



**Nivel de Adicción a las Redes Sociales en los Estudiantes de los Grados de
Bachillerato en una Institución educativa de La Unión Valle**

Johan Alexis Valencia Tabarez

Código. 20251913931

Universidad Antonio Nariño

Facultad de Psicología

Roldanillo, Valle del Cauca

Noviembre 2023

Tabla de Contenido

Resumen.....	4
Introducción.....	6
Planteamiento del Problema.....	8
Justificación.....	13
Objetivo General.....	15
Objetivos específicos.....	15
Antecedentes.....	16
Antecedentes Internacionales.....	16
Antecedentes Nacionales.....	21
Marco de Conceptos.....	27
Marco Legal.....	30
Marco Contextual.....	31
Ubicación Geográfica de la Investigación.....	35
Marco Teórico.....	36
Metodología.....	60
Investigación Cuantitativa.....	60
Grupo y Línea de Investigación.....	62
Población y Muestra.....	63
Unidad de Trabajo.....	64
Aspectos Éticos.....	64

Instrumento.....	65
Análisis de Datos y Procesamiento de la Información.....	67
Caracterización Socio Demográfica.....	68
Presentación de Resultados.....	71
Discusión.....	83
Conclusiones.....	92
Recomendaciones.....	93
Referencias.....	95

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo estudiar el nivel de adicción a redes sociales en los Estudiantes de los Grados de Bachillerato en una Institución Educativa de La Unión Valle. El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal correlacional. El instrumento utilizado en la medición de las variables fue El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de (Echeburúa & de Corral, 2010) con el fin de conocer los factores relevantes en la adicción a RS y correlacionarlos y conocer el nivel de adicción de los estudiantes de la Institución Educativa. La muestra estuvo conformada por 40 estudiantes de ambos sexos y de los grados de bachillerato de la Institución, con edades entre 13 y 18 años. Los resultados analizados con el software Power Bi, demostraron una prevalencia en el nivel medio de adicción a redes sociales con un 60% de los estudiantes en este rango, mientras que el 35% de los encuestados mostraron tener un alto índice de adicción frente a un 5% de estudiantes de secundaria con bajo nivel de adicción a RS, resultados que se correlacionaron con una ficha sociodemográfica encontrando la importancia de la familia y el control en los estudiantes adolescentes.

The objective of this research is to study the level of addiction to social networks in the Students of the Baccalaureate Degrees of the Argemiro Escobar Cardona Educational Institution of La Unión Valle. The research design is non-

experimental, cross-sectional, correlational. The instrument used to measure the variables was the Social Network Addiction Questionnaire (ARS) by (Echeburúa & de Corral, 2010) in order to know the relevant factors in addiction to RS and correlate them and know the level of addiction. of the students of the Educational Institution. The sample was made up of 40 students of both sexes and from the Institution's high school degrees, aged between 13 and 18 years. The results analyzed with the Power Bi software showed a medium level prevalence of addiction to social networks with 60%, while 35% of those surveyed showed a high rate of addiction compared to 5% of high school students. With a low level of addiction to RS, results that were correlated with a sociodemographic sheet, finding the importance of family and control in adolescent students.

Palabras clave: redes sociales, adicción, adolescentes, procrastinación.

Introducción

Desde los años 90 que el mundo empezó a conocer el internet, el mundo ha sufrido cambios tecnológicos muy importantes, más que importantes, se puede decir trascendentales, cambios que se intensificaron en los últimos 20 años, provocando una intercomunicación de carácter global, conectividad que aumento aún más en esta época post pandemia, llevándonos a unirnos entre culturas, religiones, grupos sociales, económicos, entre otros.

Uno de estos grades adelantos en la conectividad por medio del internet se potencializo por medio de las redes sociales gracias a aplicaciones, como ; Facebook, Instagram, YouTube, Snapchat, X, Whatsapp, TikTok, Pinterest y otras redes sociales, que han permeado de gran manera al ser humano moderno y su cultura y dejaron de ser un medio de conectividad y pasaron hacer parte del día a día de millones de personas alrededor del mundo, llevando a millones de personal en todo el mundo una conexión permanente con los teléfonos móviles, esta influencia de las redes sociales en nuestros estilos de vida, nos ha llevado a cambiar de comportamientos, influyendo en todos los ámbitos de nuestra vida.

Las redes sociales, hoy, son el ocio de millones de personas, el medio de trabajo para otros o para algunos la mejor manera de publicitar lo que hacen, fabrican o venden, no obstante la vida de todos continua en medio de reuniones, trabajo, familia, y estudio, pero, las redes están hay cada vez ganando más espacio.

Lo que nos lleva a pensar que tan positivo o negativo son las redes sociales para nosotros, pues en los últimos años de pandemia y post pandemia, el tiempo de conexión con los dispositivos como los teléfonos aumento, por el necesario uso para la educación y redes sociales

y todo esto se ha tenido que compartir y en algunos casos las redes sociales tomando gran importancia en el día a día de todos, donde los adolescentes son el grupo con mayor exposición a las redes y el internet, todo por el contexto en que los pone su edad, alimentado por el hecho de que todos han nacido en un ambiente donde el internet está en todo lo que mueve al mundo moderno.

Este tiempo de exposición a las redes sociales en algunos casos se encuentra desmedido, ya que las quejas tanto de padres como de los educadores han crecido, pues se encuentran desbordados en cuanto al manejo del tiempo que entregan a las redes los jóvenes, dándose este fenómeno en gran parte del mundo, evidenciado por los diferentes estudios en los que preocupa el tema de la sospecha sobre adicción a las redes sociales.

Hoy es necesario conocer como los adolescentes ven las redes sociales y su relación con la misma, cuanto tiempo están en ellas, que los puede inducir a pasar más momentos en el mundo virtual, si practican algún deporte o si cuentan con teléfono propio o es facilitado por alguien cercano, además de saber qué cantidad de los estudiantes de bachiller en esta institución están relacionados con el tema de la RS, para así tener una visión más amplia de qué lugar ocupa las redes sociales en las vidas de los jóvenes.

La Unión Valle es un municipio que en su mayoría está conectado al servicio de internet, y las instituciones educativas también, para un uso adecuado de las herramientas pedagógicas, lo que no lo hace ajeno al fenómeno del mundo virtual y menos de las redes sociales, por antes mencionado, es importante conocer nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes de los grados de bachillerato en una Institución Educativa, en la Unión Valle del Cauca, Colombia.

Planteamiento del problema

En los registros históricos no existe un mundo interconectado como el de hoy, el hecho de poder hablar por teléfono mientras quien está al otro lado del móvil, es un hecho sin precedentes al menos en la historia conocida hasta hoy por la humanidad, hoy puedes conectarte con otra persona no importando el lugar donde este, pues el internet se convirtió en una autopista global donde los límites de la física no parecen ser un mayor obstáculo, logrando su mayor alcance mundial en los últimos 20 años, ya que el mundo ha sufrido cambios tecnológicos muy importantes que ha traído el internet a toda la sociedad, aunque desde los años 90 ya se había iniciado la expansión de una red mundial que llevara y trajere datos, realmente las últimas dos décadas han sido las mayores en cuanto a la expansión de una red que conecte al mundo por medio del internet, llevándonos a unirnos entre culturas, religiones, grupos sociales, entre otros.

Uno de estos grades adelantos que trajo el internet fue en la conectividad por medio de las redes sociales, como; Telegram, Facebook, Instagram, YouTube, Snapchat, Twiter (X) Whatsapp, TikTok, Pinterest y otras redes sociales que han permeado tanto al ser humano sin diferenciar en edad, sexo, raza y su cultura, que ascendieron de un simple medio de conectividad a ser parte del día a día de millones de personas alrededor del mundo, esta influencia de las redes sociales en nuestros estilos de vida, logrando una intervención en todos los terrenos de nuestra vida.

El internet y las redes sociales son una mezcla perfecta para los jóvenes, así lo dice (Echeburúa & de Corral, 2010) El atractivo de Internet para los jóvenes es que se caracteriza por la respuesta rápida, las recompensas inmediatas, la interactividad y las múltiples ventanas con diferentes actividades. El uso es positivo, siempre que no se dejen de lado el resto de las

Actividades propias de una vida normal (estudiar, hacer deporte, ir al cine, salir con los amigos o relacionarse con la familia).

Pero, es ahí, en la segunda parte del texto aportado por (Echeburúa & de Corral, 2010) donde nace la preocupación, ya que el uso de las redes sociales ha dejado de ser positivo en muchos casos, llegando a aumentar la procrastinación en actividades que deberían de ser más importantes que el mundo virtual, por dar un ejemplo; el dispositivo móvil de comunicación (teléfono móvil) toma el primer lugar en importancia para un estudiante, que se encuentra realizando una tarea para el colegio, pero la actividad académica no se terminó, por estar primero en las redes sociales, dando pie a la procrastinación académica.

Los números en cuanto al uso de redes sociales son alarmantes, por ejemplo para la revista (Portafolio, 2022) en el año 2021 había 2,117 millones de usuarios y para 2022 se registran 4,950 millones, superando con creces los usuarios del 2021, en el caso de Colombia la mayoría de personas entre 20 a 29 años pasan más tiempo en redes sociales con un registro de 3 horas y 46 minutos ubicando a Colombia como el cuarto país en el mundo.

La procrastinación inicialmente se entendía el concepto como un defecto, rasgo de carácter o incluso un acto pecaminoso o de manifestación de pereza perniciosa que en cualquier caso denotaba algo negativo, inmoral, inapropiado y hasta peligroso para la salud según (Sanchez, 2010) Pero esta dilatación de la actividad, se puede ver influenciada por algo, ese algo que puede generar más placer instantáneo, y llevando al sujeto a su diversión, lo que a la postre vendría a generar placer instantáneo. Allí podemos entender que aquellas tareas que son más susceptibles de ser postergadas son aquellas que no nos divierten.

Las actividades académicas toman un segundo lugar, perjudicando el nivel educativo y el rendimiento escolar de los adolescentes, de hecho el término “Procrastinacion académica” es ya analizado por diferentes investigadores, conceptualmente para (Vargas, 2017) : La procrastinación académica consiste en posponer el desempeño en las tareas académicas. Es un fenómeno multifacético, pues parece involucrar aspectos afectivos, cognitivos y conductuales.

En vista de que los usuarios de las redes sociales se ven proclives a pasar mucho tiempo en las redes sociales, debemos de ser conscientes que el uso excesivo de esto, puede desencadenar en comportamientos adictivos y mencionar este tema es solo acercarse a uno de los factores que se ven alterados por el excesivo uso de las redes sociales en el día a día.

El factor académico y una etapa de la vida marcada por una constante búsqueda de algo nuevo, lleva a pensar en los adolescentes como un grupo de la población proclive a esto, ya que es común que los estudiantes de bachillerato se encuentren en una etapa entre los 1 y 18 años, conocidos por su constante búsqueda de lo nuevo y de crear nuevas redes de amigos, esta etapa de la vida más las redes sociales hace que se vean sumergidos en un círculo vicioso.

Teniendo en cuenta que los adolescentes son proclives a las RS, sería razonable preguntarnos; ¿Esta procrastinacion académica, será reflejo de un uso excesivo de las redes sociales o de una adicción a ellas? Ya que las adicciones tienen como característica desplazar cualquier actividad ajena a esa por la cual se está adicto, procrastinando las actividades importantes por aquellas a las que la persona le generen placer, o se encuentre adicto.

La queja de los padres y alumnos por el uso excesivo de las redes sociales, se convirtió en una constante, y las cifras respaldan que los adolescentes y los jóvenes son los que más usan las

las redes sociales en sus teléfonos móviles, lo que hace que esta población llame la atención de manera especial.

Para Carbonell (Carbonell Sanchez, sf) los adolescentes tienen a experimentar con su identidad en internet, por ejemplo, hablando con extraños y observando sus respuestas. Esa constante curiosidad de un mundo nuevo para ellos, hace más provocativa las RSO, generando lasos muy fuerte entre los jóvenes y sus teléfonos inteligentes.

La adicción a las redes sociales es solo un factor de las diferentes áreas que puede alterar el teléfono móvil si no se le da un buen uso, pues por este mismo dispositivo, se accede a video juegos, entretenimiento, socialización, educación, apuestas, contenido sangriento (GORE) e incontables actividades donde el internet es el medio, llegando a ser una fuente inagotable de información desde todas las direcciones, y con pocos filtros.

En estas prácticas antes mencionadas, se han encontrados que el uso desmedido de cada uno de estos factores, puede desencadenar un cuadro de adicción, por ejemplo en las redes sociales y mencionando solo una red como lo es Facebook (Echeburúa & de Corral, 2010) Encontró que los estudiantes que usaban más Facebook tendían a puntuar más alto en el *Interne Adiction Test de Young*.

Por mencionar otro ejemplo, en el caso de los video juegos, según (Carbonell Sanchez, sf) en (APA, 2014) El *gambling* se incluye en el capítulo *substance-related and addictivedisorders* con el argumento de que las conductas de juego activan sistemas de recompensa similares a los que activan las drogas y producen algunos síntomas conductuales comparables a los producidos por sustancias.

Además, es conocido que las redes sociales están creadas con el mismo sistema de recompensas, generando estímulos positivos a quienes las usan, con el fin de enganchar a sus usuarios, apuntando al sistema dopaminérgico de las personas, haciendo que una conducta que trajo un estímulo positivo, sea repetido con el fin de recibir otra recompensa, dicho esto la palabra ADICCION aparece en la palestra, ya que hasta este punto se cree que millones de usuarios están llegando por el uso excesivo de las redes sociales.

Las instituciones educativas no escapan a esta realidad, la preocupación crece en medio de los padres, acudientes y maestros, pues han visto como el teléfono, el internet y las redes sociales han acaparado la atención de sus hijos o alumnos, relegando las actividades que son de mayor importancia por exigir de ellos más esfuerzo, esfuerzo que no exige las RSO.

Por esto, vemos que las Instituciones Educativas de nuestro municipio no son ajenas a esta realidad, lo que nos lleva a formularnos la siguiente pregunta:

¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes de los grados de bachillerato en una Institución Educativa de la Unión, Valle del Cauca?

Justificación

Conocer el nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes de los grados de bachillerato en una Institución Educativa, en La Unión Valle, es importante, pues en un mundo que cada vez más rápido, con diferentes cambios de manera globalizada, donde la política, la economía, la religión, la cultura y el entretenimiento se mueven por medio del internet y las redes sociales, y quienes más las usan son los jóvenes y en concreto los adolescentes, pues las RSO han invadido la mayoría de hogares del mundo.

Por ejemplo en Colombia según el diario El tiempo (LOPERA, 2023) dice que DataReportal recogió los datos de los recursos publicitarios de las diferentes plataformas y reveló que Facebook es la red social con mayor participación en el país, con un estimado de 33,50 millones de usuarios; seguido de YouTube, con 30,70 millones; en tercer lugar se encuentra TikTok, con 20,11 millones; y en cuarto Instagram con 17,75 millones.

Es decir que más de la mitad de los colombianos, tienen o han tenido una red social, y el porcentaje aumenta si se toma la población joven del país, ya que ellos crecieron en un mundo globalizado donde las redes sociales están en auge, el internet está en todo y el teléfono móvil llegó a la mayoría de la población sin diferenciar, en nivel económico, raza o sexo, lo que hace pertinente esta investigación pues aún no se tiene mucho conocimiento hasta dónde puede llegar la interacción con las redes, y de qué manera colateral estas influyen en los jóvenes.

Por esto se considera importante el abordaje de la influencia de las RSO en los estudiantes de un plantel educativo, pues es evidente dentro de los educadores y padres de familia, como crece la preocupación por la relación que existe entre las RSO y los adolescentes,

que en su mayoría se encuentran cursando su secundaria, por su evidente exposición a los medios masivos de interacción que brinda el internet, notándose la influencia tanto negativa como positiva en el comportamiento de los mismos, afectando las actividades académicas en los estudiantes.

Esto pone sobre la palestra pública el tema de la adicción a las redes sociales notando en algunos casos como estas redes pueden terminar modificando de alguna manera el comportamiento en ellos, lo que hace que este tema sea actual y necesario, proyectando un impacto a esta comunidad estudiantil, ya que se tendría un conocimiento claro acerca la situación de sus estudiantes con respecto a uso o abuso de RS en los mismos.

Objetivo General

Conocer que existe nivel de adicción a las redes sociales de los estudiantes de los grados de bachillerato de una Institución Educativa de la Unión Valle.

Objetivos específicos

- Describir las características sociodemográficas de los estudiantes de los grados de bachillerato de una institución educativa de la Unión Valle
- Identificar si existen factores de control personal y uso de redes sociales en los estudiantes de bachillerato en la institución educativa.
- Analizar la relación que existe entre las características sociodemográficas y si existe una correlación con el uso de las redes sociales.

Antecedentes

En este apartado se exponen diferentes investigaciones que aportan datos relevantes en cuanto a las redes sociales y la procrastinación en estudiantes, en diferentes etapas de sus estudios y en distintos países, además de darnos luces sobre el tema a nivel mundial, además se agregaran investigaciones realizadas a nivel nacional.

