

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"NIVEL DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES  
MIEMBROS DEL MOVIMIENTO JUVENIL PANDILLAS DE LA AMISTAD Y SU RELACIÓN CON  
LAS MANIFESTACIONES DE ANSIEDAD."**

TESIS DE GRADO

**MARIA FERNANDA HAEUSSLER QUEZADA**  
CARNET 12932-09

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, DICIEMBRE DE 2014  
CAMPUS CENTRAL

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"NIVEL DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES  
MIEMBROS DEL MOVIMIENTO JUVENIL PANDILLAS DE LA AMISTAD Y SU RELACIÓN CON  
LAS MANIFESTACIONES DE ANSIEDAD."**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
HUMANIDADES

POR

**MARIA FERNANDA HAEUSSLER QUEZADA**

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, DICIEMBRE DE 2014  
CAMPUS CENTRAL

## **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: DR. CARLOS RAFAEL CABARRÚS PELLECCER, S. J.  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS  
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

## **AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS  
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO  
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY  
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

## **NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**

MGTR. INGRID MARIA EUGENIA SIERRA SALGUERO DE GODOY

## **REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**

MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS

Guatemala, 18 de noviembre de 2014

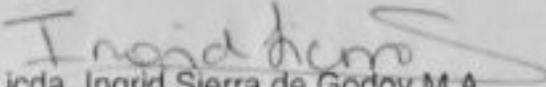
Señores  
Consejo  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Psicología

Estimados señores del Consejo:

Deseándole éxitos en cada una de sus actividades. Por este medio hago de su conocimiento que he acompañado y revisado el Proyecto de tesis de la estudiante **MARÍA FERNANDA HAEUSSLER QUEZADA** de la Carrera de *Licenciatura en Psicología Clínica* quien se identifica con CARNET NO. 1293209, cuyo título es **"NIVEL DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES MIEMBROS DEL MOVIMIENTO JUVENIL PANDILLAS DE LA AMISTAD Y SU RELACIÓN CON LAS MANIFESTACIONES DE ANSIEDAD"**

Por lo que solicito sea revisado el trabajo final de graduación, por los miembros del Consejo de la Facultad.

Atentamente,

  
Licda. Ingrid Sierra de Godoy M.A.  
Código 23045



**Orden de Impresión**

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante MARIA FERNANDA HAEUSSLER QUEZADA, Carnet 12932-09 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 05847-2014 de fecha 5 de diciembre de 2014, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

**"NIVEL DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES MIEMBROS DEL MOVIMIENTO JUVENIL PANDILLAS DE LA AMISTAD Y SU RELACIÓN CON LAS MANIFESTACIONES DE ANSIEDAD."**

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 5 días del mes de diciembre del año 2014.



Universidad  
Rafael Landívar  
Tradición Jesuita en Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Secretaría de Facultad

*Irene Ruiz Godoy*

**MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA  
HUMANIDADES  
Universidad Rafael Landívar**

# ÍNDICE

RESUMEN .....	3
I. INTRODUCCIÓN.....	4
1. Adicción: .....	13
1.1 Definición .....	13
1.2 Niveles de adicción:.....	13
1.3 Adicción en adolescencia .....	14
2. Redes sociales .....	19
2.1 Definición .....	19
2.2 Principales redes sociales .....	20
3. Ansiedad.....	22
3.1 Definición .....	22
3.2 Niveles de ansiedad: .....	23
3.3 Manifestaciones de ansiedad .....	24
3.3.1 Manifestaciones fisiológicas: .....	24
3.3.2 Manifestaciones Psicológicas:.....	26
3.4 Trastorno de ansiedad.....	27
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	29
2.1 Objetivos: .....	30
2.1.1 Objetivo general: .....	30
2.1.2 Objetivos específicos:.....	30
2.2 Variables de Estudio: .....	30
2.3 Definición de variables: .....	30
2.3.1 Definición conceptual de las variables: .....	30
2.3.1.1 Adicciones a las redes sociales:.....	30
2.3.2 Definición operacional de las variables:.....	31
2.4 Alcances y Límites .....	32
2.5 Aportes:.....	32
III MÉTODO .....	34

3.1 Sujetos: .....	34
3.2 Instrumento: .....	36
3.3 Procedimiento .....	39
3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística: .....	40
IV PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....	41
V. DISCUSIÓN .....	53
VI. CONCLUSIONES .....	61
VII. RECOMENDACIONES .....	64
IV. REFERENCIAS .....	66
ANEXOS .....	72
ANEXO 1 .....	73
ANEXO 2 .....	78
ANEXO 3 .....	79

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes que forman parte del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad, así como determinar los niveles de ansiedad y sus manifestaciones. Para cumplir dicho objetivo se establecieron factores comunes entre las áreas fisiológica, cognitiva y actitudinal de 50 sujetos (32 mujeres y 18 hombres) comprendidos entre las edades de 13 a 18 años.

La recolección de los datos se llevó a cabo mediante la aplicación del Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías, elaborada y adaptada por Oliva, Hidalgo, Moreno, Jiménez, Jiménez, Antolín y Ramos (2012). Dicha encuesta contempla la escala de ansiedad y depresión para determinar los problemas emocionales y conductuales. Los rangos de interpretación que se utilizaron fueron: Sin adicción (20-39 puntos), adicción moderada (40-69 puntos) y adicción grave (70 -100 puntos) y para los índices de ansiedad fueron no ansioso (13-21 puntos), algo ansioso (22-30 puntos) y muy ansioso (31-39 puntos).

La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo de tipo no experimental. La metodología estadística que se utilizó para el análisis de los resultados fue la media, moda, desviación estándar, el coeficiente de correlación de Pearson y porcentajes. Para el análisis estadístico se utilizó el programa de SPSS y el programa Microsoft Office Excel 2010.

Por último se concluyó que los sujetos demostraron niveles de adicción moderada en cuanto al uso de internet, tecnologías y redes sociales y que no presentan niveles graves de ansiedad. Asimismo, que los adolescentes se inician en el uso de las tecnologías a más tardar a los 10 años de edad. Se recomienda impartir talleres de formación a jóvenes y padres con fines preventivos acerca del tema.

## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente el uso excesivo de las redes sociales en adolescentes es un fenómeno que afecta a las sociedades a nivel nacional e internacional ya que ellos tienen fácil acceso a estos recursos por medio de dispositivos móviles, computadoras u otros medios, de manera ilimitada y con muy poca supervisión.

Estudios han demostrado que el uso indebido de las redes sociales puede provocar efectos negativos en las personas que las utilizan. Hoy en día, son cada vez más los jóvenes quienes, desde temprana edad, utilizan de manera excesiva estos recursos, logrando con ello más y mejor acceso a la información de manera inmediata; mayor comunicación con diversas personas en todas partes del mundo; amplios conocimientos tecnológicos de las redes sociales como medio de información; etc. sin embargo, también se han observado alteraciones en el comportamiento y estados de ánimo de quienes las utilizan, poniendo en riesgo sus relaciones sociales y ocupaciones.

Por lo anterior, esta investigación pretende determinar el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil Pandillas de la Amistad, y su relación con las manifestaciones de ansiedad. Para tal caso, se presentan los estudios más recientes relacionados con la ansiedad y las adicciones a las redes sociales a nivel nacional.

Dentro de los estudios nacionales con relación al tema de la adicción, León (2012), en su investigación descriptiva, tuvo como objetivo identificar cuáles son los efectos del uso de la Blackberry en las relaciones interpersonales entre los adolescentes, mediante entrevistas personales y observación. El estudio encontró que sí existe una adicción a su uso en el 80% de los adolescentes y cambio en sus comunicaciones interpersonales de normales a regulares. La

autora recomendó la constante cercanía de los padres para medir el uso de redes sociales en los móviles.

Siempre en la misma línea, Fajardo (2004) realizó un estudio descriptivo sobre la diferencia en el nivel social, emocional, escolar y familiar entre un grupo de jóvenes adictos al servicio de internet, un grupo de jóvenes con rasgos de adicción y un grupo de jóvenes sin rasgos. La muestra estaba formada por 120 individuos de sexo masculino y 81 sujetos de sexo femenino comprendidos entre los 18 y 24 años y fue evaluada con el Inventario de Adaptación de Conducta – IAC- y el Cuestionario de Adicción a Internet. Los hallazgos fueron que solamente el 5.0% tiene adicción a internet, 13.9% presenta rasgos y 81% no presenta rasgos y que si existe diferencia significativa en los niveles de adaptación social y global, entre los jóvenes adictos y los que presentan rasgos y el grupo que no presenta rasgos. Entre las recomendaciones el autor menciona crear y fomentar la conciencia en padres y educadores de que el uso adictivo de internet tiene consecuencias nocivas en la adaptación de los jóvenes en este caso, y recomienda la supervisión constante.

