo. Con cariño: tus papás

Utilizar Internet en una zona común del hogar demasiado Internet: problemas con familiares, amigos, etc

Poner horario de uso de Internet, respetando:

- Horarios de trabajo y estudio
- Actividades familiares y domésticas
- Ocio y tiempo libre

cerrar

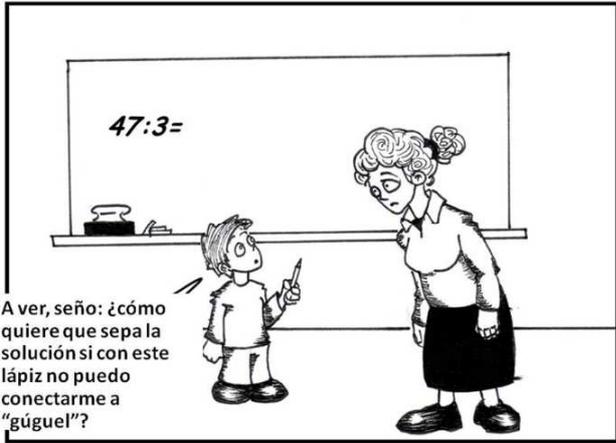
prevtec 3,1

cerrar

10:55 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



A ver, seño: ¿cómo quiere que sepa la solución si con este lápiz no puedo conectarme a "gúguel"?

Pretec 3,1

cerrar X

10:55 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué es lo que ocurre?

El chico utiliza tanto el buscador de Internet que ya no recuerda cómo se hace una tarea escolar bien sencilla

Ese uso excesivo probablemente también le afecte a otras conductas, que desaparecerán por desuso

El uso exclusivo de Internet tiene el riesgo de reducir a unas pocas las estrategias para buscar información, resolver problemas, etc



Pretec 3,1

cerrar X

10:56 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué puede hacer?



A ver, señor: ¿cómo  
dices que está la  
situación si con este  
falso no puedo  
conectarme a  
Internet?

No abandonar otras actividades por el  
hecho de utilizar Internet

Intentar hacer las cosas de diferentes formas

Youtec 3.1

cerrar

10:56 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



Llevas todo el fin  
de semana en el  
tuiti y en el  
feisbuk. ¿No  
estás empanao?

¡Qué va! Todavía me faltan colgar 25  
fotos, 12 videos, agregar 17 contactos  
y ver las fotos de 178 amigos

Youtec 3.1

cerrar

10:57 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué es lo que ocurre?

El chico no hace otra cosa que estar conectado a una red social, subiendo fotos, viendo fotos de "amigos", etc.

Deja de hacer otras actividades divertidas, de ocio o entretenimiento

Está tanto tiempo con "amigos" virtuales en la red social que, paradójicamente, no les dedica nada a sus amigos reales

Estar tanto tiempo "colgado" a Internet puede afectar a conductas saludables (comer, hábitos de sueño, actividad física, etc.)



Pretec 3,1

cerrar X

10:58 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué es lo que ocurre?

El chico no hace otra cosa que estar conectado a una red social, subiendo fotos, viendo fotos de "amigos", etc.

Está tanto tiempo con "amigos" virtuales en la red social que, paradójicamente, no les dedica nada a sus amigos reales

En general, está bien tener contactos en la red social, compartir fotos o videos. Pero llega un punto en que tener tanta cantidad no aporta ningún beneficio, sobre todo teniendo en cuenta el coste de tiempo que supone

Está obsesionado por lo que pasa en la red social

Está tanto tiempo "colgado" a Internet puede afectar a conductas saludables (comer, hábitos de sueño, actividad física, etc.)



Pretec 3,1

cerrar X

10:59 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué puede hacer?

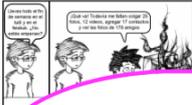
No abrir la red social cada vez que se utilice el ordenador

Utilizar el ordenador para más funciones, además de la red social

Ponerse un horario para conectarse a las redes sociales y cumplirlo

Ponerse un horario semanal en el que se programen las tareas

Poner un límite en la cantidad de fotos o videos que vamos a ver o subir en cada sesión



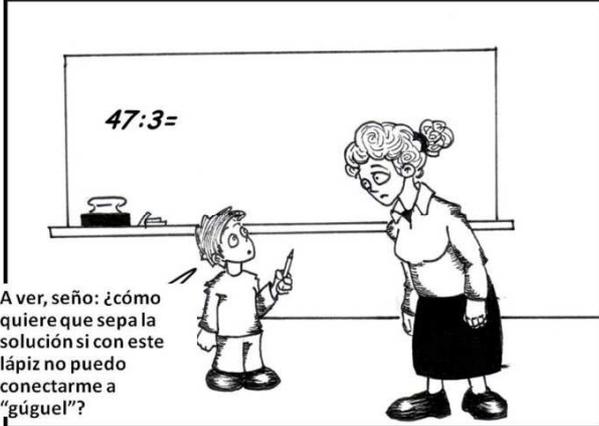
Pretec 3,1

cerrar X

10:59 p.m. 24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



47:3=

A ver, seño: ¿cómo quiere que sepa la solución si con este lápiz no puedo conectarme a "gúguel"?

Pretec 3,1

cerrar X

11:30 p.m. 24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué es lo que ocurre?

El chico utiliza tanto el buscador de Internet que ya no recuerda cómo se hace una tarea escolar bien sencilla

Ese uso excesivo probablemente también le afecte a otras conductas, que desaparecerán por desuso

El uso exclusivo de Internet tiene el riesgo de reducir a unas pocas las estrategias para buscar información, resolver problemas, etc

center

prevtec 3,1

center

11:31 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué puede hacer?