Nivel Internacional:

Iniciaremos con el aporte de Estrada Araoz et.al., (Estrada Araoz, 2020) quienes titularon su investigación “Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de Puerto Maldonado” enfocándose en que el funcionamiento familiar es un factor bastante importante que incide en el desarrollo biopsicosocial de cada uno de los integrantes de la familia y evita la aparición de conductas de riesgo, especialmente en los niños y adolescentes. El objetivo de la investigación fue determinar la relación que existe entre el funcionamiento familiar y la adicción a las redes sociales en estudiantes del cuarto y quinto grado de educación secundaria de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. El enfoque de investigación fue cuantitativo, el diseño no experimental y nivel relacional. La muestra se determinó mediante un muestreo probabilístico y fue conformada por 195 estudiantes a quienes se les aplicó dos instrumentos de recojo de datos: La Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales. Los resultados indican que existe una relación inversa y significativa entre el funcionamiento familiar y la adicción a las redes sociales ($r_s = -0,843$; $p = 0,000 < 0,05$). Se concluyó que inadecuados

niveles de funcionamiento familiar están relacionados con altos niveles de adicción a las redes sociales.

Otra investigación de carácter internacional es la realizada por Alcibar Moreira, et, al., (2021). El objetivo de este estudio fue determinar el impacto que tienen las redes sociales en la vida escolar de alumnos de sexto y séptimo grado de EGB de la Unidad Educativa "Ciudad de Pedernales". Los resultados obtenidos mostraron que los estudiantes se comunican en gran medida a través del internet, principalmente mediante redes sociales, sin embargo, esto no representa un distractor a considerar en el desarrollo de las actividades académicas.

Pasando a otro estudio internacional Mamani Aquino, et, al., (2019) esta investigación tuvo como objetivo estudiar la relación entre las variables, la adicción a redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de una institución educativa privada de Lima-Este. El diseño de la investigación es no experimental, de corte transversal y de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados en la medición de las variables fueron el Escala MEYVA para medir adicción a redes sociales y Escala de procrastinación Académica (EPA). La muestra estuvo conformada por 180 estudiantes del nivel secundario de ambos sexos. Los resultados evidenciaron que sí existe relación altamente significativa entre adicciones a redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .325^*$, $p < 0.01$). De manera similar ocurre con las dimensiones que contemplan la adicción a redes sociales (Saliencia, Tolerancia, Cambios de humor, Conflicto, Síndrome de abstinencia y recaída; $.274$, $.225$, $.288$, $.215$, $.274^* < .01$ y $.162^* < .05$; respectivamente). Por lo que se concluye que, a mayor presencia de comportamientos de adicción a las redes sociales, mayor será la tendencia a optar conductas procrastinadoras en el

ámbito académico. De similar comportamiento se observa las dimensiones de adición a redes sociales ante la procrastinación académica.

Otra investigación nos habla del Usos problemáticos de internet y depresión en adolescentes: meta-análisis, cuyos autores Lozano, et, al., (Universidad de Zaragoza) (2020) la titularon “El uso extendido de Internet en la sociedad del siglo XXI no está exento de riesgos.” El presente trabajo estudia la comorbilidad entre los usos problemáticos de Internet y la depresión con la finalidad de determinar la existencia de relación entre ambas. Para ello se ha llevado a cabo un meta-análisis, que cuenta con 19 muestras recogidas en 13 investigaciones ($n=33.748$), con adolescentes de entre 12 y 18 años ($\mu=15,68$) de diferentes culturas y continentes (Europa, Euro-Asia, América y Asia). El tamaño del efecto obtenido a partir de un modelo de efectos aleatorios ($r=0,3$, $p<0,000$) es significativo, positivo y moderado confirmando la existencia de relación entre usos patológicos de Internet y depresión. Por otra parte, la meta-regresión mostró que el 9% ($R^2=0,09$) de la varianza es explicada por el sexo masculino, mientras que la edad y la cultura no son variables significativas. La variabilidad de los estudios es elevada ($I^2=87,085\%$) siendo fruto de la heterogeneidad y no del sesgo de publicación, tal y como indicó la prueba de regresión de Egger ($p\text{-value 1 tailed}=0,25$; $p\text{-value 2 tailed}=0,50$ y $\sigma=1,57$). Se advierte la necesidad de comenzar a generar proyectos de intervención en Educación Secundaria que traten esta problemática con el objetivo de que no se extienda a la vida adulta.

Pasando por otro estudio internacional, el aporte realizado por López Tapre-frade et, al (2023) nos habla sobre; Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales, por ello se les denomina nativos digitales. Metodológicamente, se han obtenido datos mediante cuestionario auto administrado de 9 preguntas a una muestra de 192 centenials.

Los resultados muestran que la mayoría no es consciente de haber sufrido patologías derivadas de ellas considerando falso que impacten en su salud mental. Sin embargo, algunos casos refieren síntomas relacionados con el abuso de las redes sociales. La principal conclusión es que, los altos porcentajes recogidos muestran que la gran mayoría de los posmilénicos han experimentado en alguna ocasión ansiedad, depresión e insomnio. Las redes sociales impactan directamente en la salud. El estudio refleja que los jóvenes desconocen la terminología de las patologías como son el cibermareo, el síndrome de la llamada imaginaria, la nomofobia o la cibercondria.

El siguiente estudio realizado por Reyna Saaz, Ronald Iván, nos dice en su investigación titulada; Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste, Se observara el comportamiento de los alumnos de cuarto y quinto año de secundaria en una institución privada del distrito de Magdalena del Mar en Lima, Perú, en el año 2017, la población corresponde a 500 alumnos y la muestra a 108 alumnos de ambos sexos entre los 14 y 17 años de edad. Se les administró dos cuestionarios, el primero sobre uso de redes sociales y el segundo sobre adicción a redes sociales (ARS), ambos contruidos y validados por el Dr. Edwin Salas Blas y el Mg. Miguel Escurra Mayaute. En cuanto a la metodología, es un tipo de investigación básica con un nivel de profundidad descriptivo y de diseño no experimental transeccional. Los resultados son: existe un alto nivel de adicción a redes sociales en los alumnos de cuarto y quinto año de secundaria, lo que quiere decir que hay un alto nivel de obsesión por las redes sociales, sumado a esto, existe un alto nivel en falta de control personal para controlar las horas de conexión a redes sociales, por lo tanto, un uso excesivo de ellas. Los resultados

también arrojaron que la mayoría de los evaluados tiene acceso a las redes sociales desde el ordenador de sus casas y también por los teléfonos móviles.

Para (Milla Gargate, 2019) que realizó una investigación titulada: Impulsividad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio estatal del distrito de Puente Piedra, 2019 que tuvo como objetivo principal el determinar la relación entre la impulsividad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio estatal del distrito de Puente Piedra, 2019, nos dice que por medio de la investigación que tuvo un diseño no experimental de corte transversal de tipo descriptivo correlacional, con una muestra de 320 estudiantes de ambos sexos de un colegio estatal del distrito de Puente Piedra. En torno a los instrumentos empleados para la recolección de datos fue la Escala de Impulsividad de Barratt (1993) y el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (2014). Se obtuvo como resultado una correlación de $Rho=.428^{**}$, con una significancia de $p=.000$ ($sig.>.05$) entre la impulsividad y la adicción a las redes sociales, en otras palabras, la impulsividad y la adicción a las redes sociales es directamente proporcional.

Además de los anteriores estudios, encontramos a (Silva Saldaña, 2020) quien en dicho estudio Silva tenía como objetivo, determinar la asociación entre funcionalidad familiar, nivel de autoestima y adicción por redes sociales en adolescentes de cuarto y quinto año de educación secundaria de la Institución Educativa San Ramón - La Recoleta - Cajamarca en el año 2019. Material y métodos. El estudio fue descriptivo, correlacional y de corte transversal. La población estuvo conformada por 225 estudiantes de 4to y 5to año de secundaria con edades entre los 14 y 18 años. La recolección de datos se realizó a través de un cuestionario conformado por datos generales, relacionados al uso de redes sociales, adicional a ello, se hizo uso del test de APGAR

familiar para evaluar la funcionalidad familiar, Test de Rosomberg para evaluar el autoestima y Test de Adicción a Redes Sociales, los mismos que permitieron recabar información de vital importancia para el estudio. Resultados. Con respecto a funcionalidad familiar el 68,9% de adolescentes presentaron disfunción familiar que va desde disfunción leve hasta una severa. En cuanto a la autoestima el 63,6% poseen una autoestima media, seguido de una autoestima baja con un 24,8%. En relación a la adicción por redes sociales el 53.8% de adolescentes, presentó problemas de adicción que va desde una adicción moderada a una adicción severa. Conclusión. Existe asociación significativa entre funcionalidad familiar, nivel de autoestima y adicción a redes sociales, según lo determina el coeficiente de correlación ($p \leq 0.05$), ($p \leq 0.025$) respectivamente.

Investigaciones a Nivel Nacional.

En este apartado se presentarán investigaciones nacionales que amplían la otra visión sobre el tema de redes sociales y adicción a las mismas en Instituciones educativas.

Para iniciar con los aportes nacionales, la autora Tangarife Arias, Heidy Viviana (2021) Niveles de depresión en estudiantes de Psicología de la Universidad Católica de Pereira y su relación con el Uso problemático de las Redes Sociales, en el que indica, que las redes sociales se han convertido en una herramienta de interacción social frecuente entre los adolescentes, trayendo múltiples beneficios a sus usuarios pero también una serie de riesgos que comprometen la salud mental, como la presencia de la depresión y sus implicaciones para quienes tienen un contacto frecuente al punto de la presencia de una posible adicción. El objetivo de esta investigación es identificar la relación existente entre la depresión y la adicción a las redes

sociales en 80 estudiantes de psicología de la Universidad Católica de Pereira, mediante metodología cuantitativa descriptiva. Se utilizaron tres instrumentos de recolección de información: un cuestionario ad-hoc, el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Inventario de Depresión De Beck (BDI-2). Los resultados muestran que el 56% de los participantes consideró que su tiempo empleado en redes sociales sólo es excesivo en algunas ocasiones, del mismo modo, el 60, 2% de los participantes de esta investigación no tenían adicción a las redes sociales y el 17% un nivel severo. El 59% presentó un nivel de depresión mínima, el 18% una depresión leve, el 14% depresión moderada y el 9% una depresión grave. Del mismo modo, se identificó que existió una correlación positiva entre el uso excesivo de las redes sociales y los niveles de depresión, que indica que ante la presencia de síntomas depresivos, mayor riesgo de adicción.

En el Departamento de Antioquia Duque Torres, Leidy Milena (Torres, 2018) afronto el tema titulándolo prevalencia de esquemas mal adaptativos tempranos en la adicción a redes sociales virtuales, donde en la presente investigación tenía como objetivo identificar la prevalencia de los esquemas maladaptativos tempranos en relación a los factores de adicción a redes sociales virtuales, en estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa Diego Echavarría Misas de la ciudad de Medellín.- Colombia; teniendo como muestra a 126 estudiantes entre 14 y 17 años de edad. Es un estudio de diseño cuantitativo, descriptivo no experimental de corte transversal/transeccional. Para realizar la descripción de las variables de estudio se aplicó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), construido y validado por Ecurra y Sales (2014), para dar lugar a la aplicación del cuestionario de Young Schema Questionnaire long form - second edition (YSQ - L2), este es validado para Colombia por Castrillón, Chaves, Ferrer,

Londoño, Maestre, Marín, Schnitter (2005). Respecto a los resultados se identificó que la red social que utilizan los adolescentes con mayor frecuencia es el WhatsApp, además el factor más significativo de adicción a redes sociales con respecto a la media es el Uso excesivo de las redes; por otro lado se halló que los esquemas maladaptativos tempranos con altos niveles son Abandono, Desconfianza/abuso, Auto sacrificio e Insuficiente autocontrol/autodisciplina, concluyendo que estos tienen prevalencia en los factores de adicción a redes sociales virtuales.

Otro aporte de tipo nacional realizada por los autores Úsuga Echeverri, et. al., (Echeverri, 2021) con el tema “Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado” identificándose un nivel medio de riesgo de adicción en la muestra del estudio M 2,5 (Dt 0,6), mostrando la diferencia estadísticamente significativa en síntomas de adicción ($p=0,001$), uso social ($p=0,044$) y nomofobia ($p=0,002$) a favor del género femenino, y en rasgos frikis ($p=0,001$) a favor del género masculino. Los puntajes entre M 1,4 (Dt 0,2) y M 2,0 (Dt 0,8) indicaron un nivel bajo en las habilidades para la vida, con una diferencia significativa estadísticamente en todas las diez dimensiones constitutivas a favor del género femenino. Las habilidades socioemocionales mostraron la diferencia estadísticamente significativa en autoestima ($p=0,002$), autoeficacia ($p=0,000$), satisfacción vital ($p=0,001$) y la tolerancia a la frustración ($p=0,001$) a favor del género masculino. La resiliencia ($p=0,019$) y las habilidades sociales ($p=0,015$) fueron significativamente mayores en mujeres. Se identificaron las correlaciones negativas entre las variables: Total de riesgo de adicción con las habilidades para la vida ($r=-0,475/p=0,009$); rasgos frikis con empatía ($r=-0,140/p=0,037$), manejo de emociones ($r=-0,159/p=0,018$), resiliencia ($r=-0,245/p=0,000$) y autoeficacia ($r=-0,238/p=0,000$);

nomofobia con autoeficacia ($r=-0,163/p=0,015$) y tolerancia a la frustración ($r=-0,223/p=0,001$); síntomas de adicción con satisfacción vital ($r=-0,119/p=0,008$) y tolerancia a la frustración ($r=-0,357/p=0,000$); uso social de redes con el manejo de tensiones y estrés ($r=-0,169/p=0,012$). Igualmente, se identificaron correlaciones positivas entre el uso de redes sociales y varias dimensiones constituyentes de las habilidades sociales.

En jóvenes universitarios también se ha indagado sobre el tema, los autores Ardila Novoa et, al., (Ardila Novas, 2022) presentan su trabajo que comprende de un proyecto de investigación, su objetivo principal fue analizar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio. Se desarrolló bajo la metodología de enfoque cuantitativo y tipo descriptivo. Se trabajó con 4237 estudiantes pertenecientes a todos los programas de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio cabe resaltar que la muestra está comprendida por 106 estudiantes. El tipo de muestreo fue no probabilístico, en este caso se escogieron los estudiantes que estaban en la edad de los 16 a los 17 años. Las muestras no probabilísticas, supone un procedimiento de selección informal, se hace inferencias sobre la población (Hernández et al., 2010). Para recolectar los datos se aplicó el cuestionario de adicción a las redes sociales creado por Ecurra & Salas (2014), el cual contiene 30 preguntas tipo Likert donde 6 son de tipo sociodemográfico y las otras 24 preguntas miden el nivel de adicción que se presenta en los sujetos. Una vez recolectada la información, se empleó el Microsoft Excel, donde se desglosó los resultados para así lograr un análisis más claro sobre si hay o no adicción en los estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia.

Los autores Galvis Cabrera, et, al., (Galvis Cabrera, 2019) con el aporte “Análisis de la relación entre el uso de redes sociales virtuales, la ansiedad social y la adicción al Internet con la presencia de tecnoestrés” El tecnoestrés es considerado como el estrés producido debido al uso de sistemas de información que incluye condiciones ambientales donde la tecnología tiene presencia predominante y sus demandas se consideran estresantes (Tarafdar, Cooper y Stich, 2019). Este fenómeno es considerado un riesgo psicosocial por muchos autores como Maier, Laumer, Eckhardt & Weitzel (2014) y Salanova, Llorens, Cifre y Nogareda (2007). Por ello, se realizó una investigación correlacional para conocer la posible relación entre estas variables. Participaron 200 adultos jóvenes, entre 18 y 35 años. Todos ellos viven en Bogotá, Colombia. Los resultados mostraron que existe una correlación baja pero significativa entre el tecnoestrés, la adicción a Internet y la ansiedad social, mientras que no existe una correlación significativa entre la frecuencia de uso y tecnoestrés. Se discutieron los resultados y sus implicaciones del uso de las TICs en adultos jóvenes.

Otra investigación realizada a nivel nacional por el autor Ruiz Alquichire, Mack Jonathan 2016, con el tema “Impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes de la ciudad de Cúcuta, Colombia.” Donde se dio como objetivo en la investigación referida al tema del impacto de las redes sociales en la población joven. El estudio es una investigación descriptiva con un enfoque mixto, pues se combinaron métodos tanto cuantitativos como la encuesta y métodos cualitativos como la observación y la entrevista semiestructurada, y asimismo se articularon los métodos con el análisis documental, para al final realizar la respectiva triangulación de la información recabada y su discusión, todo esto con el fin de darle mayor entendimiento al tema estudiado y así lograr hallazgos con sus respectivas conclusiones.

Los autores Cárdenas Larenas et, al., (Cardona Larenas, 2014) realizaron una investigación titulada “Adicción a los video juegos en alumnos de 9° y 11° de los colegios públicos y privados de la ciudad de Tuluá” con el objetivo de comprender el modernismo y los grandes avances tecnológicos, aunque la investigación sobre el rendimiento escolar se asocia frecuentemente a la internet, al deporte o a otros hábitos juveniles poco se han asociado el rendimiento del estudiante que tiene como pasatiempo o que es adicto a los videojuegos. Esto nos ha generado un creciente interés por ahondar en el estudio de dicho fenómeno sobre todo en la población estudiantil de Tuluá.

Con esta búsqueda de antecedentes o estado del art, donde se han citado múltiples investigaciones que cuentan con pilares relacionados con la investigación presente, frente a los temas de adicción a redes sociales en adolescentes y jóvenes de colegios y universidades, hace que esta investigación sea pertinente y de gran utilidad, para la población, padres, profesores y hasta los mismos adolescentes, al poder evidenciar si existe o no, una sana o perjudicial relación entre redes sociales y estudiantes de secundaria de una institución pública de la Unión Valle, agregando aún más valor a la investigación el hecho de que los antecedentes locales en este ámbito resaltan por su ausencia.