Asimismo en el tema del uso de Redes Sociales, la empresa Ilifebelt (2013), realizó un estudio sobre el uso de las Redes Sociales en Centro América, el cual indicó que en el área los usuarios de las redes sociales están distribuidos de la siguiente manera, por edades, de 12 a 17 años 9%, de 18 a 20 años el 10%, 21 a 24 años 21%, 25 a 30 años 24%, 31 a 34 años 11% y 35 a 44 el 17%, de 45 a 49 años un 5% y de 50 a 54 años el 3%. Siendo las redes más utilizadas facebook, twitter y google+ por medio de computadoras personales, portátiles y teléfonos inteligentes. El estudio concluye que Las Redes Sociales siguen creciendo en la región aunque de forma fragmentada. Facebook mantiene el liderazgo con un 98% de participación, sin embargo su crecimiento no es tan acelerado como durante 2012. 62% de los usuarios de Redes Sociales

son universitarios (Estudiantes y Graduados). A nivel centroamericano 62% de los usuarios de Redes Sociales son varones. En cuanto a Facebook, el 52% de sus usuarios son varones. La edad en la que se encuentra el mayor grupo de usuarios de Redes Sociales en la región es entre los 25 y 30 años (24%). En conjunto 68% de los usuarios de Redes Sociales son personas con ocupación laboral.

Por otro lado Marroquín (2011), establece como objetivo en su investigación del tipo descriptiva, evidenciar la presencia del mecanismo de defensa de la proyección entre los jóvenes usuarios de redes sociales, en alumnos del Colegio Campo Alto que oscilan entre los 15 y 17 años. Mediante entrevista estructurada, se encontró que con el uso de redes sociales, el joven proyecta una imagen diferente a lo que es; es decir, que se convierten en una vía de escape en la que se expresa y comporta como desea y no como es, situación que interfiere en su integración social dentro y fuera de las redes. Marroquín recomienda la implementación de actividades sociales y deportivas que integren al joven en medio social físico y vigilancia constante que establezca límites en cuanto a tiempo dedicado al uso de redes sociales. Estadísticas que evidencian que el mal uso de esta herramienta, puede repercutir en el comportamiento del usuario.

De la misma manera, Romero (2013), realizó una investigación con el objetivo de describir los factores de riesgo que predisponen a los adolescentes de una institución privada al uso adictivo de las redes sociales en internet. La muestra fue conformada por 111 estudiantes de ambos sexos que cursaban de primer curso a cuarto bachillerato, comprendidos entre las edades de 13 a 18 años. El diseño de investigación fue el no experimental de tipo descriptivo por medio de encuestas y escalas de Likert diseñadas para esa investigación. Se concluyó que los adolescentes entre 14 y 16 años representaban riesgo a la adicción de redes sociales acompañada

de padecimientos físicos como dolor de cabeza, sensación de ahogo y pérdida del aliento; dificultad en el control de impulsos, agresión, irritabilidad y depresión, dificultad para relacionarse con sus padres y demás personas de su entorno social y falta de interés en las relaciones interpersonales. Romero recomendó que para minimizar los daños de esta adicción se deben fortalecer las habilidades sociales relacionándose con otros adolescentes y mejorar sus habilidades para el autocontrol.

Por otro lado y con relación al tema ansiedad Pacheco (2011), realizó un estudio para describir las manifestaciones de ansiedad en los jóvenes adultos de 20 a 23 años que emplean videojuegos. Utilizó un enfoque mixto con un diseño Transeccional. Como grupo de estudio se tomó a 8 jóvenes adultos, jugadores de videojuegos, de sexo masculino, comprendidos entre los 20 a 23 años de edad, que juegan a la semana 12 horas, a quienes se les aplicó el Inventarios situacional y Respuestas de Ansiedad (ISRA). Se encontró que todos los jóvenes presentan ansiedad a nivel fisiológico, cognitivo y conductual motor, en un rango de moderada; el cual se manifiesta principalmente por una compulsión por empezar a jugar, lograr el objetivo del juego y ser mejor en el juego; pérdida de la noción del tiempo mientras juegan y la adquisición de hábitos como fumar, beber licor, escuchar música y en algunos casos fumar marihuana mientras juegan. El autor recomienda establecer rutinas que permitan reducir el tiempo de juego y buscar ayuda para tratar el cuadro de ansiedad de manera multidisciplinaria.

De la misma manera, Reyes (2003), realizó un estudio para establecer la relación existente entre el rendimiento académico, la ansiedad antes los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. La muestra estuvo constituida por 62 estudiantes de ambos sexos. Se utilizó el Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad sobre Exámenes, el

cuestionario de personalidad 16PF, el Cuestionario de Autoconcepto forma A, y el Autoinforme de Conducta Asertiva. Los resultados obtenidos fueron analizados a través del paquete de análisis estadístico para la investigación en Ciencias Sociales SPSS (versión 9.0), mediante el Coeficiente de Correlación de Pearson y la Ecuación de Análisis de Regresión Múltiple para analizar los resultados de las pruebas. Se encontró una correlación positiva significativa entre el rendimiento del alumno y variables como el autoconcepto académico, el autoconcepto familiar y el rasgo sumisión-dominancia, siendo esta última correlación negativa. Además, se observó que el auto concepto académico es un predictor del rendimiento en los alumnos.

Por su parte, Fernández (2012), realizó una investigación para establecer las manifestaciones de ansiedad en niños ansiosos que padecen de VIH/SIDA e institucionalizados en el Hogar Madre Anna Vitiello. Para el estudio se hizo un tamizaje con el Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) para seleccionar a ocho sujetos para entrevistar los cuales presentaban los mayores índices de ansiedad. Luego, se utilizó un instrumento creado específicamente para la investigación y se utilizó el método cualitativo, mediante una entrevista estructurada. Fernández concluyó que los rasgos de ansiedad se encuentran dentro de los límites de Ansiedad Media, con una diferencia sumamente baja que los separa de la Ansiedad Alta. Entre los principales hallazgos, se encontró que los niños de la muestra sufren las manifestaciones fisiológicas propias como sudoración fría, taquicardia y temblores, en la misma medida presentes en niños y niñas. El temor a la oscuridad es el más frecuente y presente en el 100 por ciento de la muestra. El autor recomienda principalmente grupos de apoyo dirigidos por profesionales para contribuir a mejorar la salud mental de los niños y niñas.

En esta misma línea la investigación realizada por Castillo (2012), con el objetivo de establecer si la evaluación del desempeño tiene influencia en los niveles de ansiedad de un grupo

de empleados de una empresa dedicada a la comercialización de productos de telefonía celular. La población que participó en el mismo estuvo conformada por 39 trabajadores comprendidos entre las edades de 19 a 54 años, con un nivel académico entre tercero básico y cursos aprobados en diferentes carreras universitarias. De la muestra 20 eran hombres y 19 mujeres. El instrumento utilizado fue el State-TraitAnxietyInventory (STAI 82) del Dr. Spielberg, con el fin de medir los niveles de ansiedad, dividiéndoles en Ansiedad estado y en Ansiedad rasgo. El diseño de la investigación fue de tipo cuasi-experimental porque relaciona la experimentación con la investigación descriptiva. Los resultados de este estudio guardan poca correlación entre sí, lo cual determina que los niveles de ansiedad no se vieron afectados por la evaluación del desempeño, pero que si varían considerablemente según el género. No obstante los trabajadores no perciben la evaluación como una amenaza para su trabajo. Castillo recomienda verificar las causas por las que los trabajadores no muestran ansiedad e incluir dentro del proceso de selección evaluar las habilidades del candidato para el manejo adecuado de la ansiedad.