No abandonar otras actividades por el hecho de utilizar Internet

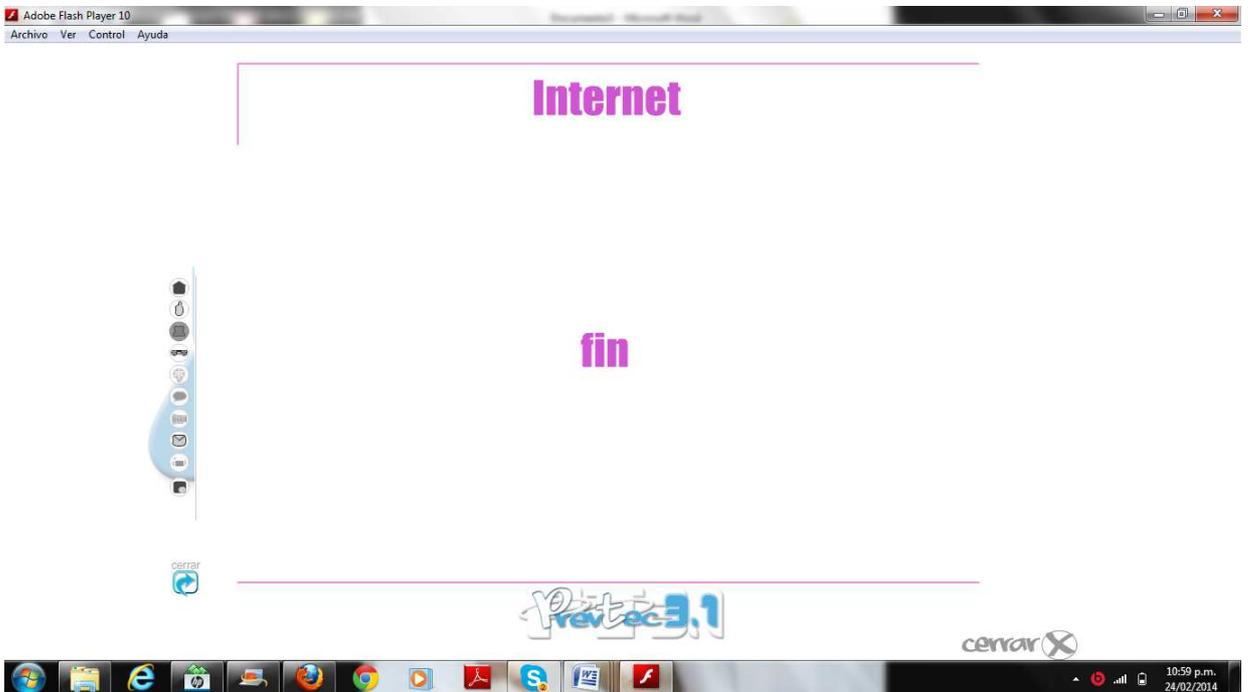
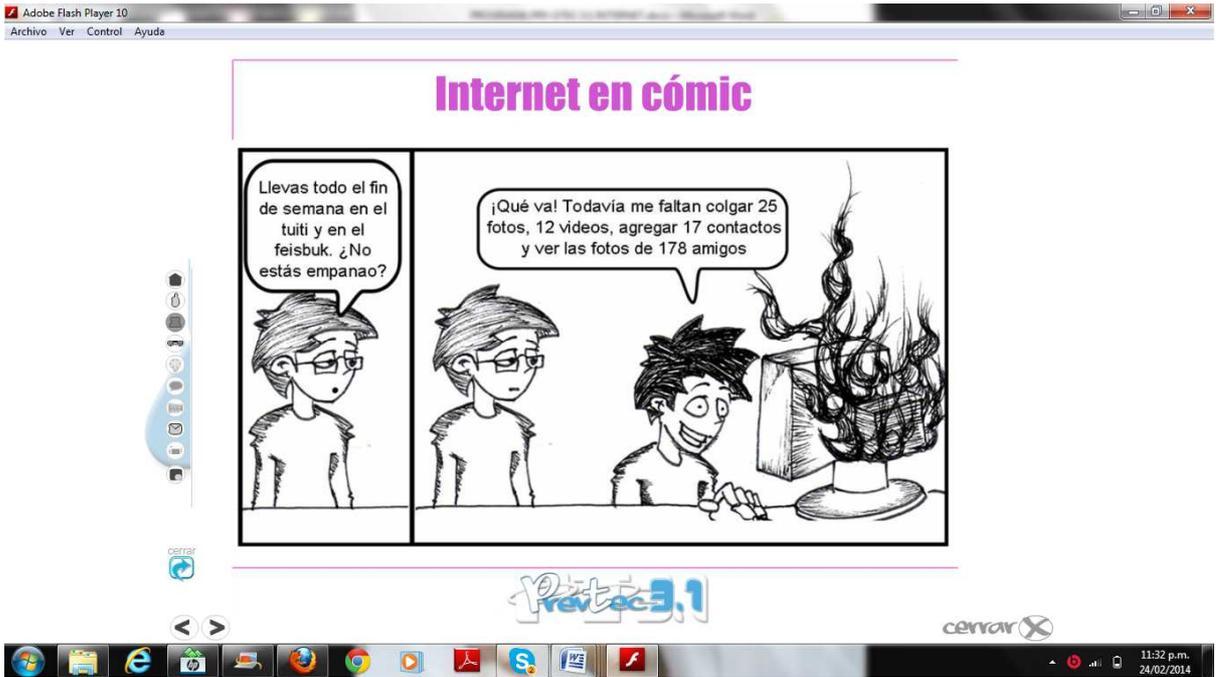
Intentar hacer las cosas de diferentes formas

center

prevtec 3,1

center

11:31 p.m.  
24/02/2014



Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

# Prevtec 3,1

## Internet Tercera sesión



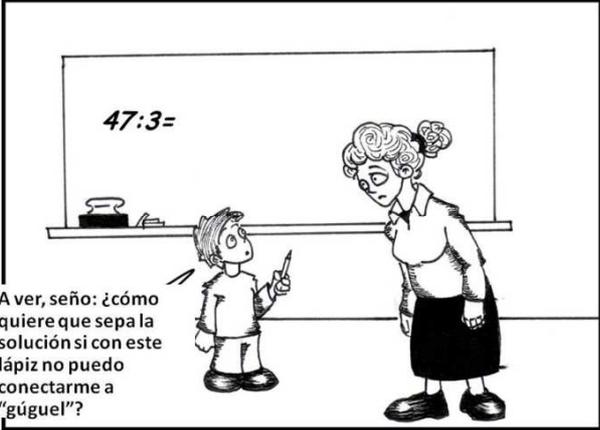
Prevtec 3,1

cerrar X

11:00 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



$47:3=$

A ver, seño: ¿cómo quiere que sepa la solución si con este lápiz no puedo conectarme a "gúguel"?

Prevtec 3,1

cerrar X

11:30 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Recuerda: Características de la Adicción a Internet

1. **TOLERANCIA:** necesidad de conectarse cada vez con más frecuencia o más tiempo
2. **ABSTINENCIA:** Malestar o irritabilidad cuando se lleva un tiempo sin conectarse o si se interrumpe Internet
3. **DIFICULTAD** en salir de Internet cuando se está conectado, o no poder dejar de conectarse a Internet si se tiene un ordenador a mano
4. **INTERFERENCIA** con otras actividades saludables (hábitos de comida, sueño, etc.) por conectarse demasiado
5. **PROBLEMAS** con familiares, etc. por conectarse demasiado
6. **PÉRDIDA** de interés por otras actividades gratificantes a causa de conectarse demasiado

cerrar

11:00 p.m.  
24/02/2014

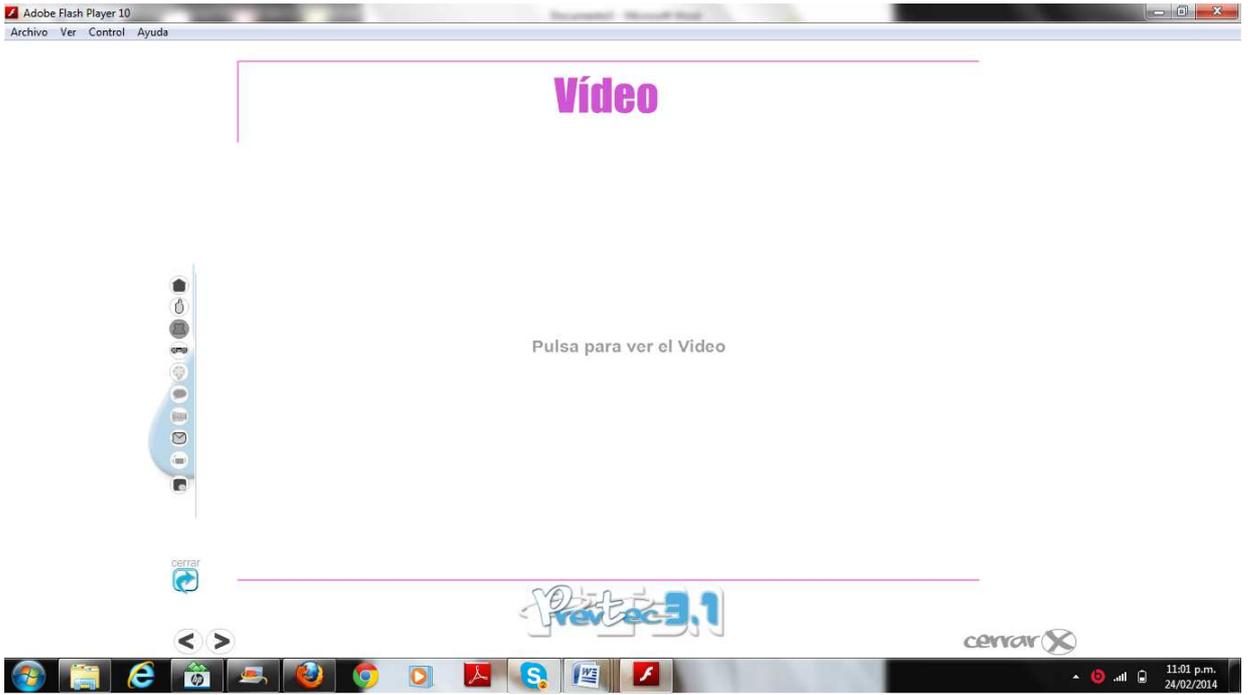
Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