Marco de Conceptos

Para este apartado en el marco de esta investigación, la definición de conceptos surge para la contextualización de la labor investigativa, nos servirá para guiarnos por un mismo camino de conceptos necesarios para ir en un mismo sentido con el fin de conocer el nivel de adicción en los estudiantes del bachillerato, de la Institución educativa Argemiro Escobar Cardona.

Las redes sociales surgieron por la necesidad de conectar personas que de alguna manera tenían algo en común, por ejemplo, Mark Zuckerberg Allí puso en marcha Facemash, el antecesor de Facebook, lo que era en ese momento un directorio de estudiantes de la Universidad Harvard, en la que se podían calificar las fotos que más gustaban de los demás estudiantes. Esto escalo de una manera asombrosa, hoy en día existen muchas redes sociales, y compartiremos que opinan algunos teóricos al respecto:

Adolescencia: Según la Organización Mundial de la Salud, “la adolescencia es el periodo comprendido entre 10 y 19 años, es una etapa compleja de la vida, marca la transición de la infancia al estado adulto, con ella se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales. Se clasifica en primera adolescencia, precoz o temprana de 10 a 14 años y la segunda o tardía que comprende entre 15 y 19 años de edad” (OMS Organizacion mundial de la salud, sf)

Redes Sociales: Para (Lozares Colina, 1996), “las redes sociales son un conjunto delimitado de autores-individuos, grupos, organizaciones, comunidades, sociedades globales,

entre otros, que se conectan a partir de intereses y valores comunes por medio de estructuras formadas en internet.”

Mientras que Celaya (Celaya, 2008) dice que “Las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos”

Adicción: Según (OMS Organización mundial de la salud, sf) La adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es adicta aquella persona que, aun sabiendo que el consumo de sustancias o la realización de conductas adictivas están causando problemas en su vida, es incapaz de dejar de consumirlas o de realizarlas.

La Adicción a Redes Sociales: Según (Andreassen & Pallesen, 2014; Escurra & Salas-Blas, 2014; Granados et al., 2020); “se considera como una excesiva preocupación e impulsos incontrolables por acceder y permanecer en las redes sociales, un aislamiento de su entorno habitual y ciertos trastornos de tipo cognitivo y emocional. La personalidad, la autoestima, la vulnerabilidad psicológica, la ansiedad, el estrés serían algunos factores de riesgo para desarrollar una adicción a nuevas tecnologías en adolescentes”

Procrastinación: La procrastinación es la acción o hábito de retrasar actividades o situaciones que deben atenderse, sustituyéndolas por otras situaciones más irrelevantes o agradables. Atendiendo a esta definición, podemos entender que aquellas tareas que son más susceptibles de ser postergadas son aquellas que no nos divierten.

Procrastinación Académica: Según (Vargas, 2017) “consiste en posponer el desempeño en las tareas académicas. Es un fenómeno multifacético, pues parece involucrar aspectos afectivos, cognitivos y conductuales”

Por su parte, (Murakami, 1986)Rothblum, Solomon, y Murakami (1986) creen que la procrastinación académica es un retraso irracional o aplazamiento de las tareas académicas, hasta experimentar una ansiedad considerable.

Marco Legal

Los aspectos éticos de la investigación humana consideran las siguientes cláusulas: en toda investigación que se utilice a los seres humanos como objeto de investigación, deben prevalecer estándares que respeten su dignidad y protejan sus derechos. La investigación en humanos debe realizarse de acuerdo con los siguientes estándares: Se ajustará de acuerdo a principios científicos y éticos que justifican su racionalidad, con base en experimentos previos en animales, laboratorios u otros hechos científicos, y sólo se realizará si no pasa ningún otro medio adecuado. Sólo procederá cuando se adquiera el conocimiento que se pretende generar. La seguridad de los beneficiarios debe prevalecer y en todo momento expresar claramente el riesgo (mínimo) que no deben correr. (Vidal)

Marco Contextual

Retomando el concepto según Celaya (Celaya, 2008) dice que “Las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos”, donde se presenta la red social como un lugar en internet, podemos agregar que ese lugar virtual es visitado diariamente por millones de personas a nivel, que espontáneamente se unen a un mismo sitio, donde comparten sus gustos o temas en común, rompiendo las fronteras físicas puestas por los países.

En el mundo se cree que alrededor de 4.000 millones de personas usan redes sociales, esto sin contar a China que es casi el 20% de la población mundial, país donde no entran las redes sociales conocidas en el resto del mundo, pues tiene sus propias redes sociales de acuerdo a las políticas internas. Sin embargo, Según (LOPERA, 2023) En el segmento específico de las redes sociales, se observó que “Facebook es la plataforma con más usuarios activos mensuales para el inicio de 2023, con 2.958 millones; seguido de YouTube, con 2.514 millones; WhatsApp e Instagram igualados, con 2.000 millones; WeChat, con 1.309 millones; y TikTok con 1.051”.

Según cifras de Clout, la Central de Medios de Influencia de Latinoamérica, la edad media de inicio de las personas en el mundo de Internet es a los 7 años. Además, como indica en su informe (Iab.Colombia, 2022) que de acuerdo a un reciente estudio de la organización Corpa Market Intelligence y Kaspersky, en promedio un 40% de los menores de 14 años en Latinoamérica utiliza redes sociales sin supervisión de adultos, pudiendo acceder a contenido de violencia, sexo, drogas, y alcohol. El mismo estudio indica que tan solo el 9% de los padres de

familia en Colombia toma medidas preventivas para controlar el uso de las redes sociales en sus hijos.

Además, se entiende que las personas en promedio pasan 2 horas y 27 minutos al día en las redes sociales. Por ende Colombia tampoco escapa a esta realidad, pues como afirma el diario El tiempo, por medio de periodista Juan David Lopera (LOPERA, 2023) informo que “DataReportal recogió los datos de los recursos publicitarios de las diferentes plataformas y reveló que Facebook es la red social con mayor participación en el país, con un estimado de 33,50 millones de usuarios; seguido de YouTube, con 30,70 millones; en tercer lugar se encuentra TikTok, con 20,11 millones; y en cuarto Instagram con 17,75 millones.”

Así mismo, debemos de agregar a WhatsApp, que funciona como una red de mensajería instantánea, en la que la modalidad de chat, envuelve a los usuarios, red en la que millones de personas ocupan su tiempo, para trabajo, ocio, relaciones personales o como fuente informativa y actualidad, por esto vemos importante incluir los datos de esta aplicación en Colombia, ya que según Movistar que mediante un estudio llamado ‘La Importancia de las Conexiones Humanas’ encontró que 8 de cada 10 colombianos usa la aplicación para comunicarse.

Las redes sociales más usadas en Colombia son: Facebook y YouTube que son las dos redes sociales más utilizadas en nuestro país, además, En el tercer puesto se encuentra TikTok, con más de 20 millones de usuarios en toda Colombia, esta última, es la que tiene su mayor auge en los jóvenes.

El Internet: En 1958 en los EEUU fundaron la Advanced Researchs Projects Agency conocido por sus siglas (ARPA) creado por del Ministerio de Defensa. El ARPA se centró en

crear comunicaciones directas entre ordenadores para poder comunicar las diferentes bases de investigación, cuatro años más tarde, 9 años más tarde los resultados salieron a flote pues ya se había hecho suficiente trabajo para que el ARPA publicara un plan para crear una red de ordenadores denominada ARPANET, La red creció y en 1971 ARPANET tenía 23 puntos conectados, hasta que en 1982, paso a llamarse INTERNET (retroinformatica, s.f.)

Por mucho tiempo, se usaba solo de manera privada, para el gobierno estadounidense, pero a principios de los 80 se comenzaron a desarrollar los ordenadores de forma exponencial, esto fue veloz que se temía que las redes se bloquearan debido al gran número de usuarios y de información transmitida, y en 1991 fue presentada al público y en 1992 ya existían 50 páginas de internet, y el mundo empezó a conocer cada día más de una red en la que se podía conectar no importando el lugar. (retroinformatica, s.f.)

Según (Cultura científica, 2020) En 1995 vio la luz la página web SixDegrees. SixDegrees es considerada la primera red social, Esta red permitía poner en contacto a amigas y amigos, agrupándolos según el grado de relación que tuvieran, para que interactuaran a través del envío de mensajes. SixDegrees estaba basada en la teoría de los seis grados de separación del psicólogo Stanley Milgram. Años más tarde empezaron a surgir página que mejoraban esta idea inicial, aunque de manera independiente, hasta que en febrero del 2004 vio la luz Facebook creada por los estudiantes de Harbard, Mark Zuckerberg, Eduardo Saverin, Andrew MacCollum, Dustin Moskovitz y Chris Hughes, red social que 19 años después sigue siendo la más popular del mundo, aportando a la llamada globalización.

La Globalización: La "globalización se refiere a la creciente integración de las economías de todo el mundo, especialmente a través del comercio y los flujos financieros. En algunos casos este término hace alusión al desplazamiento de personas (mano de obra) y la transferencia de conocimientos (tecnología) a través de las fronteras internacionales. La globalización abarca además aspectos culturales, políticos y ambientales más amplios que no se analizan en esta nota." (Fondo monetario internacional, 2005)

En un mundo globalizado donde el internet ha integrado en varios aspectos al mundo llegando a todo lugar que se considere civilizado, por medio de cables submarinos o satelital cubriendo el mundo conocido, debemos de saber que todo ha cambiado en cuanto a lo que el mundo conocía por conectividad, en ese contexto las redes sociales se volvieron el mayor medio de difusión de la información a nivel mundial, por las redes sociales se mueven las relación interpersonales, los negocios, la economía, el ocio, las costumbres, la religión, los intercambios culturales, y podemos decir que las redes sociales cada día se consolidan como un medio indispensable para el desarrollo de la humanidad, que hasta ahora no sabemos si es una ventaja o llegara a ser una amenaza.

Ubicación Geográfica de la Investigación

El tema de la redes sociales es un tema mundial, de hecho la influencia de las redes sociales ha empezado a hacer cambios en la sociedad, en cualquier rango de edad, y en cualquier cultura, además cualquier persona que de alguna manera sienta encajar en la sociedad debe enfrentarse a la educación, por ende el tema del rendimiento académico salta en este tema, ya que la población adolescente en su mayoría están cursando la secundaria, por esto nace el interrogante de si las redes sociales han intervenido en los estudiantes de una manera que pueda llegar a generar adicción por ende afectando en el desempeño académico de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Argemiro Escobar Cardona de la Unión Valle del Cauca, ubicada en el sur occidente de Colombia, cuyo municipio cuenta con cerca de 40.000 habitantes, encontrándose allí una población adolescencia y está en la transición a la juventud, este grupo de la sociedad son los más expuestos a las redes sociales, y por ende son los que se ven más afectados positiva o negativamente en este ámbito.

Marco Teórico

Con la finalidad de abordar la conceptualización a partir del objetivo de investigación, el marco teórico se encuentra dirigido a abordar los temas pertinentes y necesarios que darán sustento a la misma.

¿Qué son las redes sociales?; Las redes sociales son plataformas digitales formadas por comunidades de individuos con intereses, actividades o relaciones en común (como amistad, parentesco, trabajo). Las redes sociales permiten el contacto entre personas y funcionan como un medio para comunicarse e intercambiar información. Los individuos no necesariamente se tienen que conocer antes de entrar en contacto a través de una red social, sino que pueden hacerlo a través de ella y ese es uno de los mayores beneficios de las comunidades virtuales. (Etecé,2016)

Tipos de Redes Sociales: Según (Santander Universidades, 2023) existen 7 Tipos de redes sociales,

Redes Sociales Horizontales: Las redes sociales horizontales son las que se dirigen a cualquier público y no tienen un uso específico como, por ejemplo; Facebook o Instagram. Cada usuario decide cómo quiere utilizarlas dentro de las normas y políticas específicas de la comunidad, eligiendo qué tipo de contenido y qué temas son de su interés. Este tipo de redes sociales abarca también un gran número de funcionalidades: mensajería instantánea, contenido multimedia, grupos, juegos. Esto permite que los usuarios puedan utilizar las redes sociales horizontales de muchas maneras, aunque suelen centrarse en la interacción social a través de contenidos generados por los mismos usuarios.

Redes Sociales Verticales: Las redes sociales verticales se centran en una temática o nicho específico. A pesar de que se pueden intercambiar ideas y contenido de diferentes temáticas, todas se engloban en una general, son plataformas que buscan crear conexiones con personas que tienen intereses similares o en común. Algunos ejemplos son SoundCloud (red social de música) o Foursquare (de ocio geo localizado).

Redes Sociales Verticales Mixtas: Las redes sociales verticales mixtas combinan propiedades de las horizontales y de las verticales. Estas permiten desarrollar actividades tanto personales como profesionales. Un ejemplo de red social vertical mixta es Twitter.

Redes Sociales Profesionales: Otro tipo de redes sociales son las profesionales. Estas giran en torno al mundo laboral y suelen emplearse para buscar trabajo, hacer networking, captar clientes y compartir contenido de corte profesional. La red social profesional más popular es LinkedIn, aunque existen otras como Xing o About.me.

Redes Sociales de Ocio: Redes sociales como Twitch, centradas en el entretenimiento. Se trata de comunidades que permiten a los creadores de contenido y usuarios divertirse de diferentes formas, sobre todo en torno a videojuegos, deporte, humor o música.

Redes o Contenido Compartido: Las redes sociales de contenido compartido permiten a los usuarios crear, compartir y consumir contenido multimedia, el principal objetivo es que los usuarios generen su propio contenido, aunque estos también pueden interactuar a través de los espacios de comentarios que tienen dichos contenidos. YouTube es la plataforma por excelencia de esta categoría.

Redes Blogging y Microblogging: Aunque los blogs existen desde los inicios de internet, también pueden ser considerados una especie de red social. Por ejemplo, Blogger es una red de blogs de Google donde los usuarios pueden crear sus propias entradas e interactuar con sus seguidores y otros blogueros.

De acuerdo a (Lozares Colina, 1996), “las redes sociales son un conjunto delimitado de autores-individuos, grupos, organizaciones, comunidades, sociedades globales, entre otros, que se conectan a partir de intereses y valores comunes por medio de estructuras formadas en internet.”

La Adolescencia: La adolescencia es una etapa en la que la palabra cambio está en cada rincón de la mente y cuerpo de una persona, su entorno, sus vivencia, su crianza y su carácter tomaran parte en cada cosa que pasa en su desarrollo, en una etapa donde cada día la independencia está más cerca, y se deberá de aprender a tomar decisiones autónomas y trascendentales, no obstante, el adolescente de hoy en día, vive en un mundo nuevo, no solo para ellos sino para todos, un mundo virtual donde los límites son pocos y donde es poco lo que está oculto, en ese contexto crece el adolescente hoy.

La palabra adolescencia deriva del latín *Adolescens* “joven” y *Adolescere* “crecer”. El antes niño esta es una etapa de transición, para pasar a su vida de adulto, el inicio de esta etapa es marcado por la pubertad. “La pubertad es un término empleado para identificar los cambios somáticos dados por la aceleración del crecimiento y desarrollo, ¡aparición de la maduración sexual y de los caracteres sexuales secundarios! no es un proceso exclusivamente biológico, sino que está interrelacionado con factores psicológicos y sociales”. (Pineda Pérez Susana, sf)

Uno de los primeros en definir la adolescencia fue Jean-Jacques Rousseau, en su libro Emilio lo describe como un segundo nacimiento; “Nacemos, por así decirlo, en dos veces: una para existir y la otra para vivir. Una para la especie, y la otra, para el sexo.” (Dolfo, 1991)

Para la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el periodo comprendido entre 10 y 19 años, es una etapa compleja de la vida, marca la transición de la infancia al estado adulto, con ella se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales. Se clasifica en primera adolescencia, precoz o temprana de 10 a 14 años y la segunda o tardía que comprende entre 15 y 19 años de edad (OMS Organización mundial de la salud, sf)

“Características de la adolescencia temprana: Esta etapa se caracteriza por el crecimiento y desarrollo somático acelerado, inicio de los cambios puberales y de los caracteres sexuales secundarios además de una preocupación por los cambios físicos, torpeza motora, marcada curiosidad sexual, búsqueda de autonomía e independencia, por lo que los conflictos con la familia, maestros u otros adultos son más marcados. Es también frecuente el inicio de cambios bruscos en su conducta y emotividad”. (OMS Organización mundial de la salud, sf)

Características de la adolescencia tardía, en esta fase se ha culminado gran parte del crecimiento y desarrollo, el adolescente va a tener que tomar decisiones importantes en su perfil educacional y ocupacional. Se ha alcanzado un mayor control de los impulsos y maduración de la identidad, inclusive en su vida sexual, por lo que está muy cerca de ser un adulto joven.

De la adolescencia, damos un paso a la juventud que según (OMS Organización mundial de la salud, sf) “comprende el periodo entre 15 y 24 años de edad, es una categoría sociológica

que coincide con la etapa post-puberal de la adolescencia, ligada a los procesos de interacción social, de definición de identidad y a la toma de responsabilidad, es por ello que la condición de juventud no es uniforme, varía de acuerdo al grupo social que se considere.”

Para la OMS (OMS Organización mundial de la salud, sf) estas son las características generales de la adolescencia.

Crecimiento corporal dado por aumento de peso, estatura y cambios de la forma y dimensiones corporales. Al momento de mayor aceleración del crecimiento en esta etapa, se le denomina estirón puberal.

Se produce un aumento de la masa muscular y de la fuerza muscular, más marcado en el varón, acompañado de un aumento en la capacidad de transportación de oxígeno, incremento de los mecanismos amortiguadores de la sangre, que permiten neutralizar de manera más eficiente los productos químicos derivados de la actividad muscular, también se produce un incremento y maduración de los pulmones y el corazón, teniendo por tanto un mayor rendimiento y recuperación más rápida frente al ejercicio físico.