Dentro de las investigaciones internacionales relacionadas a la ansiedad y la adicción a las redes sociales, Oliva et al. (2012) realizaron un estudio cuantitativo a 1601 adolescentes de la comunidad de Andalucía, España, con los objetivos de evaluar el uso de las nuevas tecnologías entre los adolescentes, analizar la prevalencia de adicciones a las nuevas tecnologías y estudiar las características psicosociales que puedan actuar como factores de riesgo para la adicción a las nuevas tecnologías. El estudio se realizó a través de la aplicación de encuestas las cuales recopilan varios instrumentos estandarizados, adaptados por el equipo, y otros instrumentos elaborados por ellos mismos. Los sujetos evaluados fueron hombres y mujeres de hasta 18 años, incluidos, que no han finalizado los estudios de secundaria obligatoria. Las áreas evaluadas fueron: Información sociodemográfica, hábitos de uso de nuevas tecnologías en internet,

videojuegos, telefonía móvil, adicciones a las nuevas tecnologías, características personales y contextuales; los autores realizaron comparaciones inter-grupo e intra-grupo, además de correlaciones entre las variables encuestadas. Dentro las múltiples conclusiones obtenidas, se constató que el inicio para uso de internet se evidencia a las 15 años, el tiempo dedicado a navegar por internet, diariamente, se manifiesta entre una y tres horas diarias; el tipo de actividad que más se utiliza en internet es el uso de las redes sociales, chats o foros; Sin embargo, no se observó una adicción fuerte en el uso de internet.

Por otra parte Pérez y Pastor (2012) citaron un estudio realizado por García, Gaona y Martínez en el año 2009, en donde realizaron investigaciones acerca de la incidencia de los usos de internet por los adolescentes entre 12 y 17 años de la comunidad de Madrid. Algunos de los resultados más importantes conseguidos a través de entrevistas a 397 jóvenes, fue que el 82.9% ya utilizaba internet y que un 65.6% de ellos se conecta todos o casi todos los días, y los sitios más visitados son: la mensajería instantánea, las páginas web, las redes sociales y los videos compartidos. Los usos más habituales son, escuchar música (72.2%), conversar con amigos (71%), combatir el aburrimiento (52.6%) y descargar archivos musicales gratis (56.9%). En cuanto a la adicción a internet, el 70.4% de los encuestados afirma que ha perdido en alguna ocasión la noción del tiempo, un 10.7% que sus notas han bajado por conectarse demasiado tiempo, y un 6.4% que pasa cada vez menos tiempo con sus amigos y familia.

Pérez y Pastor (2012) también mencionan la investigación realizada por Garmendia, Casado y Jiménez sobre la oportunidad y riesgos en internet para los menores en Europa, la Red EU Kids Online cuyo objetivo principal fue producir una rigurosa base cuantitativa y comparativa entre los estados, sobre el uso de internet en Europa. La muestra contempló más de 25,142 menores, en 25 países. El estudio dio como resultados principales que la edad de

incorporación al uso de las redes en Europa es cada vez más temprana, niños entre los 9 y 16 años de edad ya se conectan a diario a internet y han experimentado bastante o muy frecuentemente pasar mucho tiempo conectados, dejando menos tiempo a estar con los amigos, tareas escolares o al sueño.

Por otro lado, con relación al tema de la ansiedad, Montaña (2011) realizó una investigación en la Universidad Abierta Interamericana de Argentina, la cual tuvo como objetivo investigar sobre los niveles de ansiedad ante situación de examen y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de primero y quinto año de la carrera de Psicología de la Universidad Abierta Interamericana. La muestra estaba constituida por 40 estudiantes. Ellos cursaban primer año y quinto de la carrera de Psicología, y sus edades se encontraban entre 18 y 47 años. El instrumento que se utilizó fue el Inventario Alemán de Ansiedad frente a los exámenes –GTAI-A- (Heredia, Pimontesi, Furlan y Volker, 2008; Hoddap, 1991) y al Ways of Coping Questionnaire (Lazarus y Folkman, 1984,1986) Como resultado se obtuvo que los estudiantes de primer año no utilizaban una estrategia de afrontamiento en particular, presentaban mayor falta de confianza y preocupación. Los de quinto año, usaban más frecuentemente la resolución de problemas y evidenciaron que a mayores niveles de ansiedad, más se utilizaba la estrategia de afrontamiento de distanciamiento y la de escape-evitación, y menos la estrategia de resolución de problemas. Cuando se analizó sólo a los varones, mayores niveles de ansiedad estaban asociados al uso más frecuente del autocontrol y menor al de resolución de problemas y distanciamiento. Altos niveles de ansiedad en las mujeres, se asociaron a una mayor frecuencia de la estrategia de confrontación. De la comparación entre alumnos de primero y quinto año se encontró que los primeros utilizaban más la estrategia de escape-evitación.

Asimismo, Chávez (2004), realizó en Colombia un estudio para analizar cómo influyen las estrategias de afrontamiento a la ansiedad de evaluación en el desempeño académico de estudiantes universitarios incorporados a modelos educativos innovadores. Los sujetos fueron 5 alumnas de sexo femenino, pertenecientes al segundo semestre de la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima. Las estudiantes fueron evaluadas en estrategias de afrontamiento efectivo en las áreas cognitiva, fisiológica y motora en el desempeño académico y la presencia de manifestaciones de ansiedad y se implementó un programa de intervención para su manejo. Se volvió a evaluar con el mismo instrumento y las diferencias encontradas entre una aplicación y la otra son significativas. La investigación tuvo como resultado que este tipo de programas de intervención resulta ser también altamente efectivo en modelos educativos innovadores, convirtiéndose así en una importante herramienta que facilita y mejora el desempeño de los alumnos en las distintas modalidades del sistema educativo.

De los estudios consultados se puede concluir que, tanto a nivel nacional como internacional, las investigaciones han mostrado que en los casos de adolescentes que son víctimas de adicción a las redes sociales, se ha alterado su desenvolvimiento y comportamiento regular, lo que ha desencadenado manifestaciones cognitivas, psicológicas y fisiológicas atípicas a esas edades. Para una mejor comprensión del tema, se definen a continuación algunos elementos teóricos importantes que fundamentan este estudio, tales como adicción, niveles de adicción, ansiedad, manifestaciones de ansiedad, redes sociales y adolescencia para luego establecer la manera en que se relacionan entre sí.

## 1. Adicción:

### 1.1 Definición

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2010) la adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. La adicción se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es una enfermedad progresiva y fatal, caracterizada por episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad.

Según Echeburúa y Corral, (2009) cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses.

Por su parte, Labrador y Echeburúa (2009) sostienen que la adicción es una patología que afecta al ser humano y que le resta libertad e independencia al limitarlo en la expresión saludable de sus intereses. Puede darse en los adolescentes en cuanto al uso desmedido de redes sociales y el sentimiento de desamparo o síndrome de abstinencia que experimentan cuando se les priva de su uso.

### 1.2 Niveles de adicción:

Para Margain (2002) la adicción es un proceso que pasa por la experimentación y la habituación, se puede hacer prevención de todas las fases del proceso adictivo: experimentación, uso, abuso y adicción. No sólo para evitar la adicción sino porque aun el uso experimental pone en riesgo el desarrollo normal, ya que impide la adquisición de nuevas habilidades sociales, afectivas e intelectuales.

Brizuela, Fernández y Murillo (2009) 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.

### 1.3 Adicción en adolescencia

#### 1.3.1 Definición de adolescente

La palabra adolescencia, deriva del latín “adolescere” que significa “crecer”. Según la Organización Mundial de la Salud, es la etapa que abarca toda la segunda década de la vida, de los 10 a los 19 años, ambos incluidos. Es una definición un tanto convencional ya que la cronología de la maduración varía de un individuo a otro (Redondo, Galdó y García, 2008).

Los anteriores autores afirman que el término pubertad hace referencia a los cambios que convierten al niño en un individuo sexualmente maduro y con capacidad reproductora: es un proceso eminentemente biológico desencadenado hormonalmente. La adolescencia se refiere al proceso de adaptación psicosocial que el individuo debe realizar como consecuencia de los cambios puberales.

Por su parte Papalia (2005), define la adolescencia como el período de transformación durante el desarrollo entre la niñez y la edad adulta que entraña importantes cambios físicos, cognoscitivos y psicosociales interrelacionados. El anterior autor afirma que esta etapa se trata de

un proceso de avance directo, el desarrollo físico es complejo y recibe influjos de un sinnúmero de factores hereditarios y sociales. Pichón (2000), dice que la edad se vuelve un fuerte agente de vinculación en la adolescencia, debido a que los adolescentes pasan más tiempo con los compañeros y menos con la familia. El carácter de las interacciones familiares se modifica durante esos años.