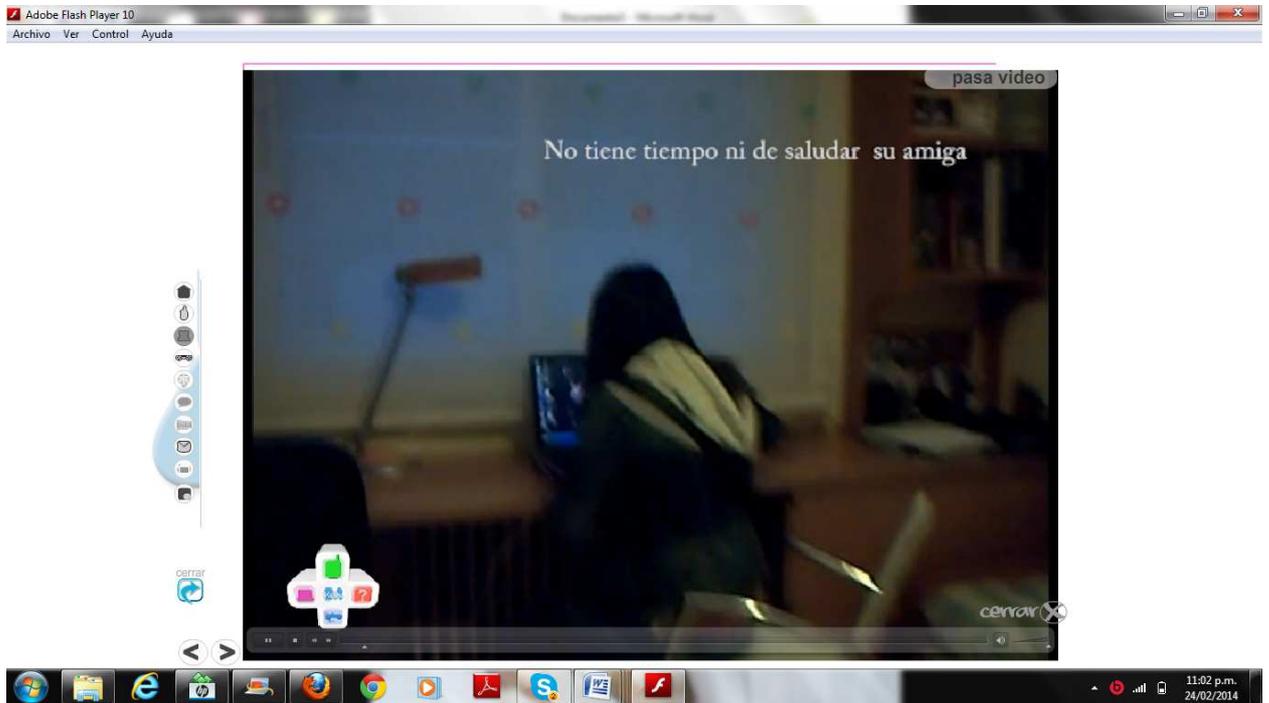
## Uso, abuso y dependencia de Internet

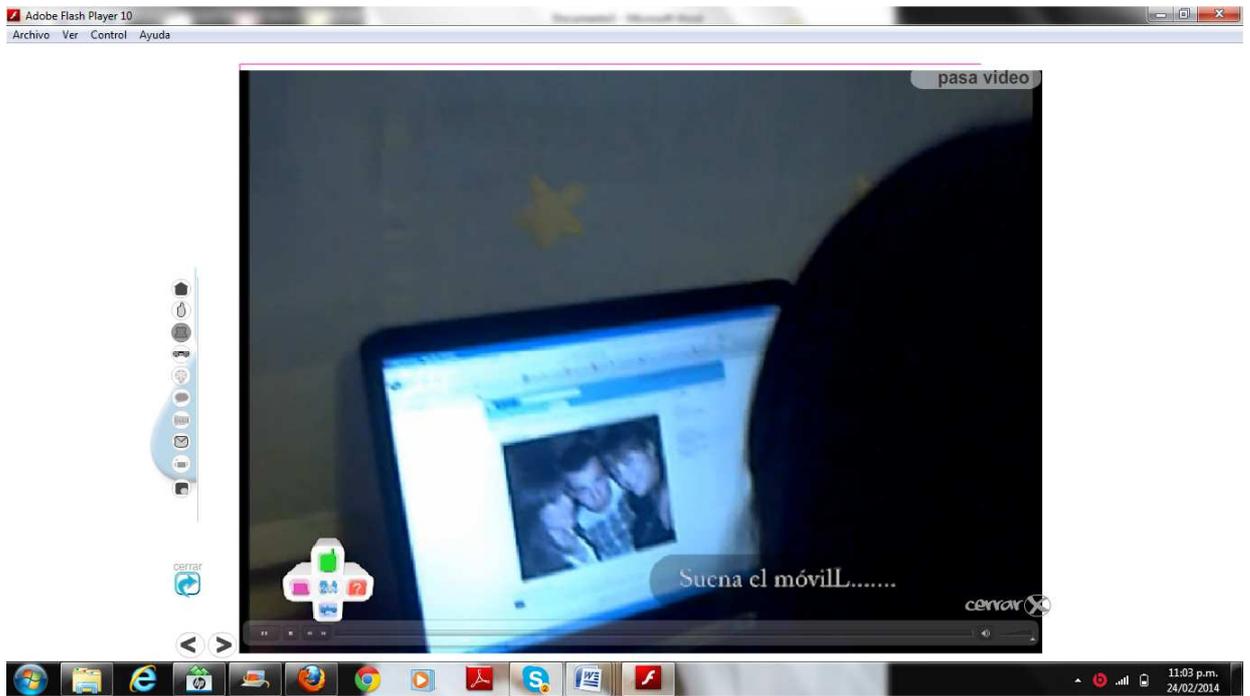
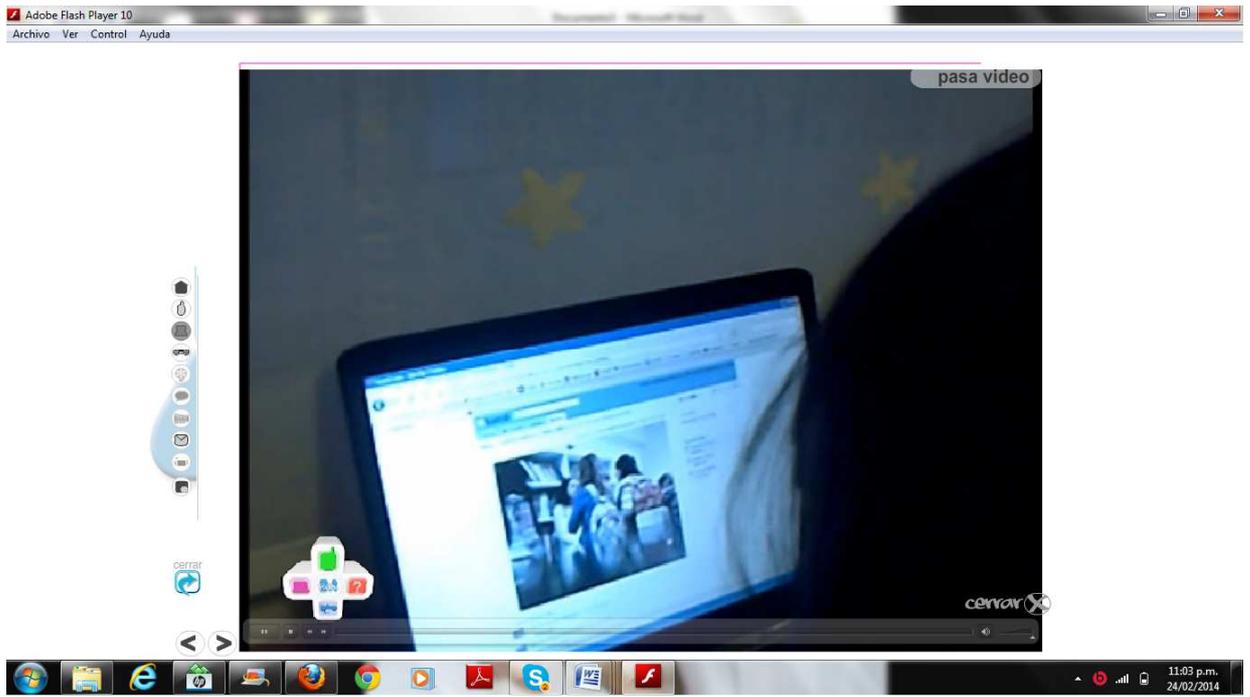
- ¿Conoces Tuenti u otras redes sociales? ¿En cuáles de ellas tienes abierto un perfil? ¿conoces a alguien de tu edad que no tenga?
- A continuación vas a secuencias reales de varias chicas utilizando Tuenti en diferentes contextos
  - ¿Crees que utilizan Tuenti demasiado? ¿están demasiado obsesionadas con ello?
  - ¿Crees que utilizarlo tanto les perjudica?  
Identifica los principales síntomas de adicción