El incremento de la velocidad de crecimiento, los cambios en la forma y dimensiones corporales, los procesos endocrino-metabólicos y la correspondiente maduración, no siempre ocurren de manera armónica, por lo que es común que presenten torpeza motora, incoordinación, fatiga, trastornos del sueño, que pueden generar trastornos emocionales y conductuales de manera transitoria.

El desarrollo sexual está caracterizado por la maduración de los órganos sexuales, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y el inicio de la capacidad reproductiva. (OMS Organización mundial de la salud, sf)

A los procesos físicos se suman los cambios psicológicos, que hacen que el adolescente vea y viva una vivible transformación de su aspecto externo e interno, además que, si su interacción con el ambiente se ve modificada, su entorno evidenciara lo mismo, abordaremos algunas posturas sobre la adolescencia según teóricos de la psicología.

El psicólogo y psicoanalista Erik Erikson señaló que la formación de la identidad es un proceso de desarrollo que dura toda la vida y cuyas raíces se remontan al más temprano reconocimiento del mí-mismo, enfatizó que durante la adolescencia se consolida la identidad de la persona ya que el adolescente intenta integrar lo que sabe de sí-mismo y de su mundo, es un continuo de conocimientos pasados, experiencias presentes y metas futuras, con el fin de elaborar un sentido cohesivo de sensación personal.

Para Verónica Gaete (Gaete, 2015) La adolescencia es una etapa del desarrollo que se sitúa entre la infancia y la adultez, en la que ocurre un proceso creciente de maduración física, psicológica y social, que lleva al ser humano a transformarse en un adulto. (Gaete, 2015).

Redes Sociales y los Jóvenes: Todos los adolescentes que conocemos hoy en día nacieron en un contexto mundial donde las redes sociales ya existían, de hecho, se sabe que en promedio en la edad de los 7 años es donde nace la relación de los jóvenes con las redes sociales, los adolescentes no conocen un mundo sin redes sociales y menos sin internet.

En el 2018, la Clínica Universitaria de Hamburgo realizó un estudio donde encontró que la gran mayoría de los adolescentes con un 85% pasa cerca de tres horas por día en las redes sociales, siendo las jovencitas con 182 minutos las que pasan más tiempo en redes sociales ya que los varones permanecen alrededor de 151 minutos diarios, además encontró que el 2.6% de los encuestados presentan adicción a redes sociales. (Clínica universitaria de Hamburgo, 2018)

Las redes sociales en nuestro mundo moderno tienen un impacto desbordante, y esta última palabra define bien el tema, pues las redes desbordaron el conocimiento sobre cómo interactuar entre otros, no importando lugar, hora o distancia, las redes llegaron a donde los cables submarinos que conectan gran parte del mundo no han llegado, pues hasta el internet satelital se ha encargado de suplir la “necesidad” del internet globalmente.

La capacidad de autorregulación que se debe tener para un manejo adecuado de cualquier actividad en la vida, debe ser antes ejercitada, los adolescentes están en pleno desarrollo de la parte frontal de su cerebro donde la autorregulación juega un papel importante, viéndose motivados por un nuevo entorno de descubrimiento social.

Según Carolina Vidal, profesora asistente de psiquiatría y ciencias del comportamiento, de la Facultad de Medicina en la Universidad Johns Hopkins, “La mayoría de las redes sociales tienen una característica común el “like” o más conocido como “Me gusta” que refuerza el comportamiento de la persona que comparte el comentario o la foto, promoviendo su repetición. Los “likes” han demostrado ser equivalentes al refuerzo del dinero o recompensas sociales”.

Un like a una foto, es aprobación social, de hecho, Facebook retiró el botón de “Dislike” ya que no generaba una buena respuesta a quienes lo recibían en su red social, lo que terminaría

con el interés de permanecer en conectado a la red, y es conocido que el propósito de estas redes es generar una necesidad de usar su aplicación, en algo que ellos llaman “retención de público”

Sean Parker, quien fue presidente fundador de Facebook, confesó que los creadores de esa red social, y de otras, explotaron "una vulnerabilidad en la psicología humana" al diseñar las plataformas, para que causaran conductas similares a la adicción.

Los adolescentes son una parte de la población muy cercana a el teléfono lo que trae diferentes opiniones al respecto, por ejemplo, para Serrano Goyes, Sara. La permanencia frente a una pantalla no solo es causa de inactividad física sino también responsable del aumento de peso y obesidad, además de interferir en el sueño del adolescente. “Dormir mal causa desánimo, cambios emocionales, menor rendimiento físico e intelectual. Incluso, genera mayor estrés que puede ser detonante de otras enfermedades”.

Surge la pregunta, ¿Realmente, se puede llegar a ser adicto a las redes sociales?

Adicción a Redes Sociales:

La Asociación Americana de Psicología a puesto los ojos en las redes sociales y según Dr. Mitch Prinstein, director científico de la APA, Muchas personas son atraídas por el uso frecuente casi adictivo de las redes sociales debido a las que con ello se activan sustancias químicas en el cerebro y otras recompensas, que hacen que quieran más de esto.

En ese contexto académico de un colegio, donde en medio de los adolescentes, la curiosidad de la época, las ganas de aumentar su círculo social y el papel del internet, vemos como cada día las redes sociales tienen más auge, viendo como pululan los inconvenientes donde

el teléfono y las redes sociales son los protagonistas, sin importar estrato, institución pública o privada, todos los planteles educativos están pasando por este importante tema.

Para Villacrés Flore, Emilio et, al., (Villacrés, 2015) La adicción es una enfermedad primaria, crónica con factores genéticos, psicosociales y ambientales que influyen su desarrollo y manifestaciones. La enfermedad es frecuentemente progresiva y fatal. Es caracterizada por episodios continuos o periódicos de: descontrol sobre el uso, uso a pesar de consecuencias adversas, y distorsiones del pensamiento, más notablemente negación

Para (Alonso-Fernández. 1996; Echeburúa, 1999) Los síntomas observados en estas conductas de estar enganchado a la red son básicamente similares a los generados por las drogodependientes, por ejemplo, puede actuar como un estimulante que produce cambios fisiológicos en el cerebro. Para algunas personas el abuso de internet es tal que su privación puede causarles síntomas de abstinencia, cambios de humor, depresión, irritabilidad, inquietud psicomotriz, deterioro en la concentración y trastornos del sueño.

Como lo refiere (Sanchez Fernandez, 2013) que primeramente ha de tomarse en cuenta que el término “adicción” utilizado en un contexto del uso de elementos químicos, invasivos para el organismo. De ahí que agentes como el alcohol, el tabaco u otras sustancias, consumidas en abuso, sí se consideran como parte de las adicciones, de manera particular a las “adicciones químicas”. En contraparte, se consideran como adicciones no químicas, más bien “adicciones psicológicas”, a conductas como el juego, la comida, el sexo, el trabajo o las compras, practicadas de manera atípica.

La adicción a redes sociales de igual modo que con la adicción a las drogas debe ser tratada de manera especial, el tener en nuestras manos un dispositivo como el teléfono, que puede estar con nosotros todo el tiempo, además que en la computadora también podemos disponer de las redes, nos hace más dependientes a el sistema que alimenta las mismas, convirtiéndose en una constante el mirar el teléfono, revisarlos y estar conectados esperando el mensaje de otro o nosotros mismos buscando esa conexión con otros.

(Sanchez Fernandez, 2013) Con base en la caracterización de las adicciones químicas, se pueden retomar algunos elementos de referencia para poder identificar a la posible y denominada hasta ahora “adicción a las redes sociales”. En la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud (CIE-10).

- Saliencia. Cuando una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo, domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.
- Modificación del humor. Experiencias subjetivas, de tipo emocional, que la persona experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad problemática.
- Abstinencia. Estados emocionales desagradables, incluso con consecuencias físicas, que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.
- Conflicto. Se refiere a los problemas que se desarrollan entre el adicto y a) aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), b) las responsabilidades asumidas (laboral o social), c) el propio individuo (conflicto intrapsíquico) por estar involucrado con la actividad particular.

- **Recaída.** Tendencia a repetir los patrones tempranos de la actividad problemática después de haberse retirado de ella o de, aparentemente, haberla controlado. (Sanchez Fernandez, 2013)

Así que si algunos de estos ítems mencionados anteriormente se encuentran en algún nivel de desequilibrio podríamos decir que la salud mental de paciente se encuentra en riesgo, Se trata de un trastorno altamente incapacitante que cursa de forma progresiva y crónica, que deteriora todas las áreas del individuo.

La adicción a las redes sociales se describe como un estado donde un individuo o persona ha perdido el control del uso de las redes sociales y mantiene su rutina excesivamente hasta el punto en que el usuario experimenta resultados problemáticos que afectan negativamente a su vida manifestándose en distintos síntomas cognitivos, conductual y fisiológico, cuyos resultados serán pocas horas de sueño y poca actividad física durante largos periodos; esta adicción es relativamente nueva pero se ha convertido en un creciente problema de salud cuya comprensión está evolucionando (Aponte D, 2017).

Los adolescentes con disfuncionalidad familiar que provenían de familias pequeñas (1 a 3 miembros), los que utilizaban mayormente las redes sociales y los pertenecientes al nivel de estrato socioeconómico medio típico mostraron una mayor probabilidad de presentar adicción a internet. (Aponte D, 2017)

(Carbonell Sanchez, sf) En su libro menciona que; el uso intensivo de las redes sociales preocupa por la disminución del rendimiento académico, la soledad paradójica y por su posible uso adictivo (Echeburúa & de Corral, 2010). Kittinger, Correia e Irons (2012) encontraron que

los estudiantes que usaban más Facebook tendían a puntuar más alto en el *Internet Addiction Test de Young*. Por su parte, Andreassen, Torsheim, Brunborg y Pallesen (2012) construyeron la *Facebook Addiction Scale* y encontraron que correlacionaba positivamente con neuroticismo y extraversión y negativamente con *Conscientiousness*

Las redes sociales son un medio de intercomunicación de trascendencia mundial, redes creadas por personas u organizaciones que tomaron fuerza global en los últimos 20 años, las redes se volvieron parte de la vida de millones de personas. Según (unavidaonline, 2023) en el año 2023, 4.760 millones de usuarios de redes sociales eran lo que se contaban alrededor del mundo, lo que supone un 59,5% de la población mundial, dividido entre géneros en 46,3% de mujeres y el 53,7% son hombres.

No en todos los países ha tenido el mismo impacto las redes sociales, ya que los países más conectados son los que evidentemente tienen más mejores redes de internet y políticas que favorecen la expansión de estos medios multimedia, hay países como España que cuenta con 40,7 millones de usuarios de redes sociales, lo que supone un 85,6% de la población según (unavidaonline, 2023)

Para la revista (Portafolio, 2022) en el año 2021 había 2,117 millones de usuarios y para 2022 se registran 4,950 millones, superando con creces los usuarios del 2021, en el caso de Colombia la mayoría de personas entre 20 a 29 años pasan más tiempo en redes sociales con un registro de 3 horas y 46 minutos ubicando a Colombia como el cuarto país en el mundo.

Ahora, el uso de redes sociales tiene de alguna manera repercusiones, dependiendo el uso que se le dé a las mismas, muchas de personas las usan para trabajar, otras para transmitir algún

mensaje, pero otras la usan por ocio, así que todos reciben un estímulo diferente con resultados variados, por esto analizaremos lo que dicen algunos teóricos sobre las redes sociales y sus descripciones y efectos en sus usuarios, que mayormente son jóvenes y adolescentes.

Para Rodríguez y Fernández (2014) relacionaron el tiempo de uso de las redes sociales e internet y la salud mental en adolescentes entre los 11 y los 15 años de edad, donde se evidencia que el tiempo que se pasa en redes sociales tiene una relación significativa con el desarrollo de patologías mentales.

Otros como Marta Puig y Cruz-Guzmán 2018, han aterrizado en términos como la depresión, que es una de las enfermedades mentales que se han puesto en sobre la mesa, a causa de la adicción a redes sociales, algunos estudios han afirmado que la depresión es un factor de riesgo para la presencia de la conducta adictiva, ya que hay más vulnerabilidad psicológica, vulnerabilidad que en la adolescencia es más evidente.

Las redes sociales también desbordaron el conocimiento de los padres para poder controlar de alguna manera la información que llega a sus hijos, y así mismo para los gobiernos o movimientos sociales encontraron un sitio donde pueden moverse con poca restricción y compartir ideas encontrando adeptos en cualquier parte del mundo.

Ahora las redes sociales en cuanto a la adolescencia y a esta etapa que se caracteriza por la curiosidad, la experimentación y la necesidad de distanciarse de los primogenitores con el consiguiente reclamo de libertad. Además; es la etapa donde aparecen los secretos, los amigos adquieren mucha importancia y en consecuencia las TIC son un facilitador para poder hacerlo, dijo esto (Carbonell Sanchez, sf)

Las redes sociales suponen riesgos diferentes para cada etapa humana, no todos tiene las mismas percepciones a los mismos estímulos recibidos, lo que supone una diferenciación entre grupos, y de alguna manera la diferenciación entre ellos, para entender quién se va en más riesgo a al momento de exponerse a las redes sociales y los teléfonos.

Según (Carbonell Sanchez, sf) hay grupos más propensos a desarrollar una adicción o trastornos psicológicos relacionados con el uso de algunas de las aplicaciones de internet.

Estos grupos son: personas que atraviesan determinadas situaciones (separación, jubilación, dedicación exclusiva al hogar, por ejemplo); personas con limitaciones de comunicación o de movimiento, personas que utilizan internet para conocer gente, conseguir soporte emocional, buscar estimulación sexual, compañía, comunicación o amor, personas aquejadas por trastornos psiquiátricos o trastorno de la personalidad; ex adictos, personas con baja autoestima, sentimiento de inadecuación, infelicidad, necesidad de sentirse querido y reconocido, carencia afectivas, inseguridad, soledad, propensión a la fantasía, timidez, falta de habilidades sociales, además de los adolescentes, dadas las características propias de su evolución.

Entre los grupos con mayor riesgo antes mencionados, se encontraba la población adolescente, quienes por su etapa natural del desarrollo y todo lo que este momento acarrea para ellos, sus cambios y las muchas expectativas sobre su nueva vida de adultos, y la búsqueda de la independencia, los deja expuestos a un medio como el internet, donde existen pocos límites, así que caer en la adicción al internet es totalmente viable para ellos.

Según (Ko et al., 2009) quienes propusieron unos criterios para diagnosticar un IA (Internet Adiction), además; según los teóricos debe de existir un patrón de uso des adaptativo que produce un malestar clínicamente significativo de más de 3 meses de duración. Además, han de estar presentes seis o más de los siguientes síntomas:

- Preocupación excesiva por las actividades del internet
- Dificultades para controlar el impulso de uso
- Tolerancia, entendida como una necesidad de aumentar el tiempo de uso de internet para sentir la misma satisfacción
- Síndrome de abstinencia, caracterizado por la disforia, ansiedad, irritabilidad y aburrimiento que remiten cuando reinician el uso del internet.
- Estar conectado más tiempo de lo planeado.
- Presentar un desea persistente o intentos fallidos de suprimir o reducir el uso del internet.
- Pasar un tiempo excesivo realizando actividades que impliquen el uso del internet.
- Excesiva dedicación para conseguir acceso a internet.

Uso continuo del internet aun sabiendo las repercusiones físicas y psíquicas que supone el uso exagerado del internet.

Según Villacrés Flores, et al., (Villacrés, 2015) Existen 3 grupos definidos de adicciones: “1. Adicción a drogas, tales como la cocaína, heroína, marihuana, tabaco, alcohol, pastillas, inhalantes químicos, entre otros. 2. Adicción a conductas, tales como al sexo, juego, Internet, compras, los desórdenes alimenticios (comer compulsivamente, la bulimia, la anorexia) y demás conductas

obsesivas y compulsivas. 3. Adicción a personas, mejor conocida como codependencia o co-adicción.”

(Haeussler Quezada, 2014) Menciona a Brizuela, Fernández y Murillo (2009) quienes proponen algunos niveles de adicción: a) Experimentación: acto voluntario de hacer algo diferente, probablemente empiece como una actividad socializante, que puede detener con cuando quiera. b) Uso: la actividad se comienza a realizar con mayor frecuencia e intensidad. c) Abuso: el uso se hace regular durante casi todas las semanas y hay episodios de Intoxicación. El cuerpo se acostumbra. d) Adicción: se pierde la capacidad de controlar cierta actividad, entonces ya se incorporó la adicción.

Interacción con los Teléfonos y Redes Sociales Post Pandemia.

EL teléfono móvil surgió en 1973 que solo servía para hacer llamadas, y en los años 90 empezó a masificarse la venta, pero en los años 2000 fue el boom de los móviles pues ya no solo servían para llamar sino para implementar aplicaciones que fueran de utilidad para sus usuarios, de ese momento hasta el día de hoy el crecimiento de este mercado ha sido imparable, el hecho de que un móvil se convierta en un objeto personal. Después de que surgieron las aplicaciones, con el fin de usarlas en los celulares y dar un mejor uso a los teléfonos celulares, el móvil tomo más importancia, pues el celular se volvió un objeto personal en la que se puede hacer llamadas desde cualquier lugar, sumándole que cada uno tiene aplicaciones de su interés transformándose en un móvil con configuración personalizada.

Según Sura (Sura, 2020) en el informe The Mobile Economy del 2019 señala que a finales de 2018, los usuarios únicos de telefonía móvil era de 5,1 mil millones de personas en todo el mundo, lo que representa el 67% de la población mundial; aunque el número de tarjetas SIM usadas por personas se elevó a 7.800 millones, el 103% de los habitantes del planeta.