### 1.3.2 Etapas de la adolescencia:

El transcurrir de la adolescencia, según Papalia (2005), pasa por varias etapas que, basándose en características de grupo y de escolarización se pueden dividir en tres fases: A) adolescencia temprana, de los 10 a los 13 años de edad, en la que se inicia el comienzo de los cambios. B) Adolescencia media, de los 14 a los 16 años en la que culminan los cambios del desarrollo sexual, y C) Adolescencia tardía, de los 17 a los 19 años en la que finaliza el desarrollo corporal y se logra la madurez de la persona.

Según lo descrito por Mardomingo y Soutullo (2010) la adolescencia es un período de transición en el proceso evolutivo, que se caracteriza por cambios intensos y rápidos en los niveles de integración biopsicosocial. Es una fase de la vida en la que no son maduros cognitiva y emocionalmente y alcanzan la madurez biológica y sexual. Un momento de la vida en la que sin ser niño ni adulto, el joven se enfrenta a retos y exigencias de ambas épocas. Este período abarca un proceso de alrededor de 10 años en el cual se observan 3 etapas, la etapa temprana de los 10 a los 13 años en la que predomina la preocupación por lo físico y emocional. Etapa media de 14 a 16 años en la que se establece una afirmación personal y social y por último la etapa tardía a partir de los 17 en la que se prioriza la preocupación por lo social. El objetivo de la adolescencia es adquirir una identidad, una integridad moral y una independencia psicológica y física.

### 1.3.3 Adicciones más frecuentes en adolescentes

Payá, Gastamiza y San Sebastián (2010) en la actualidad existe un número considerable de jóvenes que consume drogas recreacionales, lo que se ha convertido en un fenómeno de espacial relevancia para la sociedad. Hoy en día las sustancias más consumidas por los adolescentes son el alcohol y la nicotina, seguida de Cannabis (marihuana). Sin embargo los estudios epidemiológicos muestran como en los últimos años se ha producido un aumento en el consumo de la cocaína, las drogas de diseño, los estimulantes, las anfetaminas y los tranquilizantes.

Según Mardomingo (1994) son más vulnerables al uso de drogas debido a factores propios de esta etapa. Por un lado, el joven establece una identidad propia y, por otro, la preparación de éste hacia su rol social e individual facilita la experimentación.

De acuerdo a Mardomingo y Soutullo, (2010), el progresivo proceso de independencia hace que los adolescentes pasen cada vez más tiempo con sus compañeros y amigos. La intensa y aparente compulsiva necesidad de estar y comunicarse con los amigos demuestra el papel que las redes sociales juegan en esta etapa, lo que causa preocupación a los padres. Los compañeros ganan importancia porque brindan oportunidades de información sobre roles, actitudes, comportamientos y posibilidades de comparación social; esto les crea un sentimiento de pertenencia. Para algunos adolescentes, la preocupación por la popularidad o por la falta de ella es central en su vida; según los anteriores autores, la elección de los amigos es un asunto complejo y refleja un importante aspecto que puede ser decisivo para la autodefinición del adolescente. Los suelen escoger, porque comparten actitudes, intereses y actividades con ellos, pero también por otros motivos como condiciones o atributos que cree que le faltan a él.

Para Papalia (2005) el desarrollo cognoscitivo de los adolescentes cambia drásticamente, puesto que no sólo se ven diferentes a los niños de corta edad; también piensan de manera

distinta. Su velocidad para procesar la información sigue aumentando, aunque no en forma tan dramática como en la niñez intermedia.

Por su parte Dulanto (2000), afirma que los problemas de la adolescencia son problemas del ser humano en condiciones marcadas por cambios físicos, estructurales o funcionales y también por la sociedad. Por tanto, el estudio de la adolescencia debe incluir todos los factores que afectan al individuo: la cultura a la que pertenece, el ambiente que lo rodea, su familia, los componentes biológicos de los cuales es dotado, las circunstancias y el momento histórico en que se encuentra.

El anterior autor, también sostiene que la mayoría de los adolescentes no tienen una relación satisfactoria y estable con sus padres y no confían en sus cuidados y consejos. Ellos pasan cada vez menos tiempo con la familia, los padres ya no son sus ideales y cuestionan sus juicios, sus opiniones y sus puntos de vista sobre el mundo y se rebelan contra ellos, por lo cual desarrollan un sentimiento de soledad. Los adolescentes buscan cada vez más autonomía, independencia y control sobre su vida lo cual los padres a pesar de que lo reconocen como un proceso normal presentan dificultades para su manejo. El incremento en la autonomía cambia la relación paterno-filial, hasta que, al final de la adolescencia vuelve a equilibrarse.

#### 1.3.4 Adicciones a las redes sociales en adolescentes:

Griffiths (2008), sostiene que la enorme variedad de opciones que ofrecen internet y redes sociales, descargar música, películas e información inmediata, resulta atractiva e interesante y que cualquier actividad gratificante es potencialmente adictiva, pero solo las no aprobadas por la sociedad por los riesgos que conllevan son consideradas adicciones y no meros gustos o hábitos.

Para García y López (2009) desde que la expresión adicción a Internet aparece por primera vez en un estudio del New York Times en 1995, prolifera el interés en investigar los usos y abusos de este nuevo recurso interactivo. Los estudios demostraron que el 5% de los estudiantes de secundaria que abusan del uso de internet son adolescentes con baja autoestima, falta de apoyo familiar y dificultades en la expresión de sentimientos personales y opiniones.

Por su parte, Fernández (2010) afirma que las redes son un fenómeno que lleva a cambiar las relaciones sociales cara a cara por las relaciones cibernéticas a través de la red. Para él, las redes pueden seducir tanto que pueden llevar a crear un círculo de amigos cada vez más irreal. Esto se produce debido a que las personas introvertidas buscan la manera más fácil para comunicarse con otras personas, y la red ofrece esta alternativa de comunicación.

Así mismo, Young (1996) respecto de las características personales del adicto a internet, señala que suelen ser personas con determinadas cogniciones desadaptativas (anticipación negativa de hechos, pensamiento catastrófico, entre otros) insatisfechas y/o desesperanzadas en una o más áreas de su vida y con carencias afectivas o sociales que les llevarían con mayor probabilidad a desarrollar conductas de abuso de internet.

Por su parte, Brizuela et al. (2009) indican que, entre las señales de alerta que pueden indicarnos una adicción, se destacan las siguientes:

- Pérdida de tiempo de estudio, con o sin malos resultados académicos-
- Deterioro o menor dedicación a las relaciones interpersonales y a otras actividades de ocio.
- Incremento de las conductas que implican agresividad.
- Sufrir ansiedad, irritabilidad, incluso malestar físico en caso de no poder utilizar el objeto de la adicción.

Echeburúa, Labrador y Becoña (2009) afirman que las nuevas tecnologías de la información (TIC) han revolucionado el estilo de vida de los adultos, pero sin duda el cambio más radical se ha producido en los menores, que ya han nacido con estas nuevas tecnologías. Su forma de vivir la infancia y la adolescencia se ha modificado, al menos en relación con la que han vivido los que ahora son adultos. Los autores manifiestan su preocupación al observar en los menores una dedicación de tiempo y comportamientos muy diferentes a los que han tenido generaciones anteriores sin duda sorprende; no se entiende que se pasen horas ante una pantalla de televisión, un ordenador o un teléfono móvil. Cuesta comprender que, en lugar de estar jugando con los amigos en la calle, se encierren en casa a hablar con ellos a través del Messenger o del móvil o se conecten a las redes sociales virtuales (Twitter o Facebook).

Echeburúa, et al. (2009) afirman que las nuevas tecnologías están abriendo brechas digitales en la sociedad, en especial entre adultos y adolescentes. La tecnología desarrollada para facilitar la vida también puede complicarla. Los comportamientos como la obsesión por adquirir la última novedad tecnológica, el sustituir los contactos personales por la comunicación virtual o la necesidad de estar conectado a Internet de forma permanente, han creado gran alarma social, en parte agravada por la falta de criterios de referencia sobre lo que es normal y lo que no. Según ello, muchas de estas conductas han comenzado a etiquetarse como adictivas, dadas sus características de generar dependencia y restar libertad al restringir la amplitud de intereses, además de interferir gravemente en la vida cotidiana, a nivel familiar, escolar, social o de salud.