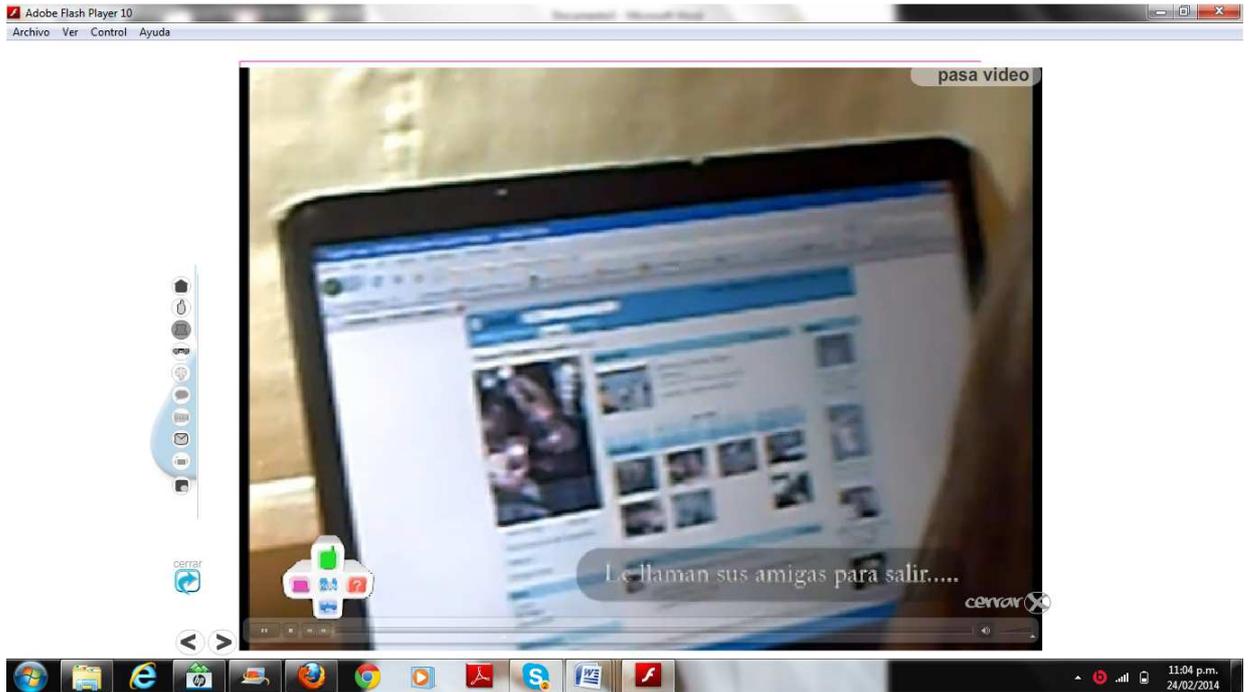
cerrar

11:00 p.m.  
24/02/2014









## A lo que podemos llegar...

A veces el uso de Internet puede dar lugar a situaciones sorprendentes. Se trata de viñetas de cómics, pero son situaciones que pueden llegar a ser reales como la vida misma.

- Después de verlas comentaremos la viñeta:
  - ¿Crees que puede ocurrir algo así?, ¿conoces algún caso similar?
  - ¿Crees que se trata de una adicción? ¿por qué?
- Y buscaremos soluciones:
  - ¿Qué se puede hacer para solucionar el problema?



## Internet en cómic



Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Cuál es el problema?

Se conocen del chat, en el que han hablado, pero no saben comunicarse cara a cara

La conversación del chat es muy diferente de la comunicación en persona

No fomentan otras relaciones que no sean las del chat

Es la primera vez que quedo con alguien del chat y entro algo tarde.  
¿volvemos a Kat? OK

¿volvemos a Kat? OK

Pretec 3,1

cerrar X

11:06 p.m. 24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué pueden hacer?

Utilizar el chat como herramienta para informar de algo, comentarse alguna cosa, pero no como forma de comunicación única y habitual

Utilizar el chat en ocasiones, pero también otras formas: móvil, email, etc.