Esas particularidades de tener un dispositivo personalizado y donde quiera que este, convirtiéndose en una herramienta de cada individuo, hasta pasar a ser una extensión de cada persona pueden llegar a ser algo invasivo. Invasivo desde el punto de vista que está en todo lo que se haga y a todo lado donde la persona vaya, lo cual tendría injerencia hasta en el comportamiento de las personas, lo que puede generar un lazo de dependencia, y esto se puede evidencia en la actualidad.

Antes de la pandemia la conexión virtual iba en aumento, pero el contexto de pandemia llevo a quitar la interacción física por un tiempo, he hizo volcar hacia la tecnología a millones de personas al mundo virtual, según el medio de comunicación, La República “La población conectada a internet llevo al 63%, es decir, 4.900 millones de personas en 2021 frente a los 4.100 millones que había en 2019”

Los estudiantes no podían quedarse fuera del sistema educativo en el contexto de cuarentena mundial, así que recibir educación por medio de plataformas digitales fue por mucho tiempo la única opción, por ejemplo; según (Unicef, 2022) para mayo de 2021 solo el 14% sostenía clases puramente presenciales mientras que la bimodalidad (Presencial-virtual) alcanzaba a más de la mitad de los hogares (53%). Además, en un tercio de los casos de las y los estudiantes solo tenían clases a distancia.

En tiempo de pandemia, como hemos visto, creció el uso del dispositivo, en un principio con el propósito académico, pero el mismo teléfono sirve para el uso de aplicaciones, entre ellas las de las redes sociales, mezclando en el teléfono usos académicos, ocio, entrenamiento y comunicación, así el celular toma más relevancia pues es útil para todo, por ende, el uso constante del mismo es más evidente.

Según el The New York Times, en la actualidad, tenemos una relación íntima con nuestros celulares pues dormimos con ellos, comemos con ellos y los llevamos en nuestros bolsillos por esto revisamos el móvil, en promedio, 47 veces al día... aunque si tienes entre 18 y 24 años el número asciende a 82 veces.

Basta escuchar por un tiempo a los profesores y los padres, para darse cuenta que desde la pandemia o se intensificó el uso del teléfono en los jóvenes, o los que aún no manejaban teléfono, empezaron a usarlo, en muchos casos sin el manejo adecuado del mismo, ya que como se ha dicho anteriormente el internet es un mundo virtual en primera instancia, que no tiene límites y que depende de quien se encuentre al mando del dispositivo.

Dicho esto, el ámbito educativo fue el más afectado según la percepción de muchos padres y educadores, pues el nivel educativo en muchos alumnos ha disminuido afectando el nivel académico, dedicando más tiempo a otras actividades mediante móvil, y dejando las educativas para después.

En este sentido está el ejemplo de Alemania que mediante un estudio realizado por la OCDE (Hanushek, 2022) muestra que el tiempo que los niños dedicaban a actividades escolares se redujo a la mitad con la pandemia, con un 38% de los estudiantes dedicando no más de dos

horas diarias al estudio y un 74% dedicando menos de cuatro horas. Mientras tanto, el tiempo dedicado al entretenimiento en actividades como; viendo televisión o jugando con computadoras o celulares, aumentó a más de cinco horas diarias.

Las redes sociales impacta principalmente a niños, adolescentes y jóvenes y muchas veces esto constituye en la formación de la identidad, el desarrollo personal y social; por lo tanto están más vulnerables ante una adicción, causando la necesidad de estar en conexión para estar actualizado en tiempo real, intolerancia a la espera, necesidad de reconocimiento, evasión de la soledad y deseo irreprímible de estar globalizado (Mamani Aquino, 2019)

Este aumento del uso del teléfono ya no con fines educativos, ha llevado a muchos de los estudiantes a postergar todo lo que es académico, ya que en el teléfono esta tanto el ocio como sus estudios, dando paso a la procrastinación y ya llamada como procrastinación académica.

Procrastinación Académica.

El rendimiento académico es un área que todo estudiante no importando el área en el que se quiera desempeñar, debe de estar a la altura de las demandas académicas, así que la competitividad hoy en día es un tema que todos vivimos así no seamos consciente de ello, para dar un rendimiento óptimo en los estudios requerimos de una concentración y dedicación a esas área, por ende, todos de alguna manera necesitamos ser productivos para poder alcanzar logros, a los que estamos agregados desde nuestro nacimiento; y el tema del rendimiento académico no es ajeno a esta realidad.

Por mencionar uno de los tantos factores que pueden intervenir en el desarrollo de este grupo poblacional, es el rendimiento académico, ya que esta es un área que todo estudiante de

bachillerato, debe de estar a la altura de las demandas académicas, el término (procrastinación académica) ya es analizado por diferentes estudios, y se ha encontrado que, a mayor presencia de comportamientos de adicción a las redes sociales, mayor será la tendencia a optar conductas procrastinadoras en el ámbito académico.

Según (Mamani y González 2019) El ser humano aprende por medio de muchos factores, el conductismo clásico nos habla de unas maneras de aprender, el psicólogo (Thorndike, 1913) dice que el aprendizaje se explica como una conexión o nexo entre un estímulo (E) que se da en el ambiente, una respuesta (R) que se produce en el cerebro de la persona y el efecto que viene inmediatamente después como recompensa.

Por su parte, (Murakami, 1986) Rothblum, Solomon, y Murakami (1986) creen que la procrastinación académica es un retraso irracional o aplazamiento de las tareas académicas, hasta experimentar una ansiedad considerable.

Si nos sumamos a esta manera básica de definir como aprende el hombre (Sin negar los conceptos que llegaron después de Thorndike) podemos decir que los estímulos que consideramos positivos de alguna manera nos enseñan, formándonos con nuestras experiencias. Nuestra mente como forma de defensa esquiva de alguna manera lo que la estresa, nuestro sistema límbico que se encarga de nuestra supervivencia, sabe que algunas tareas traen desgaste, estrés, dolor, ansiedad o simple dificultad al momento de enfrentarlas y en este caso lo que hace la procrastinación es evitaros esa fatiga.

Dicho esto, y retomando el tema de la incansable carrera a la que está sometido el hombre de hoy, la educación es uno de los caminos que por poco que queramos estamos destinados a

enfrentar, en ese camino de la educación debemos de rendir de la menor manera, en busca de buenas calificaciones como muestra de una buena asimilación de las enseñanzas a lo que llamamos rendimiento académico, con el propósito de puestos que den estatus, un futuro económico mejor o miles de factores que nos llevan a el deber de pasar por un aula y dar resultados.

Al día de hoy, hay algunas amenazas para que el rendimiento académico de los estudiantes mengue, el mismo internet que nos sirve para conocer más el mundo que nos rodea y nos ayuda a globalizarnos, trae también algunas cosas, que de no saberlas manejar pueden afectar el desempeño en la parte académica, teniendo en cuenta que una tarea trae una exigencia a la mente, una fatiga si así procede o en algunos momentos estrés por la carga académica, por esto una de estas amenazas es la procrastinación.

La Procrastinación

El tema de la procrastinación es un tema muy moderno, es una palabra recientemente famosa, todo por lo que vive el mundo en un contexto de globalización, el internet ha entrado hasta lo más profundo de las casas, atrapando desde el más joven al más anciano de la familia, las redes sociales y el consumo de internet todo el tiempo ha acarreado algunos comportamientos, que interfieren en la vida de sus usuarios.

Esa interferencia trajo un comportamiento en algunos sistemático dentro de los usuarios de las redes sociales, la procrastinación se vuelve se habitó repetitivo, que no es más que la acción o hábito de retrasar actividades o situaciones que deben atenderse, sustituyéndolas por otras situaciones más irrelevantes o agradables. Atendiendo a esta definición, podemos entender

que aquellas tareas que son más susceptibles de ser postergadas son aquellas que no nos divierten. Ese comportamiento repetitivo, hace que los estudiantes o cualquier persona que use las redes, se vea postergando actividades importantes, lo cual puede retrasar las responsabilidades académicas, que son las que en este caso nos interesan.

Las personas tocadas por este tema en la actualidad serían la mayoría de aquellas que tienen redes sociales, y que han sentido que sus niveles de procrastinación han subido, haciendo que sus vidas pierdan su control por momentos e incluso por meses o años. Anteriormente los distractores eran más limitados, hoy, aunque estés trabajando puedes tener en tu bolsillo un dispositivo que puede sacarte virtualmente de tu realidad, por esto al asomo más pequeño de fatiga o desinterés de una labor, el teléfono aparece como distractor captando nuestra atención.

Según su concepto, la procrastinación es la acción o hábito de retrasar actividades o situaciones que deben atenderse, sustituyéndolas por otras situaciones más irrelevantes o agradables. Atendiendo a esta definición, podemos entender que aquellas tareas que son más susceptibles de ser postergadas son aquellas que no nos divierten.

Para (Pychyl, 2010), profesor de Psicología y miembro del Grupo de Investigación sobre Procrastinación en la Universidad Carleton en Ottawa dijo alguna vez que, “La procrastinación es un problema de regulación de emociones, no un problema de gestión de tiempo”

Inicialmente se entendía el concepto como un defecto, rasgo de carácter o incluso un acto pecaminoso o de manifestación de pereza perniciosa que en cualquier caso denotaba algo negativo, inmoral, inapropiado y hasta peligroso para la salud (Sanchez, 2010) Pero esta dilatación de la actividad, se puede ver influenciada por algo, ese algo puede generar más placer

instantáneo, y llevando al sujeto a su diversión, lo que a la postre vendría a generar placer instantáneo.

Según (Vargas, 2017) En vista de que los usuarios de las redes sociales se ven proclives a procrastinar, es muy común que los estudiantes que se encuentran en una etapa de adolescentes, se vean sumergidos en un círculo vicioso, de procrastinar y así evadir responsabilidades académicas, de hecho, existe el término “Procrastinación académica” que conceptualmente es en posponer el desempeño en las tareas académicas. Es un fenómeno multifacético, pues parece involucrar aspectos afectivos, cognitivos y conductuales.

Según; (Anthony Santiago Ayala Ramírez, 2020) en su investigación revelan que, en el ámbito latinoamericano, según las investigaciones consultadas, más de un 90% de estudiantes procrastina, aunque no siempre con carácter crónico (Natividad, 2014); asimismo, Guzmán (2013) detalla que entre el 80% y el 95% de los estudiantes procrastinan; de estos, el 70% se considera un procrastinador y casi el 50% procrastina de manera consistente y problemática. Se muestra que del 20% al 25% de la población general en América son procrastinadores crónicos (Díaz, 2019).

Muestra de que esto no es un tema lejano ni ajeno a nuestra realidad latinoamericana, y por ende incluyendo a Colombia y a nuestra región del norte del valle, la procrastinación académica existe en nuestro medio, y cada día el internet seguirá llegando a más lugares, llevando conocimiento, pero también las redes sociales, son estas últimas en las que queremos sumergirnos para conocer que tanto intervienen en la procrastinación de los estudiantes.

La procrastinación toma lugar cuando la persona siente que una tarea le va a traer ansiedad, angustia, y que sospeche que el cerebro tiene que trabajar más o que su mente se enfrentara a una labor que le producirá algún tipo de desgaste, si nuestro cuerpo responde sin pensar a ese impulso de protección en el cual está involucrado el sistema límbico, entonces este mismo buscara lo que le produce alivio, una vía de escape a esa fatiga que traerá esa tarea presente, buscando generar un estímulo de placer instantáneo, un escape por la tangente por decirlo de otra manera, y las redes sociales surgen como esa recompensa inmediata a nuestro cerebro, ya que ellas están diseñadas para trabajar de esta manera.

Si la procrastinación es una habito evitativo que actúa como mecanismo de defensa por amenaza en una labor desgastante, podemos decir que nuestra mente utilizara cualquier excusa posible para evitar esa fatiga, el mejor distractor puede ser el teléfono. El celular esta siempre con nosotros, siempre tiene algo interesante para mostrar, el mundo virtual es ilimitado y se puede ajustar al algoritmo que nuestras búsquedas generan, dicho esto; El teléfono se convirtió en el mayor distractor de quien quiera evitar la realidad.

El control de los padres también se ve comprometido de alguna manera con respecto al manejo de los teléfonos en sus hijos, pues son ellos que deben ejercer un control sobre el uso del dispositivo móvil, según (Pari Ccama, 2019) Las familias han sufrido un cambio en la estructura familiar, a consecuencia del uso de las TIC, las familias han perdido los espacios físicos familiares de compartimiento, socialización, recreación entre padres e hijos de cara a cara.

Metodología

Para llevar a cabo dicho apartado dentro de la investigación, se plasma una línea coherente a raíz del tipo de investigación, diseño, población, instrumento utilizado y procesamiento de la información, así mismo se incluye la discusión posteriormente conclusiones y observaciones.

Investigación Cuantitativa

El enfoque cuantitativo se fundamenta en un esquema deductivo y lógico que busca formular preguntas de investigación e hipótesis para posteriormente probarlas, los datos aportan una panorámica de lo que queremos investigar dando mayor importancia al ámbito estadístico.

Como lo dice Hernández Sampieri: “La investigación de tipo cuantitativo ofrece la posibilidad de generalizar los resultados más ampliamente, otorga control sobre los fenómenos, así como un punto de vista basado en conteos y magnitudes. También, brinda una gran posibilidad de repetición y se centra en puntos específicos de tales fenómenos, además de que facilita la comparación entre estudios similares.” (Hernandez Sampieri, 2014)

La investigación cuantitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. Asimismo, aporta un punto de vista “fresco, natural y holístico” de los fenómenos, así como flexibilidad. (Hernandez Sampieri, 2014)

Diseño

El diseño de la investigación es no experimental de alcance correlacional-causal, por lo que se recolectó datos en un solo momento y en un tiempo único, en el año 2023 y dado que no existió manipulación de variables. Este tipo de estudios tienen ausencia de seguimiento en el que una comunidad o una muestra representativa de esta son estudiadas en un momento dado y la valoración de las variables se hace en el mismo momento. (Hernandez Sampieri, 2014)

La investigación no experimental es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para después analizarlos. Como señalan Kerlinger y Lee (2002) "En la investigación no experimental no es posible manipular las variables o asignar aleatoriamente a los participantes o los tratamientos". De hecho, no hay condiciones o estímulos planeados que se administren a los participantes del estudio.

También, el alcance correlacional porque busca analizar la relación de las variables adicción a redes sociales y con la caracterización sociodemográfica, según (Hernandez Sampieri, 2014) es la que tiene como objetivo describir relaciones entre dos o más variables en un momento determinado. Se trata también de descripciones, pero no de variables sino de sus relaciones. Es decir, intentar predecir el valor aproximado que tendrá un grupo de individuos o casos en una variable, a partir del valor que poseen en las variables relacionadas. (Hernandez Sampieri, 2014)

Criterio:

Según (Hernandez Sampieri, 2014, pág. 36) Delimitar el problema, que "debe expresar una relación entre dos o más conceptos o variables (características o atributos de personas,

fenómenos, organismos, materiales, eventos, hechos, sistemas, etc., que pueden ser medidos con puntuaciones numéricas).”

Además; se ajusta a una correcta relación entre variables, formular como pregunta y tratar un problema medible u observable. El cuestionario ARS se presentó una sola vez, a estudiantes de bachillerato con el fin de observar el fenómeno de las redes sociales tal como se da en el contexto natural, para después analizarlo.

Grupo y Línea de Investigación

Investigación, intervención y cambios en contextos sistemáticos.

Línea de Investigación

Comprender diversas problemáticas relacionadas con el desarrollo y performance de los individuos en varios ámbitos de las interacciones humanas, la orientación es la perspectiva sistemática.

Criterio epistemológico:

El método empírico analítico en investigación científica, es un método o fase de investigación en la cual los datos obtenidos mediante observación directa o experimentación se utilizan para verificar las hipótesis planteadas al principio de la investigación. Lo cuantitativo en su lógica hipotético-deductiva aporta al proceso la explicación y la relación de causa y efecto. A su vez, lo cualitativo con su comprensión inductivo-deductiva se adentra en los complejos caminos de la construcción y la decodificación de significados de la subjetividad humana, que

considera lo individual y lo grupal, como resultado de los procesos sociales que cada uno vive.

(Herrera Rodríguez, 2018)

Población y Muestra: Muestra

El diseño transeccional no experimental correlacional-causal. En una muestra se aplicarán por vez única una serie de pruebas (batería) y cuestionarios para medir dimensiones de la personalidad y autor reportes de enfermedades actuales y pasadas, dice Sampieri (Hernandez Sampieri, 2014)

Además, Hernández Sampieri et al, recalca que hay diversos procedimientos para calcular la confiabilidad de un instrumento de medición. Todos utilizan procedimientos y fórmulas que producen coeficientes de fiabilidad. La mayoría oscilan entre cero y uno, donde un coeficiente de cero significa nula confiabilidad y uno representa un máximo de confiabilidad (fiabilidad total, perfecta). Cuanto más se acerque el coeficiente a cero, mayor error habrá en la medición. (Hernandez Sampieri, 2014, pág. 208)

La muestra se sacó de acuerdo a las fórmulas para una investigación cuantitativa de este tipo, en este caso se aplicará la prueba en una única vez, de esta manera la muestra se compone de 40 estudiantes de los grados de bachillerato escogidos de aleatoria incluyendo a grados desde sexto hasta once, que diligenciaron el test ARS además de contestar la caracterización sociodemográfica.