## 2. Redes sociales

### 2.1 Definición

Para Prato (2010), el concepto de las redes sociales se concibe como sistemas que agrupan usuarios bajo diferentes criterios, y que permiten que las personas se conozcan y

establezcan un contacto frecuente. En muchas ocasiones, este tipo de redes son abiertas; es decir, que cualquier persona puede acceder a ellas y contactarse con cualquier otra persona de la comunidad. En otras, se dice que son cerradas, porque cada usuario decide a quién decide admitir o rechazar. Según el anterior autor ejemplos de redes sociales son MySpace, Facebook, LinkedIn, entre otras muchas. El fenómeno de las redes sociales se ha propagado rápidamente con una aportación muy vinculada a Google, los tags o etiquetas, que no son otra cosa que palabras asociadas a una página web, foto o video y que permiten acortar su búsqueda.

Según Requena (2008) una red social es una estructura social formada por personas o entidades conectadas y unidas entre sí, por algún tipo de relación o interés común. Por lo tanto el ser humano está permanentemente conectado mucho antes de la llegada de internet. Con el surgimiento de la web 2.0 se crean redes sociales como Facebook, Twitter y Google+ que agrupan a las personas de acuerdo a sus intereses y actividades, y adquieren una relevancia en el plano personal. El autor agrega la importancia del impacto social que han causado las redes sociales, esto gracias a su inmediatez y apertura para ser un medio de expresión social.

## 2.2 Principales redes sociales

### 2.2.1 Facebook

Facebook fue fundada por Marck Zuckerberg, un estudiante de Harvard en el 2004, con el propósito de que los estudiantes pudieran tener contacto entre ellos y así poderse relacionar de manera virtual. (Paredes, 2008)

De acuerdo con el anterior autor, esta red social permite que el adolescente esté informado de los acontecimientos más recientes a través de fotos y videos, noticias de eventos, cambiando su estado y modificando su perfil; todo en tiempo real y en cuestión de segundos,

promoviendo una interrelación para compartir, preguntar, comentar, etc. Además, el autor plantea una perspectiva distinta a las comunes en la que asegura que la red social Facebook es un medio por el cual los adolescentes con dificultades para establecer relaciones cara a cara, tiene la oportunidad de expresarse y ganar confianza.

### 2.2.2 Twitter

Para Caballarm (2011) es un servicio que permite compartir pensamientos, información, enlaces, etc., con otros usuarios de la web; es de una forma abierta por lo que cualquier persona sin restricción puede leerlos. Se realiza a través de un texto que se publica y que no debe exceder los 140 caracteres. Agrega el autor, que twitter es una herramienta poderosa pero que no sustituye a otras redes sociales como Facebook o Myspace.

Según Pintado y Sánchez (2012) twitter es un servicio para que amigos, familiares y compañeros de trabajo puedan comunicarse y estar conectados mediante el intercambio rápidos y frecuente de respuestas a una simple pregunta: ¿Qué estás haciendo?

### 2.2.3 Google+

De acuerdo con Gómez (2011) Google+ es la nueva red social de Google, inspirada en las necesidades de las personas y cuidando su privacidad. Su eslogan es “compartir en internet como en la vida real”, fue lanzada el 28 de junio 2011 y está disponible en 44 idiomas.

Rissoan (2003) dice que es sin duda la red social más perfecta tecnológicamente hablando y la más ligera. A diferencia de Facebook, antepone la idea de círculos de amigos y no listas de amigos.

### 3. Ansiedad

#### 3.1 Definición

Varela (como se citó en Zambrano, 2011) señala que el término ansiedad se refiere al estado emocional en el que se experimenta una sensación de angustia y desesperación permanentes, por causas no conocidas a nivel consciente. Puede afectar a personas de todas las edades y sobre todo a aquellas que están sometidas a una tensión familiar o laboral constante, y en aquellas que han arraigado en sus patrones conductuales un sentido de perfeccionismo hacia todo lo que hacen y dicen.

“La palabra ansiedad viene del latín *anxietas* derivado de *angere* que significa estrechar, y se refiere a un malestar físico muy intenso, que se manifiesta principalmente por respiración anhelante, se presenta ante estímulos que el sujeto percibe como potencialmente peligrosos e incluye síntomas neurovegetativos, conductuales, cognitivos y vivenciales” (Mardomingo 1994, 281 p.p.) . El anterior autor señala que la ansiedad se concibe como sensación de aprehensión o tensión, es una reacción a situaciones estresantes. Según él, no hay nada malo en este tipo de ansiedad, se trata de una reacción normal al estrés, lo cual suele ayudar al funcionamiento cotidiano.

Por su parte, González (2002) afirma que la ansiedad es una señal de alarma dirigida al Yo; sirve para advertir a éste de la presencia de un peligro, de un impulso destructivo o de ideas inadmisibles. Es decir, para que el Yo pueda responder con medidas adecuadas que permita movilizar sus defensas. La ansiedad es tan desagradable como el dolor físico, pero su función es útil para la supervivencia ya que pone al individuo sobre aviso cuando aparece algo amenazador para su integridad física y emocional.

Para Esparcia, Caparrós, Armayones, Horta y Requena (2006) ansiedad es un estado subjetivo de incomodidad, malestar, tensión, displacer y alarma que hace que el sujeto se sienta molesto.

Por otro lado Suotullo y Mardomingo (2010) sostienen que la ansiedad se presenta ante estímulos externos, percibidos como amenazas; por ejemplo, sufrir un accidente, una enfermedad o reprobado un examen. Pero la ansiedad también puede surgir por estímulos internos, por ejemplo, recuerdos, emociones e imágenes que ponen a funcionar los mecanismos de alerta y defensa.

### 3.2 Niveles de ansiedad:

Según Castilla (2006) el estado de ansiedad puede clasificarse por niveles o grados de intensidad, pudiendo ser leve, moderado, grave y de pánico. Cada uno de estos estados se manifiesta de diferentes maneras en el individuo afectándolo en las áreas fisiológicas, cognitiva y comportamental.

- Nivel de ansiedad leve: En este nivel el individuo está en estado de alerta, su percepción y atención están incrementadas es por eso que tiene la capacidad de manejar y resolver situaciones en las que debe resolver problemas. A nivel fisiológico, una ansiedad leve puede provocar insomnio y sensación de malestar y agotamiento físico.
- Nivel de ansiedad moderado: Se presenta una disminución de la atención y percepción, que se traduce en dificultad para concentrarse y para analizar los eventos de su contexto de forma objetiva. A nivel fisiológico se manifiesta con un aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria, acompañado además temblores y estremecimientos.

- Nivel de ansiedad grave: En este nivel se intensifica la incapacidad de la persona para concentrarse y por una percepción muy distorsionada de la realidad. A nivel fisiológico, la persona puede presentar taquicardia, dolor de cabeza y/o náuseas. La persona puede manifestar problemas de autocontrol y sobre el medio, llegando a necesitar ayuda profesional.

### 3.3 Manifestaciones de ansiedad

Por su parte Hart (1994) indica que la ansiedad y el estrés ya no son problemas exclusivos o predominantes en la edad adulta. Los padres y profesores con frecuencia informan de manifestaciones de ansiedad en niños y, especialmente, en adolescentes.

Según Baeza, Balaguer, Belchi, Coronas, Guillamón (2008) alrededor del 20% de la población padecerá a lo largo de su vida algún problema de ansiedad con suficiente importancia como para requerir tratamiento y de modo indirecto, una cifra todavía mayor de personas conocerá de este tipo de trastornos a través de familiares o amigos que lo padezcan.

#### 3.3.1 Manifestaciones fisiológicas:

Los síntomas de ansiedad son muy variados y pueden clasificarse en diferentes grupos, Baeza et al. (2008) señala que, dentro de los físicos se encuentra la taquicardia, palpitations, presión en el pecho, falta de aire, temblores, sudoración, molestias digestivas, náuseas, vómitos, nudo en el estómago, sensación de obstrucción en la garganta, agarrotamiento, tensión y rigidez muscular, cansancio, hormigueo, sensación de mareo e inestabilidad. Si la activación neurofisiológica es muy alta, pueden aparecer alteraciones del sueño, la alimentación y la respuesta sexual.

De acuerdo con Pinel (2007), las manifestaciones de ansiedad son los recursos fisiológicos que utiliza el organismo que motivan conductas de afrontamiento efectivas. Las más comunes son taquicardia, hipertensión, náusea, dificultad para respirar, alteraciones del sueño y niveles alterados de glucocorticoides.