No confiar lo que dicen los desconocidos en el chat, porque es bastante común pretender dar una imagen diferente a lo que son en realidad

Es la primera vez que quedo con alguien del chat y entro algo tarde.  
¿volvemos a Kat? OK

¿volvemos a Kat? OK

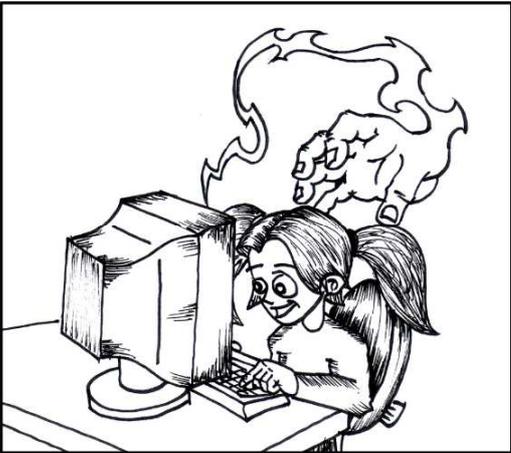
Pretec 3,1

cerrar X

11:06 p.m. 24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



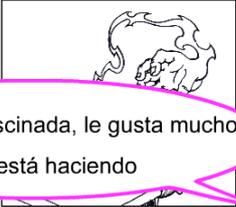
Prevtec 3,1

cerrar X

11:06 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué te sugiere esta viñeta?



Internet ha "enganchado" a la niña, domina su voluntad

La chica está fascinada, le gusta mucho lo que está haciendo

Está absorta en Internet. No atiende a nada más y todo lo demás no tiene importancia

El tiempo le pasa sin darse cuenta

Estar tan enganchada puede no ser bueno y, en ocasiones, hasta peligroso

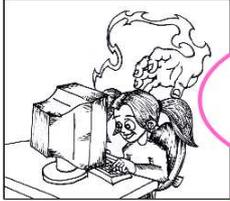
Prevtec 3,1

cerrar X

11:07 p.m.  
24/02/2014

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué se puede hacer?



No abandonar otras actividades por el hecho de utilizar Internet

Intentar hacer las cosas de diferentes formas

Pretec 3,1

cerrar X

11:07 p.m.  
24/02/2014

The image shows a screenshot of a presentation slide titled "¿Qué se puede hacer?". It features a cartoon illustration of a person at a computer with smoke coming from their head, symbolizing distraction. Two thought bubbles contain the text: "No abandonar otras actividades por el hecho de utilizar Internet" and "Intentar hacer las cosas de diferentes formas". The slide is displayed in an Adobe Flash Player 10 window, with a Windows taskbar at the bottom showing various application icons and the system clock at 11:07 p.m. on 24/02/2014.

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## Internet en cómic



Pretec 3,1

cerrar X

11:08 p.m.  
24/02/2014

The image shows a screenshot of a presentation slide titled "Internet en cómic". It features a cartoon character whose head is a computer monitor, wearing a brown shirt and blue pants, holding a red smartphone. A speech bubble above the character contains a red exclamation mark. The slide is displayed in an Adobe Flash Player 10 window, with a Windows taskbar at the bottom showing various application icons and the system clock at 11:08 p.m. on 24/02/2014.

Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué te sugiere esta viñeta?



Internet y el ordenador se convierten en una obsesión

Todas las demás actividades dejan de tener importancia y se ven afectadas

prevenc3,1

cerrar X

11:09 p.m.  
24/02/2014



Adobe Flash Player 10  
Archivo Ver Control Ayuda

## ¿Qué se puede hacer?



Hacer otras actividades alternativas (a ser posible incompatibles) con Internet

Programarse para estar sin utilizar Internet durante algunos días de la semana

prevenc3,1

cerrar X

11:10 p.m.  
24/02/2014





## ANEXO 5: CUESTIONARIO PARA PADRES

### USOS Y COSTUMBRES DE LAS “NUEVAS TECNOLOGÍAS” EN EL CONTEXTO FAMILIAR

#### PADRE

Edad:

Nivel Educativo:

- Estudios primarios
- Estudios medios
- Estudios superiores

#### MADRE

Edad:

Nivel Educativo:

- Estudios primarios
- Estudios medios
- Estudios superiores

HIJOS \_\_\_ N° hijos:

Edades:

Sexo:

Señale con una “X” el tipo de tecnología disponible en su casa:

- Videoconsola:
  - Play 1, Play 2, Play 3
  - DS-Nintendo
  - Wii
  - Xbox
  - Otros
- Ordenador con acceso a Internet
- I-Pad
- Celular (de su hijo)

1	¿Conoce los juegos que utilizan sus hijos? En caso afirmativo, cita el nombre de alguno de ellos.....	SI	NO
2	¿Conoce el código “PEGI”?	SI	NO
3	¿Lo consulta antes de comprar algún juego para menores?	SI	NO
4	¿Juega con sus hijos o navegan juntos por internet?	SI	NO
5	Me preocupa equilibrar el ocio digital con otras formas de entretenimiento	SI	NO

Respecto al tiempo de ocio que dedican sus hijos a las tecnologías

6	¿Pueden jugar/navegar con ellas todos los días?	SI	NO
7	¿Tienen un horario establecido en que les está permitido jugar/navegar?	SI	NO
8	¿Cuentan con un límite de tiempo máximo para jugar/navegar?	SI	NO

¿Cuánto tiempo utilizan sus hijos

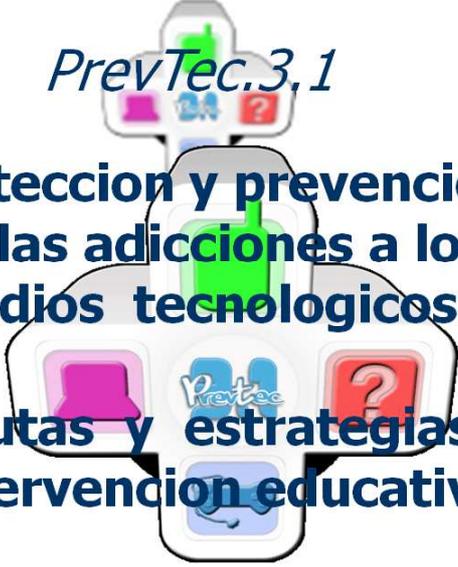
FINES DE SEMANA

ENTRE SEMANA

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> No las utilizan                                 | <input type="checkbox"/> No las utilizan                                 |
| <input type="checkbox"/> Menos de una hora                               | <input type="checkbox"/> Menos de una hora                               |
| <input type="checkbox"/> Entre una y dos horas                           | <input type="checkbox"/> Entre una y dos horas                           |
| <input type="checkbox"/> Entre dos y tres horas                          | <input type="checkbox"/> Entre dos y tres horas                          |
| <input type="checkbox"/> Entre tres y cuatro horas                       | <input type="checkbox"/> Entre tres y cuatro horas                       |
| <input type="checkbox"/> Entre cuatro y cinco horas                      | <input type="checkbox"/> Entre cuatro y cinco horas                      |
| <input type="checkbox"/> Más de cinco horas ¿Cuántas horas (aprox.): ... | <input type="checkbox"/> Más de cinco horas ¿Cuántas horas (aprox.): ... |