Unidad de Trabajo

La unidad de trabajo será 1 estudiante quien visitara una Institución educativa del municipio de la Unión Valle, para aplicar por una única vez el test ARS a 40 estudiantes que contaron con los criterios de inclusión, con el fin de conocer el nivel de adicción que puedan llegar a presentar estos estudiantes tomados como muestra de una secundaria.

Criterios de Inclusión

Estudiantes mayores de 13 años y con 18 años o menos, además; que se encuentren cursando uno de los grados de secundaria, que pertenecieran a la misma institución educativa, escogido de manera aleatoria.

Criterios de Exclusión

Estudiantes con 12 o menos años de edad y con 19 años o mayores, además; que permanecieran a otra institución educativa.

Aspectos Éticos

Esta investigación se realizará bajo las siguientes consideraciones éticas:

- Garantizar el respeto a la dignidad humana, la libertad y la autodeterminación, prevenir y proteger la vida privada.
- Asegurarse de que se utilice la ética en el proceso de investigación y desarrollo. (Ley 1090 de 2006)

- Adjuntar el formulario de consentimiento informado y / o cualquier otro documento requerido.
- Garantizar la confidencialidad de la información del participante, solo con fines académicos.
- Asegurar la autenticidad de los datos, y los resultados obtenidos en cualquier momento, no pueden ser alterados.
- Comprometerse a divulgar los resultados a quienes participaron como objeto de investigación del proyecto. (Frabra, Millerlandy , s.f.)

Instrumento

El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) construido y validado por Ecurra y Salas (Ecurra Mayaute, 2014) Construido bajo la Teoría de Respuesta al Ítem (TRI) para ítems politómicos de respuesta graduada. Está conformado por 24 ítems bajo un sistema de calificación de cinco puntos: (0) nunca, (1) rara vez, (2) algunas veces, (3) casi siempre, y (4) siempre. Según los constructores del cuestionario, se considera que la ausencia de adicción idealmente correspondería al puntaje cero (0), a partir de uno se valora el nivel de la adicción, por lo que aquello más cercano a 96 indica más nivel de adicción.

Estos valores se obtienen sumando las respuestas marcadas para cada uno de los ítems, logrando obtenerse un puntaje mínimo de 0 y un máximo 96 para la escala global. Los ítems están distribuidos en 3 factores. A) Obsesión por las redes sociales: A nivel conceptual correspondería al aspecto cognitivo en relación a las redes sociales, como, por ejemplo, pensar

constantemente, fantasear, etc. esta dimensión está conformada por 10, ítems, los cuales son las preguntas, 2, 3, 5, 6, 7, 13, 19, 22, 23

B) Falta de control personal en el uso de las redes sociales: En donde se englobaría la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios. Esta dimensión está conformada por 6 ítems, los cuales son el 4, 11, 12, 14, 20, 24.

C) Uso excesivo de las redes sociales: Constituido por 8 ítems, 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 2, los cuales se refieren a las dificultades para controlar el uso de las redes sociales, que abarcaría el exceso de tiempo destinado al uso de esta red, el no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes. En su versión original, el cuestionario de adicción a redes sociales presentando validez de constructo y confiabilidad adecuada. La validez se logró a través de la validez de contenido y del análisis factorial confirmatorio, donde se hallaron los tres factores antes mencionados. En relación a la confiabilidad, se realizó a través de la consistencia interna, alcanzando coeficientes alfa de Cronbach elevados, entre 0.88 hasta 0.92 en los factores que conforman el cuestionario de (Escrura Mayaute, 2014), datos que permiten señalar que el instrumento es válido y confiable.

Los tres factores se unificados son los que generan los que generan el nivel de adicción, de donde se sacara el objetivo de esta investigación.

Validez del Instrumento

El cuestionario ARS FUE construido en Perú por (Escrura Mayaute, 2014), a lo cual se le vio la necesidad de ser validado en Colombia, por ellos el grupo conformado por Rosero, A.D. et al, (Rosero Bolaños, 2021) cuyo objetivo fue validar el cuestionario de Adicción a Redes Sociales–ARS a través de la revisión de expertos y el análisis de sus propiedades psicométricas con una muestra incidental de 421 adolescentes (50.8% mujeres) de Pasto, Colombia (11-19 años; $M = 15.63$; $SD = 1.34$). Se logró una adecuada adaptación lingüística y óptima validez de contenido y consistencia interna; el análisis factorial confirmatorio y de invarianza evidenciaron validez estructural para tres componentes: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales. Se reconoció adecuada validez comparada frente al Internet Addiction Test-IAT. El cuestionario ARS es el primer instrumento validado en Colombia en beneficio de los procesos clínicos y los programas de prevención e intervención de esta conducta.

Según (Rosero Bolaños, 2021) El presente estudio aporta evidencia empírica que sugiere que el cuestionario ARS posee óptimas propiedades psicométricas para medir la adicción a las redes sociales; lo cual responde a la necesidad de contar con más y mejores instrumentos especializados para evaluar este fenómeno, ofreciendo además un cuestionario de calidad al contexto colombiano.

Análisis de Datos y Procesamiento de la Información

Según Roberto Hernández-Sampieri “al analizar los datos cuantitativos debemos recordar dos cuestiones: primero, que los modelos estadísticos son representaciones de la realidad, no la realidad misma; y segundo, los resultados numéricos siempre se interpretan en contexto”.

Además, se tomará en cuenta lo que dice (Hernandez Sampieri, 2014, pág. 271) sobre el procedimiento de la información, pues en primera medida; “Seleccionar el programa estadístico para el análisis de datos. Ejecutar el programa. Explorar los datos: analizarlos y visualizarlos por variable del estudio. Se evalúa la confiabilidad y validez del instrumento escogido. Se lleva a cabo análisis estadístico descriptivo de cada variable del estudio. Se realizan análisis estadísticos inferenciales respecto a las hipótesis planteadas en este caso con el programa Power Bi. Se efectúan análisis adicionales y por último se preparan los resultados para presentarlos.

De acuerdo a (Hernandez Sampieri, 2014), se debe realizar el análisis de estadística descriptiva para cada una de las variables de la matriz (ítems o indicadores) y posteriormente para cada una de las variables del estudio, finalmente aplica cálculos estadísticos para probar sus hipótesis. La estadística no es un fin en sí misma, sino una herramienta para evaluar los datos.

Caracterización Sociodemográfica

Las características sociodemográficas son un conjunto de características biológicas, socio-económico-culturales que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando aquellas que puedan ser medibles, de acuerdo con (Hernandez Sampieri, 2014), cualificar datos cuantitativos: los datos numéricos son examinados y se considera su significado y sentido o lo que nos quiere decir, de este significado se conciben temas que pudieran reflejar

tales datos y se visualizan como categorías. Seguidamente se incluyen para los análisis. En este caso serán analizadas las preguntas desde una calificación y a partir de allí serán examinados desde lo hallado.

Plan de recolección de datos

Antes de iniciar con la aplicación del cuestionario, se explicó a los participantes el objetivo del estudio y de la actividad a realizar y durante la aplicación se aclararon dudas y consultas sobre el desarrollo del instrumento.

Control de calidad de los datos

Se consideraron únicamente las respuestas debidamente completadas, y se vigiló para que los datos como edad y grado fueran debidamente aportados.

Operacionalización de las variables categorías y subcategorías

Junto al cuestionario ARS se compartió la ficha sociodemográfica con un consecutivo de FS 00 a la FS 40, donde 40 estudiantes respondieron a dicho formulario cuantitativo y la correspondiente ficha sociodemográfica.

Para una mejor comprensión de los datos, en el siguiente cuadro se relacionan los factores que busca indagar el cuestionario ARS:

Factores	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Porcentaje
Obsesión	00,00	40,00	0% a 100%
Falta de control	00,00	24,00	0% a 100%
Uso excesivo	00,00	32,00	0% a 100%
Adición a redes sociales	00,00	96,00	0% a 100%

Tabla de Baremos: Para establecer los niveles de adicción en la calificación del testt se utilizaron los baremos propuestos por (Escrura Mayaute, 2014)

Baremo Provisional del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)

Percentil	Factor 1,	Factor 2,	Factor 3,	Total	Percentil
	Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Uso excesivo de las redes sociales	Adicción a las redes sociales	
5	1	1	2	5	5
10	3	3	3	10	10
20	4	4	4	13	20
25	5	5	4	15	25
30	5	5	5	17	30
40	7	7	6	20	40
50	9	8	8	24	50
60	11	10	9	30	60
70	13	11	10	34	70
75	14	12	11	37	75
80	15	13	12	39	80
90	19	15	15	47	90
95	23	18	18	57	95
99	30	21	25	73	99
M	10.03	8.73	8.27	27.03	M
DE	6.66	4.93	5.09	15.37	DE

N = 380

Presentación de Resultados

Con el fin de realizar la presentación de los resultados, teniendo en cuenta los objetivos de la investigación y la población participante, se presentará de la siguiente manera:

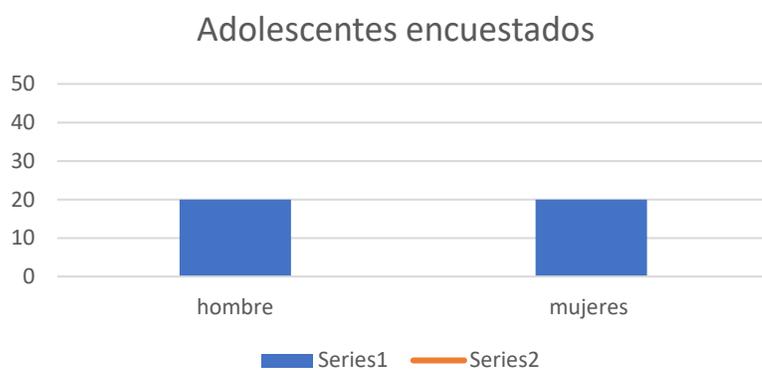
Objetivo 1:

- Describir las características sociodemográficas de los estudiantes de los grados de bachillerato de la IE Argemiro Escobar Cardona.

Presentación datos estadísticos de acuerdo al cuestionario ARS

Tabla 1:

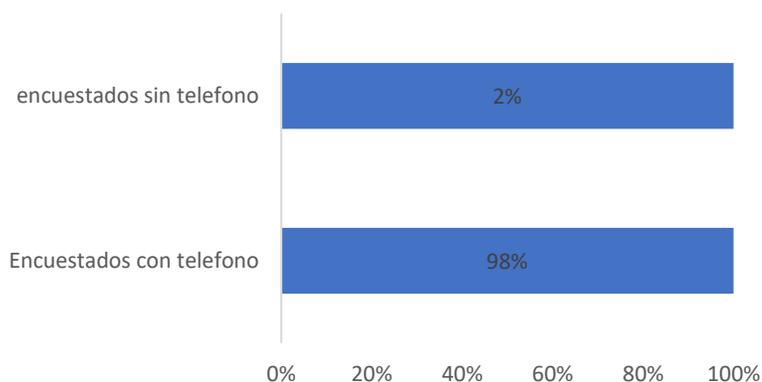
Muestra total de estudiantes encuestados



Participaron 40 estudiantes escogidos de manera aleatoria, donde por suerte fueron igual el número de participantes por género, para un 50% fueron hombre y un 50% fueron mujeres.

Tabla 2

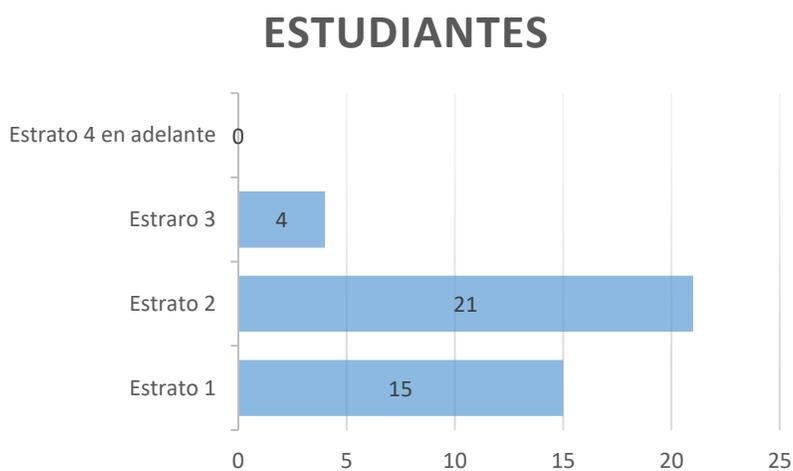
Porcentaje de estudiantes que tienen teléfono propio



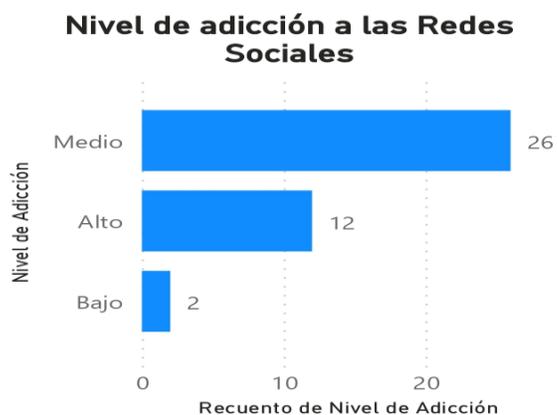
El 98% de los estudiantes respondieron contar con celular propio, mientras que el 2% dijeron no tener celular personal

Tabla 3

Estudiantes separados por estratos



La mayoría de estudiantes se encuentran dentro del estrato dos con un total de 21, seguido por 15 estudiantes que están en el estrato 1 frente a 4 del estrato 3, de los demás estratos no se encontraron estudiantes.

Tabla 4

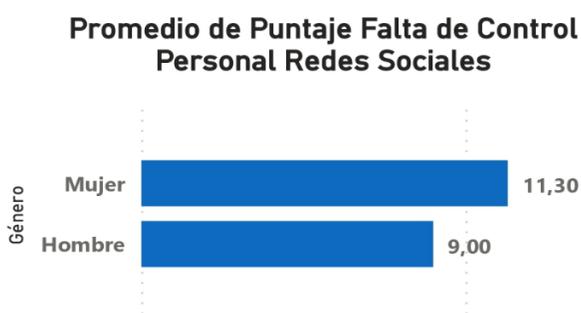
En la adicción a redes sociales teniendo en cuenta toda la muestra, se encontró que 12 estudiantes es decir el 30% de los encuestados están en un nivel alto de adicción a las redes sociales, mientras que 26 o lo que es lo mismo el 65% de los encuestados tienen un nivel medio de adicción a RS, mientras que solo el 5% tienen un nivel bajo de adicción.

Objetivo 2

- Identificar los factores de control personal y uso de redes sociales en los estudiantes.

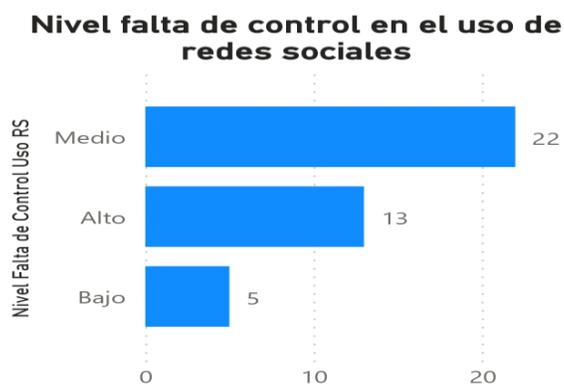
Tabla 5

Promedio de puntaje falta de control personal en las redes sociales



En el apartado de falta de control personal en redes sociales, se encuentra que en el grupo de mujeres el promedio fue de 11,30, mientras que en los hombres fue de 9, lo que deja a las mujeres con una cifra que evidencia que ellas tienen menos control sobre las redes sociales.

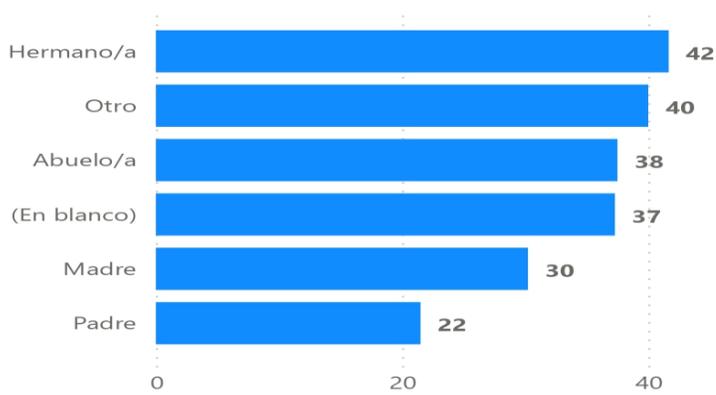
Tabla 6



Se encontró que 22 (55%) estudiantes se encuentran en un nivel medio de control en el uso de las redes sociales, frente a 13 (32%) que están en un nivel alto, mientras que de todos los encuestados están en un bajo nivel de control en el uso de redes sociales se encuentran 5 (12.5%)

Tabla 7

Promedio de adicción a las redes sociales según quien le presta el celular

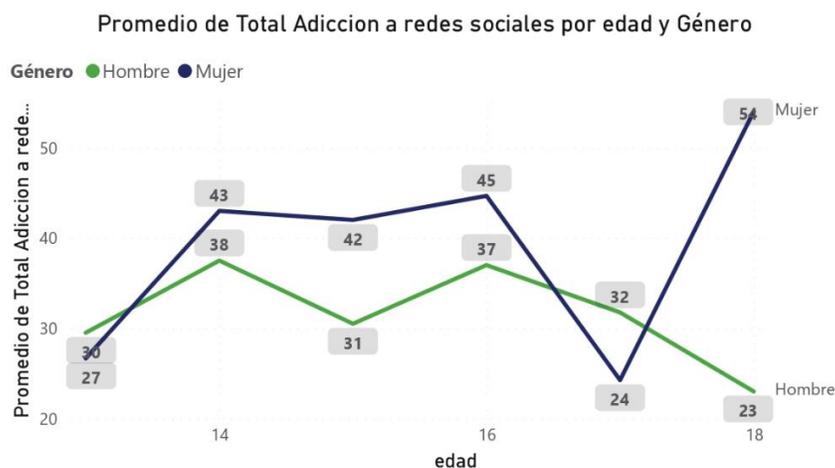


En el promedio de adicción a RS según quien le presta el celular, se encontró que cuando el hermano es quien le presta el teléfono hay mayor promedio de adicción a RS con 42 puntos, contrario a quienes se los presta el padre con 22 puntos y 30 cuando lo presta la madre.