Por su parte, Pancheri (1982) señala que es importante conocer los motivos por los que una persona puede experimentar ansiedad, conocer las causas y el significado de la misma. Para esto se pueden comparar las manifestaciones somáticas entre los humanos y los animales, frente a una situación de peligro. El aumento de la frecuencia cardíaca, de la tensión arterial y de la tensión muscular representa una reacción fisiológica del organismo, que se coloca en una situación más adaptada para las acciones de agresión o de defensa al confrontar un peligro físico que lo amenaza.

El anterior autor afirma que, en el hombre, frente a una situación externa amenazante, aparecen las mismas modificaciones somáticas y paralelamente se observan algunas modificaciones psicológicas que significan que el individuo es más vigilante del objeto o situación amenazante y se prepara para defenderse o encontrar una vía de escape. Cuando este peculiar complejo de manifestaciones somatopsicológicas tiene una causa real y externa al individuo, recibe el nombre de miedo; por lo contrario, cuando no tiene causa aparente o se presenta de manera desproporcionada a la causa, se le llama ansiedad. Realmente la ansiedad tiene siempre una causa interna al individuo y, como el medio o la reacción de defensa del animal, constituye la reacción a una situación de peligro, somático o psicológico para el individuo.

### 3.3.2 Manifestaciones Psicológicas:

Según Atkinson y Field (2004), señalan que otra reacción a la ansiedad puede ser un completo aislamiento emocional de la participación activa en la vida cotidiana. La depresión suele ser el producto de una ansiedad prolongada; El estrés es muy parecido a la ansiedad en sus manifestaciones físicas: alteraciones del sueño, de los horarios, la organización personal, la propensión a los accidentes, el cansancio, la pérdida de interés y eficacia en el trabajo, la reacción exagerada ante algún estímulo y la irritabilidad. Estas manifestaciones suelen estar relacionado con acontecimientos externos que ejercen demasiada presión sobre los límites de la personalidad.

Para Baeza et al. (2008) clasifica como psicológicos, los síntomas de inquietud, agobio, sensación de amenaza o peligro, ganas de huir o atacar, inseguridad, sensación de vacío, de extrañeza o despersonalización, temor a perder el control, celos, sospechas, incertidumbre, dificultad para tomar decisiones. En casos más extremos, temor a la muerte, a la locura o al suicidio.

Por su parte, Micheli, Nogués, Asconapé, Fernández y Biller (2003) afirman que las manifestaciones de ansiedad pueden ser parte de un ataque de pánico. Los ataques de pánico se caracterizan por el inicio súbito de miedo asociado con manifestaciones somáticas como hiperventilación y otras que indican disfunción autónoma. Los ataques de pánico pueden presentarse “espontáneamente” en ausencia de una situación específica que los desencadene, pero ante el miedo de su repetición los pacientes pueden desarrollar agorafobia. Los autores también afirman que la presentación clínica de alteraciones del equilibrio en pacientes con pánico es motivo de múltiples estudios, con los que se documentó la mayor prevalencia de estas

alteraciones en pacientes que presentan pánico con agorafobia. Para ellos, existen tres explicaciones no excluyentes que la sustentan: somatopsíquica, psicósomática y neurológica.

Los anteriores autores indican que la interacción somatopsíquica se sustenta en los hallazgos de una prevalencia alta de alteraciones de la función vestibular en algunos pacientes con trastorno de pánico, la presencia de incomodidad al espacio y al movimiento y los informes sobre ansiedad y pseudoagorafobia en pacientes cuyo síntoma primario es el vértigo. La influencia psicósomática está relacionada con el mareo y la mayor sensibilidad del sistema vestibular debido a manifestaciones de ansiedad.

Para Sampayo (1986), el somatizar es la conversión de síntomas psicológicos a enfermedades y padecimientos físicos, afectivos o intelectivos que van a repercutir en el organismo humano. En el caso de la grave alteración fisiológica que sufre todo su cuerpo, afecta con marcada intensidad a su cerebro, el cual, muy destemplado, reenvía, amplificadas, a todo su cuerpo las primitivas pulsiones ansiógenas que anidaban reprimidas en él, convirtiéndolo en un cubículo de cristal frágil.

### 3.4 Trastorno de ansiedad

Frost y Steketee, Wang y Clark (como los citó Feldman, 2005) señalan que algunas personas experimentan ansiedad en situaciones en las que no hay una razón o causa externa para sentir este tipo de angustia. Cuando la ansiedad se da sin una justificación externa, y afecta el funcionamiento cotidiano de las personas, los profesionales de la salud mental la consideran un problema psicológico conocido como Trastorno de Ansiedad. En caso de ansiedad extrema, la persona puede llegar a niveles patológicos y cumplir con los criterios de un diagnóstico de trastorno de ansiedad. El sistema de creencias y la percepción distorsionada del entorno y las circunstancias de una persona, desde la perspectiva cognoscitiva, son generadores de ansiedad,

de tal manera que, según los autores, una persona con un trastorno de ansiedad a una mascota amigable la perciba como un toro feroz y salvaje.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad, son muchos los jóvenes que cuentan con acceso libre y constante a las redes sociales, dentro de cierto grupo social de Guatemala. Esto puede tener aspectos positivos para efectos de comunicación y de costos para los padres, así como negativos en cuanto a la salud física y mental de los adolescentes si se utilizan en exceso. Cuando se habla de las repercusiones que estos recursos pueden llegar a tener en la adolescencia, se trata principalmente de lo relacionado a la salud mental, pues la capacidad de establecer y mantener relaciones sociales sanas con personas de su entorno pueden verse afectadas. Además, estudios demuestran que pueden ocurrir reacciones o alteraciones físicas, como resultado del abuso de la tecnología.

Una adicción a las redes sociales puede llegar a generar ansiedad a los adolescentes al grado de que presenten bajas en su desempeño como estudiantes, como deportistas o en cualquier disciplina que requiera de su atención y dedicación. Pueden llegar a percibirse como personas con problemas de concentración o falta de interés en sus actividades. En ciertas ocasiones pueden llegar a presentar síntomas físicos, como dolor estomacal o dolor de cabeza. Partiendo de esta definición de ansiedad, puede asumirse que el uso excesivo de las redes sociales puede, principalmente en adolescentes, alterar el curso normal de sus días y de su vida en general.

Por lo anterior, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad, y su relación con las manifestaciones de ansiedad?

## 2.1 Objetivos:

### 2.1.1 Objetivo general:

Establecer el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad.

### 2.1.2 Objetivos específicos:

**2.1.2.1** Identificar el nivel de adicción las redes sociales de los sujetos.

**2.1.2.2** Identificar el nivel de ansiedad que presentan los adolescentes que son sujetos de este estudio.

**2.1.2.3** Establecer si existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de adicción a las redes sociales y las manifestaciones de ansiedad.

## 2.2 Variables de Estudio:

2.2.1 Nivel de adicción a las redes sociales

2.2.2 Manifestaciones de ansiedad

## 2.3 Definición de variables:

### 2.3.1 Definición conceptual de las variables:

#### 2.3.1.1 Adicciones a las redes sociales:

Según Echeburúa y Corral (2010) es cuando la persona se conecta a internet buscando el alivio del malestar emocional aburrimiento, soledad, ira, nerviosismo, etc. El niño y el joven dejan de interactuar socialmente, no rinden en los estudios e interfiere en su vida cotidiana. De lo que caracteriza a la adicción a las redes sociales no es la conducta sino cómo el individuo se relaciona con las redes sociales y el uso de la tecnología.

Valleur y Matysiak (2005), definen adicción como: el hábito de toda persona cuya vida está dominada por la búsqueda de los efectos producidos sobre el cuerpo y espíritu por una

sustancia tóxica o una conducta. Así se puede hablar de adicción desde el momento en que una conducta se manifiesta en la vida del sujeto hasta el punto de no permitirle vivir por otra razón que no sea la de y por el objeto de su dependencia.

Por otro lado según la Real Academia Española, (RAE, 2014), se define el término “sin adicción” como la ausencia de la adicción, así como el adjetivo moderada: que guarda el medio entre los extremos y por último el adjetivo grave como: Grande, de mucha entidad o importancia.