10	¿Conozco los sitios de Internet que mis hijos visitan con más frecuencia? Algunos de ellos son: ...	SI	NO
11	¿Juegan mis hijos a juegos en red? Algunos de ellos son: ...	SI	NO
12	¿Tiene el ordenador algún filtro destinado a limitar el acceso de nuestros hijos a determinadas páginas de Internet?	SI	NO
13	¿Supervisa con frecuencia las actividades de sus hijos a través de la red?	SI	NO
14	¿Acceden sus hijos a las nuevas tecnologías en lugares diferentes a su casa? (cibercafé, otros familiares, amigos, biblioteca, etc.)	SI	NO
15	Las videoconsolas o el ordenador, están instalados en: <input type="checkbox"/> Un lugar común de la casa <input type="checkbox"/> En su propia habitación <input type="checkbox"/> La conexión a Internet o la consola es móvil y se puede utilizar en cualquier sitio	SI	NO
16	Considero que tengo un mayor dominio de las Nuevas Tecnologías respecto a mis hijos.	SI	NO
17	¿Conozco los riesgos más habituales derivados del mal uso de las TICs? En caso afirmativo, cite alguno de ellos	SI	NO
18	¿He explicado a mis hijos alguno de los problemas que les pueden acarrear el uso irresponsable de las TIC? En caso afirmativo, cite cuáles han sido: ....	SI	NO
19	¿Considero que mis hijos tienen la formación necesaria para utilizar las TIC de manera segura?	SI	NO

20	¿Estoy familiarizado con el vocabulario propio de la red? ( <i>P2P, Badoo, Myspace, Grooming, twittear</i> , etc)	SI	NO
21	Ante la sospecha de un mal uso de TICs, ¿conozco los recursos a los que podría acudir?  En caso afirmativo, cite alguno de ellos: .....	SI	NO
22	¿Se producen conflictos con nuestros hijos motivados por el uso de las TIC?  En caso afirmativo, señale las razones:  <input type="checkbox"/> Por dedicarles más tiempo del que tienen permitido <input type="checkbox"/> Por dejar de cumplir sus obligaciones (por ejemplo hacer los deberes) <input type="checkbox"/> Por abandonar otro tipo de aficiones no tecnológicas y dedicar todo su tiempo libre a las TICs. <input type="checkbox"/> Por utilizar juegos inapropiados o entrar en páginas no recomendadas para su edad. <input type="checkbox"/> Por haberse metido en problemas a través de la red (ofrecer datos privados, contactar con desconocidos, colgar fotos o comentarios inapropiados, acosar...)	SI	NO
23	En ocasiones ¿permitimos el acceso a las TIC o prohibimos su uso como premio o castigo ante ciertos comportamientos?	SI	NO



*PrevTec.3,1*

**Deteccion y prevencion de las adicciones a los medios tecnologicos**

**Pautas y estrategias de intervencion educativa**

The graphic features a central cluster of icons: a green bar chart, a pink speech bubble, a blue question mark, a red question mark, and a blue speech bubble. The text is overlaid on this graphic.

**VIDEO**



internet.f4v

Navigation icons: back, forward, search, refresh

The video player interface has a dark blue background. The word 'VIDEO' is in white, and 'internet.f4v' is in a lighter blue. A small navigation bar is at the bottom left.





**El uso de las nuevas tecnologías y entre ellas de la telefonía móvil constituyen nuevas prácticas sociales susceptibles de generar malos usos e incluso procesos adictivos.**

**Estas producen cambios en el comportamiento de los niños, niñas y jóvenes, por la facilidad con que los mismos accedes a medios tecnológicos que dirigen su comportamiento y su vida pudiendo producir adicción social**

**Hoy en día todos usamos teléfono móvil en el trabajo, en su vida personal o como herramienta para relacionarnos, también así vemos a niños y niñas de corta edad con un teléfono Puede existir ABUSO!!**

Les entregaremos un cuestionario para que podamos reflexionar sobre que sabemos de nuestros hijos y sobre este tema

- Leen las preguntas
- Pregunten las dudas
- Y luego entregar
- No es necesario poner sus datos personales
- Nos interesa saber sus usos y costumbres



***Nadie puede negar la utilidad pero SIN CONTROL pueden llegar a constituir sobre la población infantil y juvenil un riesgo para el desarrollo de posibles adicciones y abusos.***



## Cuales son los instrumentos?



**INTERNET: Chats/ Blogs/  
Mails/ Messenger Redes  
sociales? Wap Sap**

## CUALES SON LOS RIESGOS

**Hay riesgos  
generales que  
involucran a las  
tres tecnologías**



**■ Otros son  
privativas de cada  
uno de ellos**

## ■ Video Juegos

- Transmisión de valores perversos: sexistas, violentos, individualistas, competitivos.
- Provocar reacciones psicofisiológicas de ansiedad.
- Muchos de los juegos de acción, estrategia o de rol exigen un incremento en la activación fisiológica para que se ejecuten eficazmente las acciones que es preciso llevar a cabo en el videojuego
- .

## Internet



- Los contenidos no siempre son fiables. Internet ha universalizado el acceso a la información
- Algunos contenidos son ilegales o inmorales. Aunque la proliferación de contenidos éticamente reprobables

**Pueden inhibir otras actividades y juegos**

**Generar problemas emocionales y de interacción social y familiar**

**Provoca dependencia.**

**Genera Abuso**

**Perdida de Intimidad**

**Favorece dependencia**

### **TAMBIEN PROVOCA**

■ **Efectos físicos secundarios:**

1. Exposición a estimulación óptica,
2. Cansancio.

**POR**

1. Las radiaciones de la pantalla,
2. Iluminación inadecuada,
3. Una postura corporal inapropiada



### **CUALES SON LOS CRITERIOS PARA EL DIAGNÓSTICO DE DEPENDENCIA**

- 1. Tolerancia: cada vez se necesita MAS**
- 2. Abstinencia: malestar emocional cuando se interrumpe la actividad**
- 3. Se conectan con las tecnologías más de lo que se pretendía inicialmente**
- 4. Deseo de dejar pero no pueden**
- 5. Emplear excesivo tiempo en estas actividades**
- 6. Lo prefieren a interferir con actividades cotidianas**
- 7 Dejar de hacer otras actividades**
- 8 Utilizarlo a pesar de saber que los perjudica**

## Dependencia:



- Se ha observado que los propios niños perciben en sí mismos una dependencia de Internet del 60%.
- Es importante resaltar que este no es el resultado del estudio, si no la visión que los estudiantes tienen de sí mismos acerca de su dependencia con Internet.

- **Puede frenar el aprendizaje natural** de habilidades de socialización reales ,
- **Peligro de abusos** a los niños y niñas y contra la **intimidad de los adolescentes**,
- **Favorece el distanciamiento de los padres**, pueden ocultar fácilmente información a sus padres, y pierden el control mucho mas fácilmente,
- **El contenido de chats**, mensajes con contenido pornográfico, de muy fácil acceso y la reiteración de los mismos de contenido perverso puede provocar deformación en sus mentes.
- **Problemas emocionales**, de conducta, reducir la realización de otras actividades y facilitar el sedentarismo.