Objetivo 3

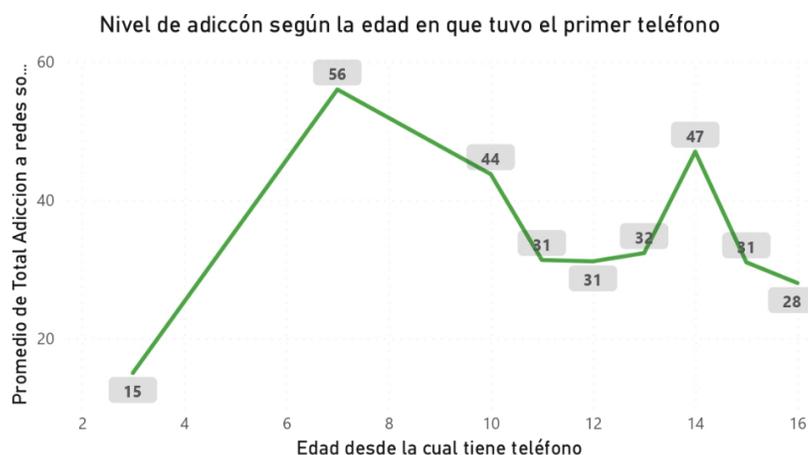
Analizar la relación que existe entre las características sociodemográficas y el uso de las redes sociales

Tabla 8



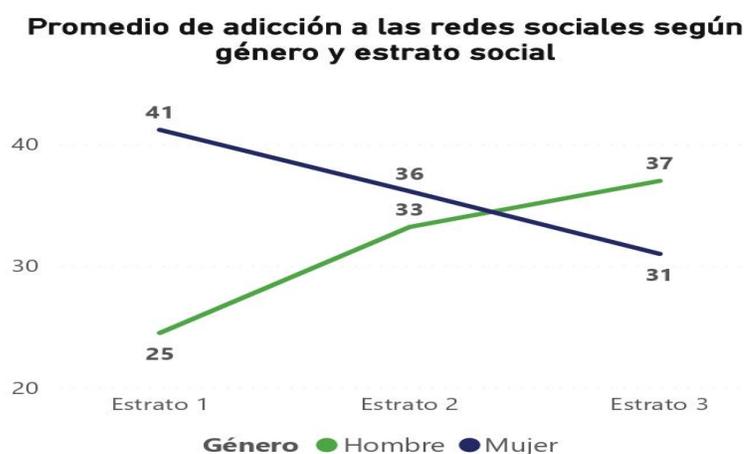
En esta grafica se relaciona el promedio total de adicción a redes sociales por edad y género. Encorándose que a los 13 años hay menos nivel de adicción, pero cuando pasa a los 14 la adicción sube en ambos géneros más en las mujeres que en los hombres, y posteriormente se mantiene entre los 15 y 16 año, cayendo el nivel a los 17 años en los hombres y mujeres, mientras que a los 18 años se marca una diferencia, pues en las mujeres se dispara el nivel de adicción mientras que en los hombres cae al nivel más bajo de la escala.

Tabla 9



Se encontró en este apartado que quienes consiguieron su primer teléfono a menor edad con un promedio de 7 años, son los que presentan mas nivel de adicción a las redes sociales puntuando con un promedio de 56, seguido por quienes llegaron a su primer móvil a los 14 años con 47 puntos de promedio, frente a quienes tuvieron el nivel más bajo de adicción a RS quienes obtuvieron su primer teléfono cuando tenían la edad de 3 y 16 años con un promedio de 25 y 28 respectivamente.

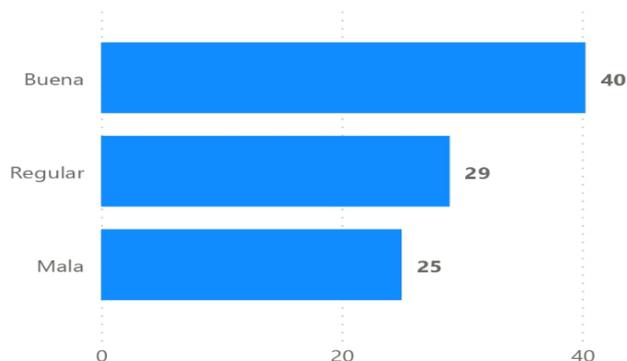
Tabla 10



Se encontró que los hombres a mayor estrato social más adicción presentan a las redes sociales con un promedio de 37 puntos, mientras que las mujeres a mayor estrato social tienen menos adicción a la RS con 31 puntos, cruzándose con que a menor estrato social las mujeres presentan mayor nivel de adicción con 41 puntos mientras que los hombres a menor estrato social, menor es su adicción a las RS con 25 puntos de promedio.

Tabla 11

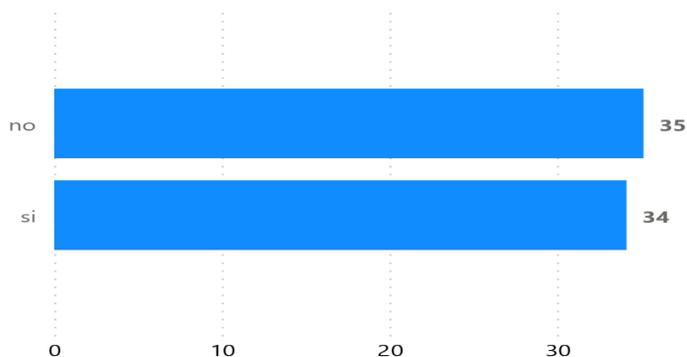
Promedio de adicción a las redes sociales según la situación económica del hogar



En un promedio de todos los participantes, se encontró que, con respecto a su consideración subjetiva, quienes decían tener una buena situación económica son los que presentan mayor nivel de adicción a RS con un promedio de 40 puntos, los que decían tener una situación regular se encontraron con el promedio en 29 puntos y los que mencionaron tener un nivel bajo mostraron un promedio de 25 puntos.

Tabla 12

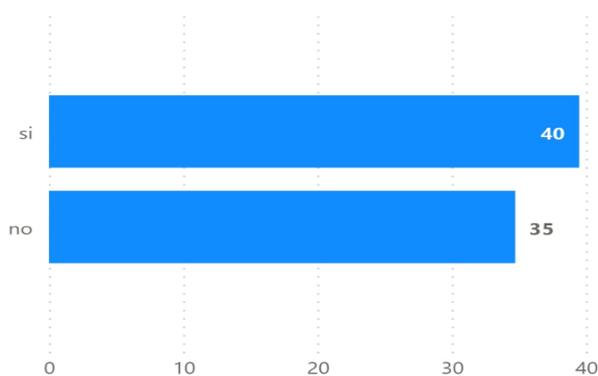
Promedio de adicción a las redes sociales según diagnóstico médico



En el campo de adicción a redes sociales según quienes tienen un diagnóstico médico frente a quienes no, se encontró que quienes no cuentan con un diagnóstico médico adverso tienen nivel de adicción a RS con un promedio de 35 puntos, frente al 34 de quienes si tienen diagnóstico médico.

Tabla 13

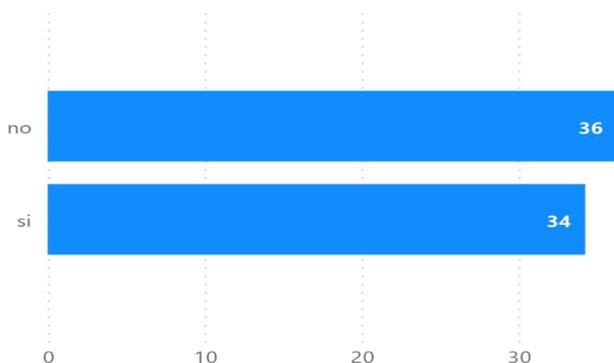
Promedio de adicción a las redes sociales según discapacidad



En promedio se encontró que quienes dijeron tener algún tipo de discapacidad tienen a puntuar mayor en adicción a RS con 40 puntos, mientras que los que no tienen discapacidad alguna, puntúan en 35.

Tabla 13

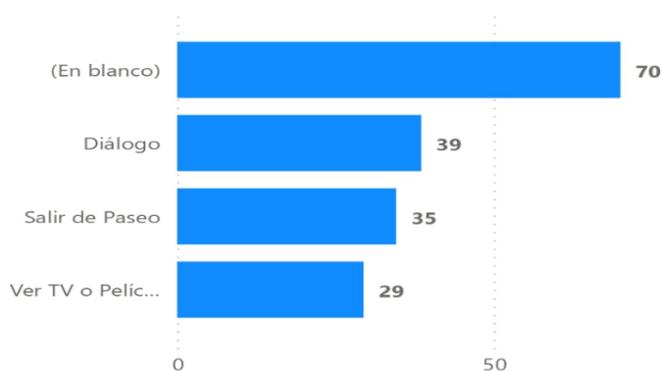
Promedio de adicción a las redes sociales según la práctica de un deporte



Quienes practican algún deporte mostraron un promedio de 34 puntos, mientras que quienes no practican deporte tienen un poco más de promedio con 36.

Tabla 14

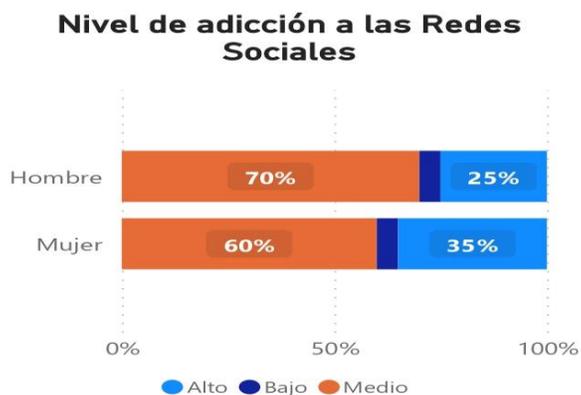
Promedio de adicción a las redes sociales según actividades con su grupo familiar



Los resultados arrojados en esta gráfica nos revelan que quienes no tienen actividad en familia tienen un promedio sorprendente de 70 puntos en adicción a RS, mientras que quienes dialogan de alguna manera con sus familiares puntúan en 39, mas quienes salen de paseo con su familia llegan a 35 puntos, y quien tiene menos puntaje en el promedio son quienes en familia

comparten actividades como ver TV o películas, puntuando con 29 en promedio, siendo el más bajo del gráfico.

Tabla 15



Por último y no menos importante, está el porcentaje global que nos lleva a conocer el nivel de adicción en los estudiantes encuestados, encontrando que el 25% de los hombres cuentan con un nivel alto de adicción a RS, y el 70% están en un nivel medio, frente a un 5% con un nivel bajo de adicción a RS, mientras que las mujeres llegaron al 35% dentro del alto nivel de adicción, frente al 60% en un nivel medio y el 5% en un nivel bajo.

Discusión

A los seres humanos les gusta lo nuevo, por alguna razón la innovación atrae y si a esto le sumamos que somos seres sociales, se puede encontrar una relación con el mundo virtual, un lugar cibernético donde podemos conocer cosas nuevas, lugares, experiencias y mensajes escritos o hablados, donde el protagonista es otro ser humano como nosotros. En el espacio virtual podemos encontrar esto muy bien, un mundo donde el internet son las calles y donde la novedad está a en cada esquina, pero su asombroso mundo llego muy rápido a todo el mundo, fue cuestión de años donde los móviles, el internet y las aplicaciones llegaron a todos el mundo, tomándonos de sorpresa.

Cuando algo te toma de sorpresa, o sabes cómo reaccionar, de hecho, las reacciones son inconscientes, de modo que podemos asombrarnos nosotros mismos de nuestra respuesta, y eso paso con las redes sociales. El ser humano no calculo lo invasivo que podía llegar a ser el hecho de tener un dispositivo electrónico que sirviera para hablar con otra persona en que este en otro lugar, y tampoco se preparó para poder llegar a estudiar, trabajar, jugar, divertirse y conocerse con otra persona por ese mismo dispositivo. Por esto la innovación y lo social llegaron para quedarse en los bolsillos de todos, pasando de ese lugar a nuestra mente, provocando cambios en el comportamiento.

En todos el teléfono y su mundo virtual de las redes sociales, no nos llegó de la misma manera, y en eso la edad juega un papel importante, sin ignorar otros factores, pero la edad como un factor que puede explicar etapas de la vida, nos sirve para entender cómo y de qué forma nos relacionamos con las redes sociales y hasta donde ellas pueden llegar en nuestras vidas. Y la

adolescencia es una de las etapas más cruciales en el tema de las redes sociales, más la adolescencia de hoy quienes nacieron en un mundo donde las redes era la innovación mundial y que hoy viven su mayor auge. Ellos en un contexto escolar, de curiosidad propia de la edad, y viviendo la etapa de fortalecimiento social, ven como las redes sociales es lo que mejor les ajusta.

Así que con el fin de dar respuesta a los objetivos plasmados en esta investigación se presentan los resultados post resultados del cuestionario aplicado:

Objetivo 1: Describir las características sociodemográficas de los estudiantes de los grados bachillerato de la IE Argemiro Escobar Cardona

La institución educativa donde se aplicó la prueba es pública, aunque no es una regla única, se deduce que la mayoría de estudiantes pueden ser de los estratos 1, 2 y 3 donde después de aplicada la ficha sociodemográfica, se encontró que el 98% de los alumnos tienen teléfono propio y el 2% no cuentan con un móvil, además que todos los estudiantes utilizan redes sociales, dato no menor, pues sabemos que es un tema ineludible en la actualidad social.

Estos datos corroboran las predicciones de otros estudios, quienes mostraban que cada vez crece más el uso de dispositivos telefónicos y redes sociales, por ejemplo; para la revista (Portafolio, 2022) en el año 2021 había 2,117 millones de usuarios y para 2022 se registran 4,950 millones, superando con creces los usuarios del 2021, en el caso de Colombia la mayoría de personas entre 20 a 29 años pasan más tiempo en redes sociales con un registro de 3 horas y 46 minutos ubicando a Colombia como el cuarto país en el mundo.

En Alemania mediante un estudio realizado por la OCDE (Hanushek, 2022) muestra que el tiempo que los niños dedicaban a actividades escolares se redujo a la mitad con la pandemia, con un 38% de los estudiantes dedicando no más de dos horas diarias al estudio y un 74% dedicando menos de cuatro horas. Mientras tanto, el tiempo dedicado al entretenimiento en actividades como; viendo televisión o jugando con computadoras o celulares, aumentó a más de cinco horas diarias.

Los adolescentes con disfuncionalidad familiar que provenían de familias pequeñas (1 a 3 miembros), los que utilizaban mayormente las redes sociales y los pertenecientes al nivel de estrato socioeconómico medio típico mostraron una mayor probabilidad de presentar adicción a internet. (Aponte D, 2017)

A propósito, la ficha sociodemográfica también arrojó que la mayoría de estudiantes se encuentran dentro del estrato dos con un total de 21, seguido por 15 estudiantes que están en el estrato 1 frente a 4 del estrato 3, de los demás estratos no se encontraron estudiantes, lo que nos sirve para ubicarnos con mayor precisión en una parte de la población estudiantil. Además de que todos los estudiantes participantes en el cuestionario estaban entre los 13 y 18 años, y en grados desde sexto al grado 11.

Por lo antes mencionado, encontramos que las pantallas siguen ocupando un espacio importante en el entretenimiento de los jóvenes y antes las cifras van en aumento, pues el 45% de los encuestados dicen pasar su tiempo en familia o amigos, en actividades donde las pantallas son los medios de ocio, divididos entre cine, ver televisión o video juegos, esto sin incluir las

redes sociales, que más adelante veremos que para los estudiantes encuestados es más importante las aplicaciones social media.

Para agregar, el 55% de los jóvenes dijeron estar diariamente 3 o más horas en el teléfono, mientras que el 22.5% dicen estar al menos dos horas diarias, y el 23.5% de los encuestados contestaron estar una hora diaria, teniendo en cuenta que en esta pregunta solo se interrogo sobre el teléfono, sin incluir pantallas como la televisión, cine o computador.

Para Rodríguez y Fernández (2014) relacionaron el tiempo de uso de las redes sociales e internet y la salud mental en adolescentes entre los 11 y los 15 años de edad, donde se evidencia que el tiempo que se pasa en redes sociales tiene una relación significativa con el desarrollo de patologías mentales.

Y según los encuestados, el 35% dijeron no practicar ningún tipo de deporte, mientras que el 65% de ellos si practican deporte, punto para poner la lupa, pues es una etapa crucial para el desarrollo del ser humano, el cual es necesaria la actividad física, que la facilidad que traen el mundo tecnológico no nos debe de alejar del movimiento propio del cuerpo que hace al ser humano más hábil.

Por último, el 18% de los encuestados dijeron tener algún tipo de diagnóstico médico, mientras que el 82% dijeron que no. Un 5% de los participantes dijeron tener algún tipo de discapacidad, datos que llegan a ser importantes para conocer la correlación entre estas variables y la adicción a redes sociales.