### 2.3.1.2 Manifestaciones de ansiedad

Las manifestaciones de ansiedad son los recursos fisiológicos que utiliza el organismo que motivan conductas de afrontamiento efectivas. Las más comunes son taquicardia, Hipertensión, náusea, dificultad de respirar, alteraciones del sueño y niveles alterados de glucocorticoides (Pinel, 2007).

En una escala de valoración, definida por Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, (2014) como: una serie de categorías antes las cuales el observador debe emitir un juicio, indicando en qué grado se halla una conducta. En la presente investigación se utilizaron rangos que van desde: No ansioso, Algo ansioso y Muy ansioso.

### 2.3.2 Definición operacional de las variables:

#### 2.3.2.1 Adicción a las redes sociales por internet:

Se refiere al nivel de adicción hacia las redes sociales que presenta los adolescentes pertenecientes al Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad. Para ello, se aplicará la Escala de Adicción a Internet (Internet Addiction Test, IAT). Por medio de esta se establecerá si existe o

no adicción a Internet, en el caso de que exista, en qué nivel, pudiendo ser estos: experimentación, uso, abuso y adicción. Tal como se señala en el anexo 2, la clave de corrección que indica los niveles de adicción a las redes sociales son: sin adicción (20 – 39 puntos), adicción moderada (40 – 69 puntos) y adicción grave (70 – 100 puntos).

#### 2.3.2.2 Manifestaciones de ansiedad:

Se refiere al nivel de ansiedad que afecta a los jóvenes integrantes de la muestra, quienes serán medidos con los primeros 19 ítems del Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías, los cuales serán: No ansioso (13-21 puntos), algo ansioso (22-30 puntos) y muy ansioso (31-39 puntos).

### 2.4 Alcances y Límites

La presente investigación se realizó con adolescentes católicos pertenecientes al Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad en donde se midió el nivel de adicción a las redes sociales de los sujetos, las manifestaciones de ansiedad psíquica y somática, y su correlación entre los datos obtenidos. Los resultados de la investigación, aunque están limitados al grupo seleccionado que representa la muestra, pueden generalizarse a otros grupos que presenten las mismas condiciones en otras ubicaciones.

### 2.5 Aportes:

Esta investigación cuenta con aportar información valiosa para educadores, cuidadores, sacerdotes y personas responsables de los adolescentes del estudio, como de adolescentes que se

encuentren en la misma situación de uso excesivo de las redes sociales aun cuando no sean del mismo Movimiento Juvenil.

Además, pretende demostrar a todas las anteriores entidades la condición de los jóvenes de adicción a las redes y ansiedad, para que se acompañe y oriente más a estos adolescentes. Por otra parte, provee a los mismos jóvenes una perspectiva sobre su propio comportamiento hacia las redes sociales, lo cual es de utilidad para hacer conciencia de su responsabilidad como parte activa del problema y, en caso necesario, fundamentar un cambio en el manejo de las conductas desmedidas.

La información obtenida también es valiosa para los padres que no tienen la facilidad o disposición de estar siempre cerca de sus hijos, para conocer la frecuencia en el uso que se le da a estos recursos, y cómo ésta puede influir en la condición emocional de las personas.

En esta época en la que la tecnología cobra auge y llega a grupos de edades cada vez más tempranas, se hace indispensable que el profesional de la psicología, así como todos los que trabajan en salud mental, se adiestren en las repercusiones del uso u abuso de redes sociales, tanto en las repercusiones que esto tiene en la vida de sus pacientes, como en las relaciones que han de entablar con las demás personas.

### III MÉTODO

#### 3.1 Sujetos:

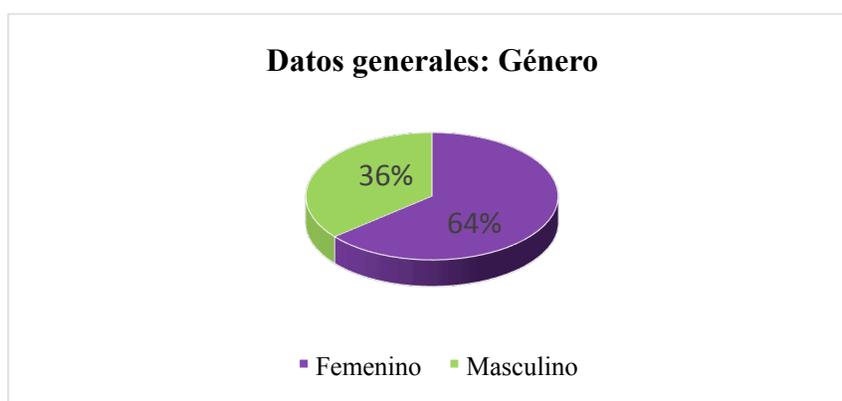
Los sujetos de esta investigación fueron adolescentes de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 13 a 18 años, de religión católica y perteneciente a un nivel socioeconómico medio. Ellos forman parte del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad, el cual funciona en la Iglesia Cristo Rey, ubicada en la zona 15 de la Ciudad. Son 50 adolescentes que tienen acceso a un dispositivo móvil con uso ilimitado de redes sociales.

**Tabla 3.1**

**Datos generales: Género**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Femenino	32	64%
Masculino	18	36%
Total	50	100%

**Gráfico 3.1**



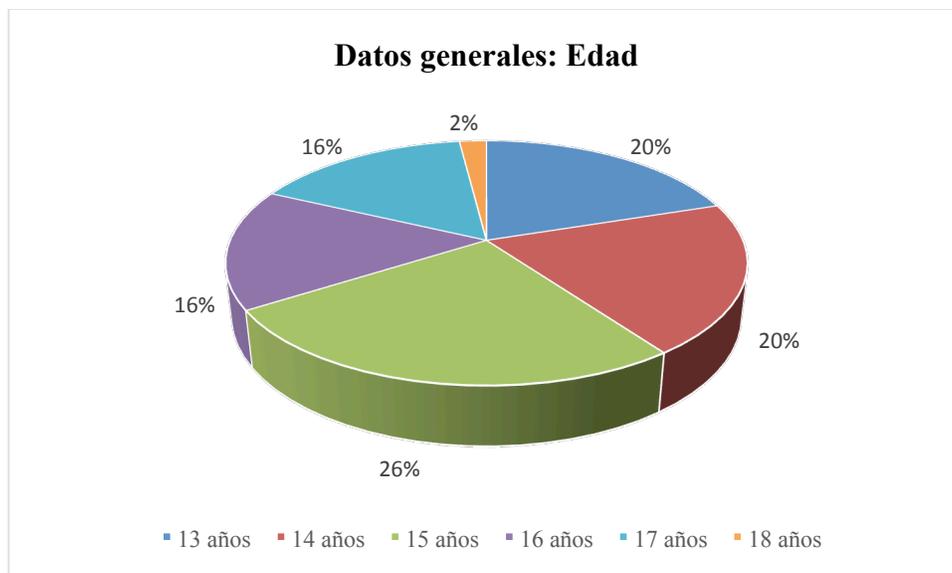
La gráfica 3.1 evidencia que el porcentaje de género femenino fue mayor, al momento de aplicar el instrumento.

**Tabla 3.2**

**Datos generales: Edad**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
13 años	10	20%
14 años	10	20%
15 años	13	26%
16 años	8	16%
17 años	8	16%
18 años	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 3.2**



Como se observan en la tabla y gráfica 3.2, el mayor porcentaje de adolescentes encuestados poseía 15 años al momento de completar el cuestionario. Seguidos se encontraron las edades de 13 y 14 años, con porcentajes similares, y en tercer lugar se ubicaron los jóvenes entre 16 y 17 años. Únicamente 1 persona manifestó poseer 18 años al momento del censo.

### 3.2 Instrumento:

Para medir tanto el nivel de adicción a las redes sociales como el nivel de ansiedad en los sujetos de estudio, se aplicó un instrumento adaptado por un grupo de profesionales de la Universidad de Sevilla, España. Dicho instrumento reunió algunos ítems elaborado por los autores e incorporó pruebas utilizadas y validadas por otros expertos.