***POR TODO ESTO  
PODEMOS  
Y DEBEMOS***

- **Establecer los límites** en su utilización, base para usarlo prudentemente .
- **Para buscar soluciones** primero tenemos que tener una idea acabada del problema, por ello es necesario la VER a nuestros niños y para esto se aplican tres cuestionarios
- **Si existe el problema**, podemos advertirlo, prevenirlo y seguir los consejos que les daremos para evitar que el problema se establezca

# Por esto les mostramos los resultados respecto de **SUS HIJOS**

## RESULTADOS DEL COLEGIO

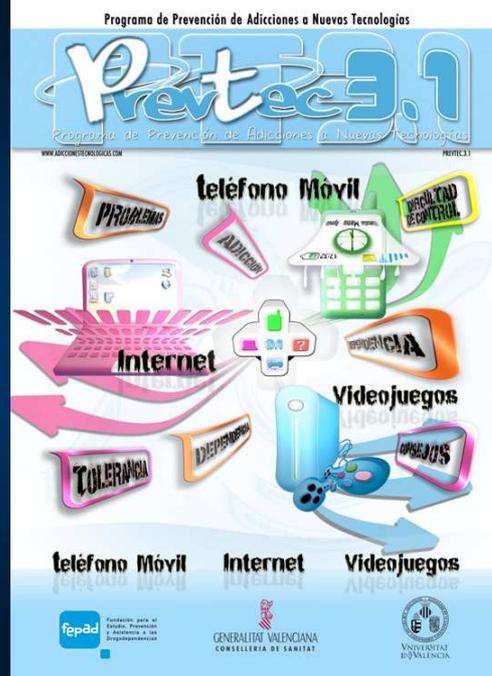
Descriptivos								
			N	Media	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
					Límite inferior	Límite superior		
1	Frecuencia_Codificado (días/semana)	Test	57	4,77	4,08	5,46	1	7
2	TiempoDiasEscolares_Codificado (minutos que dedican a Internet)	Test	57	105,79	85,49	126,09	30	210
3	TiempoFinSemana_Recodificado (minutos que dedican a Internet)	Test	57	139,47	122,42	156,53	30	210
4	AprobMat	Test	57	0,18	1,09	1,30	1	2
5	TiempoRed	Test	60	2,32	1,98	2,65	0	4
6	ConexDia	Test	60	2,28	1,93	2,64	0	4
7	CantAmig	Test	60	303,82	142,07	465,56	0	4500
8	CantFotos	Test	60	136,78	64,53	209,03	0	1900
9	CantVideos	Test	60	6,10	1,52	10,68	0	100
10	Dependencia	Test	60	63,33	54,45	72,21	0	100

## VARIABLES:

- . Tiempo en Internet
- . Tiempo en redes sociales
- . Frecuencia de uso entre semana de INTERNET y los fines de semana
- . Cantidad de materias desaprobadas, teniendo en cuenta el tiempo que los alumnos dedican a Internet y Redes mas que a estudiar
- . Cantidad de amigos virtuales
- . Fotos que ingresan
- . Videos que ingresan

### Programa PREVTEC 3.1

que ayuda a sus hijos a prevenir adicciones y a mejorar su relación con la tecnología y su FAMILIA





## Características de la adolescencia

- **Adolescencia desarrollo cerebral y comportamiento:**
- La adolescencia es un periodo crítico para el desarrollo humano, particularmente en lo que respecta a su desarrollo cerebral, en este aspecto diversos estudios han observado que durante esta fase del desarrollo se produce una
- **clara vulnerabilidad** para la adquisición de adicciones de tipo comporta mental (juego patológico, Internet, móviles)
- **Suceptibilidad especial a desarrollar adicciones a sustancias psicoactivas**( alcohol, tabaco, drogas).



- 
- **Esta inmadurez del cerebro es la responsable de que el consumo de drogas en niños y adolescentes provoque :**\
  - **Alteraciones orgánicas y funcionales más graves,**
  - **Se seducen mas fácil que los adultos en las conductas adictivas.**
  - **Son más hábiles en el manejo de las mismas,, encuentran más utilidad a las funciones y**
  - **Son más vulnerables a estas.**

- **Descubrimientos recientes destacan que el cerebro no termina su desarrollo hasta pasados los 24 años**
- **Los adolescentes en comparación con los adultos se caracterizan por los siguientes comportamientos y capacidades:**
  1. **Aprendizaje rápido,**
  2. **Sensación más extrema de placer,**
  3. **Excitación o recompensa,**
  4. **Sensación más extrema de frustración cuando las cosas no salen como esperan,**
  5. **Mayor capacidad de motivación,**
  6. **Menor capacidad de juicio,**
  7. **Menor capacidad de consideración de las consecuencias de sus actos.**



**A su vez, las actividades sobre las que muestran mayor preferencia son**

**Las relaciones sociales,**

**La sexualidad,**

**Actividades de alta excitación y bajo esfuerzo,**

**La novedad.**



**La inmadurez del cerebro del adolescente es responsable de la búsqueda.**

**Debemos procurar ser sus modelos positivos ya que**

**Si bien es cierto que los padres no son sus principales modelos, si nos pasamos el día en Internet o hablando por el teléfono celular o fijo, y les prestamos poca atención, de poco va a servir que le diga al joven que controle el uso de esas tecnologías.**



# COMO DETECTAMOS QUE ESTA EN RIESGO DE ABUSO?



Somos fundamentales

■ **IMPLICACIÓN/ACEPTACIÓN** : muestran afecto y cariño a sus hijos cuando se comportan adecuadamente y en caso de que su conducta no sea la correcta, tratan de dialogar y razonar con él acerca de lo poco adecuado de su comportamiento.

## DIMENSIONES



■ **COERCIÓN/IMPOSICIÓN**. suelen mostrar indiferencia ante las conductas adecuadas de sus hijos y cuando la conducta es inadecuada, no razonan con ellos ni les expresan sus opiniones o juicios; de modo que son padres muy poco implicados con sus hijos, tanto si su comportamiento es correcto como si no lo es.





# Parapreñito ES IMPORTANTE



- **Estar atento a si pasan demasiado tiempo aislados en su habitación Utilizando las tecnologías**
- ***Aislado***
- ***Con rendimiento escolar bajo***
- ***Cambios emocionales bruscos***
- ***Problemas de conducta***
- ***Se enfadan cuando se les reprende o restricción o prohibición de su uso. por usarlo en tiempo lugares inadecuados. cuando come, estudia.***





**Y  
D  
E  
B  
E  
R  
E  
S  
Y  
D  
E  
R  
E  
C  
H  
O  
S**



## **La Responsabilidad Parental ejercida eficazmente**

**DIGNIFICA A PADRES E HIJOS**

**"Es el conjunto de deberes y derechos de los padres respecto de sus hijos menores de edad para lograr su formación y protección integral"**

**Los padres tienen el deber de:**

- 1. EDUCAR**
- 2. CORREGIR CONDUCTAS PERJUDICIALES**

## Art. 24 Derecho a la salud mental y física

- A la EDUCACIÓN (art. 28)
- 
- A DESARROLLAR LA PERSONALIDAD *las aptitudes; la capacidad mental y física del niño hasta el máximo de sus posibilidades*

## Preámbulo de la CIDN

Convencidos de que la familia, como grupo fundamental de la sociedad y medio natural para el crecimiento y el bienestar de todos sus miembros, y en particular de los niños, debe recibir la protección y asistencia necesarias para poder asumir plenamente sus responsabilidades dentro de la comunidad,

Reconociendo que el niño, para el pleno y armonioso desarrollo de su personalidad, debe crecer en el seno de la familia, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión,

Considerando que el niño debe estar plenamente preparado para una vida independiente en sociedad y ser educado en el espíritu de los ideales proclamados en la Carta de las Naciones Unidas y, en particular, en un espíritu de paz, dignidad, tolerancia, libertad, igualdad y solidaridad,

- **PREPARAR AL NIÑO PARA ASUMIR UNA VIDA RESPONSABLE** en una sociedad libre, con espíritu de comprensión, paz, tolerancia, y amistad
- **TIENEN DERECHO A LA PROTECCIÓN Y ASISTENCIA ESPECIALES** de su Familia el Estado

Quando se encuentre en situación vulnerable

## Los niños y adolescentes

- Por estos medios /REDES/ transmiten su vida, sus penas y alegrías, sus momentos felices y tristes



## Como podemos lograr el respeto de los derechos mencionados??

- **Cambiando nuestra actitud**  
Cumpliendo con nuestros deberes y permitiendo que nos ayuden programas como el *PREVTEC3.1*  
Pensamos ....