Objetivo 2: Identificar los factores de control personal y uso de redes sociales en los estudiantes.

Conducir un auto de manera correcta, prácticamente se basa en mantener el control del mismo, saber acelerar en el momento indicado, saber frenar cuando corresponde y girar donde es necesario. Eso es control sobre un automotor, saber qué hacer en el momento indicado y el uso adecuado. El auto control es ese control que se genera uno mismo sobre si, es la capacidad de decir no, cuando no conviene y si cuando es necesario, una de las facultades que más se han perdido en la actualidad con la adicción a la tecnología.

Para (Ko, Hsiao, Yen, & Yang, 2009) quienes propusieron unos criterios para diagnosticar un IA (Internet Adiction) o en español Adicción al Internet, debe de existir un patrón de uso des adaptativo que produce un malestar clínicamente significativo de más de 3 meses de duración, y uno de estos patrones es, Dificultades para controlar el impulso de uso, e identificar los factores de control personal y uso de redes sociales en los estudiantes es el objetivo de este apartado, y los resultados arrojados fueron los siguientes:

En uno de los factores del test ARS, llamado falta de control personal en redes sociales, se evidencio que las mujeres tienen un promedio más alto en falta de autocontrol con un puntaje de 11,30, mientras que los hombres tienen un puntaje de 9,00. Además, se encontró que el 32,5% de los hombres y mujeres están en un nivel alto, de falta de control personal en las redes sociales, mientras que el 55% se encuentran en un nivel medio y el 12,5% en un nivel bajo, y esto está directamente relacionado con el nivel de adicción a redes sociales.

Según (Aponte D, 2017) la adicción a las redes sociales se describe como un estado donde un individuo ha perdido el control del uso de las redes sociales y mantiene su rutina excesivamente hasta el punto en que el usuario experimenta resultados problemáticos que afectan negativamente a su vida manifestándose en distintos síntomas cognitivos, conductual y fisiológico, cuyos resultados serán pocas horas de sueño y poca actividad física durante largos periodos.

En este caso, una figura adulta de control es indispensable por el tema de la edad el aprendizaje propio de esta etapa, con respecto a esto, los resultados del estudio entregaron que el promedio de adicción a RS según quien le presta el celular, es más alto cuando el hermano es quien le presta el teléfono con 42 puntos, contrario a quienes se los presta el padre con 22 puntos y 30 cuando lo presta la madre, siendo estos dos últimos los más bajos. Se puede deducir que quien puede ejercer más autoridad son los padres directamente, lo que reduce el consumo de redes sociales contrario a cuando el hermano es el facilitador del dispositivo electrónico.

Objetivo 3: Analizar la relación que existe entre las características sociodemográficas y el uso de las redes sociales

Factores como una buena relación familiar, un círculo cercano positivo o contrario a un buen control parental, hacen que adolescente se vea influenciado tomando para sí conductas, buenas o malas dependiendo su entorno incluyendo, situación económica, diagnóstico médico, estrato social y gustos, por esto los siguientes datos nos ayudaran a relacionar la adicción a redes sociales con la ficha sociodemográfica.

Para (Carbonell Sanchez) los adolescentes se encuentran en el grupo de personas con mayor riesgo de adicción a las redes sociales, dadas las características propias de su evolución. En la aplicación del cuestionario se encontró que el promedio de adicción a redes sociales es de 34,75 puntos en una escala de 00,00 a 96,00, confirmando de alguna manera que los adolescentes son unos de los grupos más proclives para entrar en este tipo de adicción.

En el cuestionario encontramos que el promedio total de adicción a redes sociales por edad y género, que a los 13 años hay menor nivel de adicción, pero cuando pasa a los 14 años la adicción sube en ambos géneros más en las mujeres que en los hombres, y posteriormente se mantiene entre los 15 y 16 años, cayendo el nivel a los 17 años en ambos sexos, mientras que a los 18 años se marca una diferencia, pues en las mujeres se dispara el nivel de adicción a RS mientras que en los hombres cae al nivel más bajo de la escala.

Y Según (Granados et al., 2020); una excesiva preocupación e impulsos incontrolables por acceder y permanecer en las redes sociales, un aislamiento de su entorno habitual y ciertos trastornos de tipo cognitivo y emocional. La personalidad, la autoestima, la vulnerabilidad psicológica, la ansiedad, el estrés serían algunos factores de riesgo para desarrollar una adicción a nuevas tecnologías en adolescente

En el cuestionario se encontró que quienes consiguieron su primer teléfono a menor edad con un promedio de 7 años, son los que presentan más nivel de adicción a las redes sociales puntuando con un promedio de 56, seguido por quienes llegaron a su primer móvil a los 14 años con 47 puntos de promedio, frente a quienes tuvieron el nivel más bajo de adicción a RS quienes obtuvieron su primer teléfono cuando tenían la edad de 3 y 16 años con un promedio de 25 y 28

respectivamente. Es necesario estar alerta a momento de proveer el teléfono pues según (Mamani Aquino, 2019) Las redes sociales impacta principalmente a niños, adolescentes y jóvenes y muchas veces esto constituye en la formación de la identidad, el desarrollo personal y social; por lo tanto están más vulnerables ante una adicción, causando la necesidad de estar en conexión para estar actualizado en tiempo real, intolerancia a la espera, necesidad de reconocimiento, evasión de la soledad y deseo irreprimible de estar globalizado.

Además, se encontró que los hombres a mayor estrato social más adicción presentan a las redes sociales con un promedio de 37 puntos, mientras que las mujeres a mayor estrato social tienen menos adicción a la RS con 31 puntos, cruzándose con que a menor estrato social las mujeres presentan mayor nivel de adicción con 41 puntos mientras que los hombres a menor estrato social, menor es su adicción a las RS con 25 puntos de promedio. Como si las redes sociales se tratasen de una puerta de salida de una realidad económica para las mujeres y una de conquista para los hombres que están en mejor posición social.

En un promedio de todos los participantes, se encontró que y con respecto a su consideración subjetiva, quienes decían tener una buena situación económica, son los que presentan mayor nivel de adicción a RS con un promedio de 40 puntos, los que decían tener una situación regular se encontraron con el promedio en 29 puntos y los que mencionaron tener un nivel bajo mostraron un promedio de 25 puntos.

En el campo de adicción a redes sociales según quienes tienen un diagnóstico médico frente a quienes no, se encontró que quienes no cuentan con un diagnóstico médico adverso

tienen nivel de adicción a RS con un promedio de 35 puntos, frente al 34 de quienes, si tienen diagnóstico médico, no mostrándose una diferencia sustancial.

En promedio se encontró que quienes dijeron tener algún tipo de discapacidad tienen a puntuar mayor en adicción a RS con 40 puntos, mientras que los que no tienen discapacidad alguna, puntúan en 35. Lo que corrobora lo que dice (Carbonell Sanchez, sf) que quienes son más propensos a este tipo de adicciones son personas que atraviesan determinadas situaciones (separación, jubilación, dedicación exclusiva al hogar, por ejemplo); o personas con limitaciones de comunicación o de movimiento.

Quienes practican algún deporte mostraron un promedio de 34 puntos, mientras que quienes no practican deporte tienen un poco más de promedio con 36, lo que no lo hace una diferencia relevante en esta investigación.

Los resultados arrojados en esta gráfica nos revelan que quienes no tienen actividad en familia tienen un promedio sorprendente de 70 puntos en adicción a RS, mientras que quienes dialogan de alguna manera con sus familiares puntúan en 39, más quienes salen de paseo con su familia llegan a 35 puntos, y quien tiene menos puntaje en el promedio son quienes en familia comparten actividades como ver TV o películas, puntuando con 29 en promedio, siendo el más bajo del gráfico. Y para (Aponte D, 2017) Los adolescentes con disfuncionalidad familiar que provenían de familias pequeñas (1 a 3 miembros), pues quienes tienen más tiempo solos son quienes se ven más inclinados a la adicción.

Conclusiones

- El 30% de los encuestados están en un nivel alto de adicción a las redes sociales, mientras que el 65% de ellos tienen un nivel medio de adicción y el 5% tienen un nivel bajo de adicción a RS, y si de promedio se trata se encontró que los estudiantes tienen un 34,75 en una escala que va de 0 hasta 96, en la adicción a redes sociales lo que es considerado muy alto.
- Las actividades en familia son fundamentales para la distracción sana de los adolescentes y de alguna manera también esto también se relaciona con la falta de auto control con las redes sociales.
- Los adolescentes son curiosos y hambrientos por conocer el mundo, y las redes sociales son una ventana para conocer el mundo virtual, por esto el teléfono celular se convirtió en una herramienta innegable para los estudiantes, todos quieren uno, todos necesitan uno, todos tienen uno.
- Son poco conocidas las herramientas para mantener el control de las redes sociales en los niños y adolescentes, y más desconocidas para los padres.
- El teléfono es hoy en día para los jóvenes la fuente de entretenimiento, conocimiento, ocio, trabajo, estudio y cortejo.
- El teléfono celular ya es visto como una necesidad, pues sin importar la situación económica ni estrato social, la gran mayoría de personas tienen un teléfono como herramienta multifuncional

12. Recomendaciones

- En las instituciones educativas se debe fomentar el deporte y la creatividad lúdica con el fin de que la actividad física sea prioridad, teniendo en cuenta que la niñez y la adolescencia lo requieren.
- Debe existir cátedra sobre el buen uso del teléfono celular, con énfasis en las redes sociales, peligros y virtudes, además, orientador a los escolares sobre el uso de herramientas de prevención y auto seguridad en la RS, promoviendo aplicaciones de control de tiempo en redes sociales, entre alumnos y padres o tutores
- Al entorno investigativo y de la psicología, se le recomienda usar investigaciones experimentales con el tema de redes sociales, para ver la reacción de un grupo de estudio después de recibir pautas sobre el buen uso de las redes
- El ámbito académico debe aprovechar el potencial de los adolescentes con el manejo de las tecnologías actuales incluyendo el teléfono, para fomentar visión y educación en torno al desarrollo de aplicaciones y software y promover una cátedra sobre el aprovechamiento de las redes sociales como medio de emprendimiento
- A la familia, trabajar en el fortalecimiento de la atención e integración de los suyos, ya que los jóvenes buscan a manera de escape refugio en otros lugares, entre ellas las RS y en conjunto con profesores estar alertas con el uso de los

celulares pues un aviso puede llegar a ser una prevención de un delito, un conflicto o un mal uso de las redes

- A la sociedad, la adicción a las redes sociales no debe verse como una adicción de poca peligrosidad, pues ella también ataca el sistema dopaminérgico de las personas, y puede acarrear problemas como por ejemplo en la motivación, por mencionar solo un factor

Referencias:

Anthony Santiago Ayala Ramírez, R. Y. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de investigacion* .

APA, A. P. (2014). *Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*. American Psychological Association [APA].

Aponte D, C. P. (2017). (1.-1. Redalyc, Ed.) <http://www.redalyc.org/pdf/1696/169653497004.pdf>.

Ardila Novas, I. S. (2022). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa sede Villavicencio*. Villavicencio, Meta: Universidad Cooperativa de Colombia.

Carbonell Sanchez, X. (sf). *Adicciones tecnológicas: que hacer y como tratarlas*. Madrid, España: Sintesis S.A.

Cardona Larenas, L. V. (2014). *Adicción a los video juegos en alumnos de 9° y 11° de los colegios públicos y privados de la ciudad de Tuluá*. Tuluá, Valle: Universidad Central del Valle del Cauca.

Celaya, J. (2008). *La Empresa en la WEB 2.0*. España.: Editorial Grupo Planeta.

Clinica universitaria de hamburgo. (2018). *Estudio: 100.000 adolescentes son adictos a WhatsApp y Cía*.

Cultura científica. (1 de diciembre de 2020). *Cuaderno de cultura científica*.

<https://culturacientifica.com/2020/12/01/historia-de-la-primera-red-social/>

Dolfo. (1991).

Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. Palma de Mallorca, España: Sociedad Científica Española de Estudios.

Echeverri, O. K.-Y.-I.-S. (2021). *Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación*. Envigado, Antioquia: Psicogente.

Escorra Mayaute, M. y. (2014). *CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ADICCIÓN*. Lima (Perú) : LIBERABIT.

Estrada Araoz, E. G. (2020). *Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de Puerto Maldonado*. Puerto Maldonado, Peru: Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios.

Etecé, E. (16 de Julio de 2016). *Concepto*. <https://concepto.de/redes-sociales/#ixzz81FS8R100>

Fondo monetario internacional. (2005). *La globalización: ¿Amenaza u oportunidad?*

Frabra, Millerlandy . (s.f.). *Academia*. https://www.academia.edu/31597570/Deontologia_libro_pdf

Gaete, V. (2015). *Desarrollo psicosocial del adolescente*. Santiago de Chile: Revista chilena de pediatría.

Galvis Cabrera, A. F. (2019). *Análisis de la relación entre el uso de redes sociales virtuales, la ansiedad social y la adicción al Internet con la presencia de tecnoestrés*. Universidad Piloto de Colombia.

Haeussler Quezada, M. F. (2014). *NIVEL DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES MIEMBROS DEL MOVIMIENTO JUVENIL PANDILLAS DE LA AMISTAD Y SU RELACIÓN CON*. GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN: UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR.

Hanushek, E. A. (2022). *The Economic Impacts of Learning Losses*. Alemania: OCDE.

Hernandez Sampieri, R. B. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico D.F.: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Herrera Rodríguez, J. I. (2018). *Dialnet*. Retrieved 2023, from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7011905#:~:text=El%20paradigma%20positivista%20tambi%C3%A9n%20llamado,reales%2C%20temporalmente%20precedentes%20o%20simult%C3%A1neas.>

lab.Colombia. (04 de febrero de 2022). *iab.colombia*. <https://www.iabcolombia.com/40-de-los-menores-de-14-anos-en-latinoamerica-accede-a-las-redes-sociales-sin-supervision/>

Ko, C. H., Hsiao, S., Yen, J., & Yang, M. E. (2009). Brain activities associated with gaming urge of online gaming addiction. *Journal of psychiatric research*, 43, 739-747.

LOPERA, J. D. (04 de mayo de 2023). El tiempo: <https://www.eltiempo.com/tecnosfera/novedades-tecnologia/asi-esta-el-mercado-de-redes-sociales-en-colombia-y-el-mundo-762883#:~:text=Seg%C3%BAun%20an%C3%A1lisis%20de%20la,contaba%20con%2039%2C34%20millones.>

Lozares Colina, C. (1996). Teoría de las redes sociales. *Papers revista de psicología*, 109.

Mamani Aquino, A. L. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en Lima*.

Milla Gargate, R. (2019). *Impulsividad y adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio estatal del distrito de Puente Piedra, 2019*. Lima - Peru.

Murakami, R. S. (1986).

OMS Organización mundial de la salud. (sf). *Biología*. <https://www.who.int/es/>

Pari Ccama, Y. (2019). *Uso de los smartphome en las relaciones familiares en estudiantes*. Puno, Peru: Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Peru.

Pineda Pérez Susana, A. S. (sf). *El concepto*.

PORTAFOLIO. (s.f.). <https://www.portafolio.co/tendencias/colombia-uno-de-los-paises-donde-mas-utilizan-redes-sociales-561100>

Portafolio. (enero de 2022). *Revista Portafolio*. <https://www.portafolio.co/tendencias/colombia-uno-de-los-paises-donde-mas-utilizan-redes-sociales-561100>

Pychyl, T. A. (2010). *La solución a la procrastinación*. Ottawa Canada: comics Copyright.

retroinformatica. (s.f.). *retroinformatica*. Facultad de informática de Barcelona:

<https://www.fib.upc.edu/retro-informatica/historia/internet.html>

Rosero Bolaños, A. D. (2021). *Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos*. Pasto, Colombia: Informes Psicológicos, 22(2), pp. 29-45.

Sanchez. (2010).

Sanchez Fernandez, N. (2013). *Trastornos de conducta y redes sociales en Internet*. Rinconada Coapa, Tlalpan: Salud mental Vol. 36, No. 6.

Santander Universidades. (2023). *Ssantander | Becas*. <https://www.becas-santander.com/es/blog/tipos-de-redes-sociales.html>

Silva Saldaña, A. J. (2020). *Funcionalidad familiar y nivel de autoestima asociados a la adicción por redes sociales en adolescentes. Institución Educativa San Ramón- la Recoleta - Cajamarca. 2019.*
Cajamarca Peru.

Sura. (25 de Septiembre de 2020). *Sura a y riesgos. seguros tendenci:*

<https://segurossura.com/blog/habitat/la-importancia-del-smartphone-en-nuestra-cotidianidad/#:~:text=En%20la%20actualidad%20pensarnos%20sin,de%20entretenimiento%2C%20entre%20otras%20cosas.>

Thorndike, E. (1913).

Torres, L. M. (2018). *Prevalencia de esquemas maladaptativos tempranos en la adicción a redes sociales virtuales.* Bello, Colombia.

unavidaonline. (2023). <https://unavidaonline.com/>. <https://unavidaonline.com/>

Unicef. (2022). *EL IMPACTO DE LA COVID-19 EN LA EDUCACIÓN DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES.*

Vargas, M. A. (2017). *Academic procrastination: the case of mexican.* American journal of education and learning,.

Vidal, S. (s.f.). *Aspectos éticos de la investigación en seres humanos .* Red iberoamericana y del caribe de bioetica.

Villacrés, E. F. (2015). *LA INFLUENCIA DEL CELULAR Y REDES SOCIALES EN LA VIDA ACTUAL*. Guayaquil

Ecuador: Universidad de Guayaquil.