## Reciben lo que sus padres deberían brindar de las TIC's

### YA QUE

- **Se Educan a partir de lo que ven y escuchan**
- **Es muy difícil para los padres de HOY PONER LIMITES A SUS ELECCIONES Y DECISIONES**

# ESTRATEGIAS

*Que podemos hacer?*

**COMUNICARNOS  
Y  
PROCURAR**

1. Mensajes claros, precisos y útiles.
2. Firmeza en lo dicho o pedido.
3. Congruencia entre padre y madre.
4. Utilización del diálogo y la negociación.
5. Ser positivo/a y recompensante.
6. Escucha activa y empática.
7. Expresar los sentimientos.
8. Exploración conjunta de alternativas.
9. Crear una atmósfera relajante y positiva.
10. Ser asertivo/a.
11. Ser honestos.
12. Escuchar y comprender los sentimientos de los otros.
13. Disculparse y admitir errores.



## Tener presente que....

- los adolescentes necesitan sus momentos y espacios de intimidad, pero igualmente se debe favorecer un ambiente dialogante y que genere efectos positivos.
- La comunicación afable y eficaz es esencial para solucionar problemas y un antídoto contra los mismos
- Mientras mas tarde se le de un teléfono celular (móvil), mejor,
- Es beneficioso optar por uno con tarjeta pre paga que con contrato,
- Ayuda que el adolescente se haga cargo de los gastos o al menos de parte de ellos,
- Poner reglas claras de **cómo utilizarlo**  
**cuándo utilizarlo,**
- Propiciar la utilización en lugares públicos del hogar
- Estar alertas a los problemas y actitudes de los niños, niñas y jóvenes.



## ■ PRACTICAR :

- **Conversar evitando discusiones que solo agravan el problema.**
- **Tomar el tiempo suficiente para informaciones educativas,**
- **Dar ejemplo en forma continuada**
- **Llegar a un acuerdo mutuo para solucionar el conflicto, negociar.**
- **Imponer disciplina para evitar castigos extremos,**

**Las respuestas al problema deben ser rápidas, justas, explicadas**

**Se deben favorecer conductas alternativas e incompatibles con la adicción y buscar ayuda externa a profesionales de la salud especializados en adicciones.**



**ES FUNDAMENTAL PARA EVITAR QUE LOS NIÑOS NIÑAS Y JOVENES ENCUENTREN EN LAS MAQUINAS QUE LOS PADRES LES BRINDEN**

**Seguridad,**

- **Cariño constante,**
- **Necesidades cubiertas,**
  - **Adecuada escucha de sus problemas,**
- **Valor sus aspectos positivos,**
- **Educándoles en sus deberes y derechos**
- **Con el ejemplo**

■ Primar los valores de carácter social, el desarrollo moral, instaurar un modelo de ética, utilizando el razonamiento la capacidad crítica y explicitar las consecuencias que la propia conducta tendrá para cada uno de ellos y su entorno .

- **Propiciar que se sienta responsable de los que le ocurra en su vida,**
- **Potenciar su autoestima**
- **Fomentar la voluntad, el esfuerzo, la búsqueda del conocimiento y el equilibrio y la ilusión por la vida**
- **Y hacerse responsables a través**

**ORIENTACIÓN**  **LIMITES**

**CUANDO ASUMEN CONDUCTAS QUE LOS PERJUDICAN**

Deben comunicarse y darse cuenta que tienen derecho a poner limites y el deber de hacerlo,

Tambien comunicarse motivarlos para el intercambio

Pedir que los inviten como amigos en las redes sociales



Para esto estamos aquí HOY esta tarde, para aprender como?

Y darnos cuenta que ES POSIBLE !!!



## ANEXO 7 NOTAS ENVIADAS A LAS ESCUELAS

Mendoza, 12 de diciembre de 2011.-

Al la Sra. Directora

Escuela secundaria Nuestra Señora de la Consolata

Doc. Ernestina Herrera de Noble

Presente

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración



MARÍA A. FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

Al la Sra. Directora

Escuela secundaria "María Auxiliadora"

Doc. Patricia Agüero

Presente

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración

MARIA A FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

Al la Sra. Directora

Escuela secundaria "María Auxiliadora"

Doc. Patricia Agüero

Presente

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración

MARIA A FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

Mendoza, 12 de diciembre de 2011.-

A la Sra. Directora

Escuela primaria "Doctor Julio Mayorga". 4-121

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración



MARÍA A. FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

Mendoza, 12 de diciembre de 2011.-

A la Sra. Directora  
Escuela secundaria "Enrique Mosconi"

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración



MARIA A. FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

Mendoza, 12 de diciembre de 2011.-

Al Sr. Director  
Escuela secundaria "Francisco Correas".  
Presente

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración



MARÍA A. FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

Mendoza, 12 de diciembre de 2011.-

Al Sr. Director  
Escuela secundaria "Francisco Correas".  
Presente

De mi consideración:

Mg. María A Fontemachi tiene el honor de dirigirse a Ud. en su carácter de responsable de la Maestría en Criminología de la Universidad del Aconcagua, a los fines de solicitar autorización para efectuar Los cuestionarios que se adjuntan a los alumnos de vuestro establecimiento para posibilitar programar una prevención en adicciones a los medios tecnológicos, de los niños, niñas y adolescentes en el marco de la investigación "Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos: Análisis de las variables implicadas e implementación del programa PrevTec 3."

Desde ya le agradecemos su colaboración



MARÍA A. FONTEMACHI  
Maestría en Criminología  
Universidad del Aconcagua

ANEXO 8 RESOLUCION DE LA DIRECCION GENERAL DE ESCUELAS OTORGANDO PUNTAJE AL CURSO SOBRE PREVENCION DE ADICCIONES A LAS TECNOLOGIAS



GOBIERNO DE MENDOZA  
Dirección General de Escuelas



18 NOV 2011

-2- RESOLUCIÓN N° 0243

Expediente N° 11849-U-11-02389

...///

Que la Comisión Evaluadora de Proyectos para el Desarrollo Profesional Docente ha emitido informes de evaluación favorables de la propuesta presentada, resultando APROBADO;

Por ello,

**EL SUBSECRETARIO DE PLANEAMIENTO DE LA CALIDAD EDUCATIVA RESUELVE:**

**Artículo 1ro.-** Apruébese el siguiente evento de divulgación científica, a los efectos de su reconocimiento y el otorgamiento de puntaje correspondiente:

- 1- Institución: 218.
- 2- Nombre: **Subsecretaría de Planeamiento de la Calidad Educativa.**
- 3- Proyecto:

N° de Identificación	Nombre del Evento	Profesionales a cargo del Evento	Duración (hs. reloj)	Puntaje asignado
5537	Prevención de Adicciones Tecnológicas en Niñez y Adolescencia (Internet, videojuegos, celular)*	FONTEMACHI, María Amanda.	15	0,0320 puntos

**EVALUACIÓN:**

- Se evaluará un trabajo consistente en la aplicación del programa de prevención en su medio. Dicho trabajo será autorizado y evaluado online. Los cursantes dispondrán de tres meses para llevarlo a cabo. Se entregará certificado sólo si el mismo resulta aprobado.

**MODALIDAD: PRESENCIAL.**

///...