<u>Nombre:</u>	Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías
<u>Ámbito de aplicación:</u>	Jóvenes y adultos, de ambos sexos, a partir de los 12 años
<u>Equipo de Adaptación:</u>	Alfredo Oliva Delgado, Ma. Victoria Hidalgo García, Carmen Moreno Rodríguez, Lucía Jiménez García, Antonio Jiménez Iglesias, Lucía Antolín Suárez y Pilar Ramos Valverde
<u>Procedencia del equipo:</u>	Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Universidad de Sevilla, España
<u>Aplicación:</u>	Colectiva e individual
<u>Duración:</u>	25 minutos.
<u>Confiability:</u>	Nivel de confianza del 95,50%, con una posibilidad de error en los datos globales inferior a un 5%.

### Observaciones generales:

El cuestionario fue producto del trabajo de investigación desarrollado por la financiación recibida a través de un Convenio de Colaboración suscrito entre la Dirección General de Servicios Sociales y Atención a las Drogodependencias, de la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Andalucía, y el Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, de la Universidad de Sevilla

Material: Cuestionario y lápices de mina suave.

### Sub-áreas del Cuestionario:

- *Hábitos de uso de nuevas tecnologías:* Comprendió preguntas diseñadas por los autores, a partir de una adaptación de la encuesta realizada por el Observatorio de la Infancia en Andalucía, aludiendo específicamente a los hábitos de uso de internet, videojuegos y teléfono móvil. Los cuestionamientos hicieron referencia a los siguientes contenidos: edad de inicio, nivel de uso, tiempo diario de uso (entre semana y fines de semana), y, en el caso de internet, tipo de actividad que realiza en dicha plataforma. Los ítems evaluados correspondieron a la II serie del cuestionario del presente estudio.
- *Adicción a internet (Internet Addiction Test, IAT):* Elaborado por Kimberly Young, y adaptado y traducido por el equipo de investigadores mencionado anteriormente. El cuestionario midió los comportamientos asociados al uso adictivo de internet que incluyó la compulsión, el escapismo y la dependencia. La escala estuvo compuesta

por 20 ítems que se evidenciaron en la III serie del Cuestionario del presente estudio, y cuyas respuestas contemplaron los rangos que iban de 1 (nunca o rara vez) a 5 (siempre).

La interpretación de la Escala de Internet fue la siguiente:

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
20 – 39 puntos	Sin adicción
40 – 69 puntos	Adicción moderada
70 – 100 puntos	Adicción grave

- *Sub escala de Ansiedad-depresión para adolescentes*: Elaborada por Achenbach y Rescorla, 2001 y adaptada y traducida por el equipo de investigadores mencionado anteriormente. La escala midió información sistematizada sobre problemas emocionales y conductuales; y estuvo compuesta por 13 que se evidenciaron en la IV serie del Cuestionario del Presente estudio, y cuyas respuestas contemplaron los rangos que iban entre 1 (no es verdad), 2 (algo verdadero) y 3 (muy verdadero).

La interpretación de la Sub Escala de Ansiedad fue la siguiente:

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
13 – 21 puntos	No ansioso
22 – 30 puntos	Algo ansioso
31 – 39 puntos	Muy ansioso

- *Cohesión familiar y actividades comunitarias*: Comprendió 2 escalas (serie V y VI del Cuestionario del presente estudio) las cuales fueron diseñadas por los autores del

cuestionario. Los ítems hicieron referencia a las actividades sociales y familiares en la que se participa con otros, y cuyas respuestas contemplaron los rangos que iban entre 1 (nunca), 2 (Casi nunca), 3 (Alguna vez al mes), 4 (Alguna vez a la semana) y 5 (Todos los días). Para estas series, no hubo escala de interpretación.

#### Calificación del Cuestionario:

Se contó la cantidad de ítems pertenecientes a cada serie para obtener el punteo burdo, los cuales fueron convertidos en porcentajes para la presentación de resultados.

En el caso de la III y IV Series, Cuestionario de adicción a internet y la Sub Escala de ansiedad – Depresión en adolescentes, se obtuvieron los punteos los cuales fueron interpretados según los rangos descritos anteriormente. Además, las puntuaciones obtenidas se analizaron a través del programa SPSS para delimitar el nivel de correlación entre ambos cuestionarios.

### 3.3 Procedimiento

- Se solicitó a los catequistas del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad y al párroco de la Iglesia de Cristo Rey autorización para trabajar con los adolescentes dentro del horario de actividades del movimiento, los días sábado de 9:00 a 11:30am en las instalaciones de la Iglesia.
- Se informó a los adolescentes miembros del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad acerca del trabajo de investigación a realizarse dentro del grupo.
- Se les solicitó a los adolescentes que llenen el Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías.
- Se procesó y analizó los datos obtenidos.
- Se realizó una discusión de resultados, conclusiones y recomendaciones respectivas.

- Se redactó un informe final.

### 3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística:

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010), el presente estudio tuvo un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo, de tipo no experimental. La investigación fue cuantitativa pues se realizó una recolección científica de datos para realizar una medición numérica y estadística que permitió establecer patrones de comportamiento. El diseño es no experimental de tipo descriptivo, puesto que se recolectaron datos en un único momento.

Debido a las características de la investigación, la metodología estadística que se utilizó para el análisis de los resultados es la media, que se refiere al promedio aritmético de una distribución; moda, que se refiere a la puntuación que ocurre con mayor frecuencia; mediana, es el valor que divide la distribución por la mitad; desviación estándar, que se refiere al promedio de desviación de las puntuaciones con respecto a la media; el coeficiente de correlación de Pearson, para medir la relación lineal entre dos variables cuantitativas; y porcentajes, el cual corresponde a la relación entre una cantidad entre cien elementos. Para el análisis estadístico se utilizó el programa de SPSS y el programa Microsoft Office Excel 2010.

Para la presentación y el análisis de los resultados, se utilizaron tablas que evidencian la estadística descriptiva y las correlaciones, y se utilizaron gráficas de pie o de barra para presentar algunos porcentajes.

#### **IV PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

El presente estudio se realizó con el fin de establecer el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad, y su relación con las manifestaciones de ansiedad. Para ello, se aplicó, a 50 jóvenes, el Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías, elaborada y adaptada por Oliva et al. (2012). De los resultados obtenidos, se realizaron cálculos estadísticos que permitieron considerar ciertos criterios para analizar los resultados, establecer las conclusiones y proponer las recomendaciones.

Con relación a los indicadores que pretenden medir la adicción a las redes sociales, a continuación se presentan las tablas y gráficas respectivas:

**Tabla 4.1**

**Adición a las redes**

	a) ¿Con qué frecuencia estás conectado a Internet más tiempo del que habías propuesto?	b) ¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado?	c) ¿Con qué frecuencia preferirías estar conectado a Internet, a estar en intimidad con tu pareja o personas íntimas?	d) ¿Con qué frecuencia estableces nuevas relaciones con personas que utilizan Internet?	e) ¿Con qué frecuencia los que comparten tu vida se quejan del tiempo que te pasas conectado a Internet?	f) ¿Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estás conectado?	g) ¿Con qué frecuencia compruebas tu e-mail o entras en Facebook, Twitter, etc. antes de hacer las cosas que tienes que hacer?	h) ¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de Internet?	i) ¿Con qué frecuencia contestas de forma defensiva o mantienes en secreto las actividades que realizas en Internet?	j) ¿Con qué frecuencia Internet te ayuda evadirte, a bloquear pensamientos sobre tu vida que te intranquilizan?
<b>Media</b>	3.36	2.40	1.65	1.86	2.04	1.88	3.36	1.94	1.94	2.08
<b>Mediana</b>	3	2	1	2	2	2	3.5	2	2	2
<b>Moda</b>	4	2	1	2	2	1	5	2	1	1
<b>Desviación estándar</b>	1.03	0.99	1.00	0.94	0.99	0.90	1.37	1.04	1.11	1.26
<b>Mínimo</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Máximo</b>	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
<b>Número de sujetos</b>	50	50	48	49	50	50	50	50	50	50

**Tabla 4.2**

**Adicción a las redes**

	<i>k)</i> ¿Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuando vas a volver a estar conectado, qué vas a hacer la próxima vez?	<i>l)</i> ¿Con qué frecuencia te planteas que la vida sin Internet sería aburrida, vacía y sin sentido?	<i>m)</i> ¿Con qué frecuencia contestas, gritas o actúas de forma inadecuada si alguien te interrumpe mientras estás usando Internet?	<i>n)</i> ¿Con qué frecuencia pierdes horas de sueño por estar conectado?	<i>o)</i> ¿Con qué frecuencia piensas en Internet cuando no estás conectado o fantaseas sobre estar conectado?	<i>p)</i> ¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “sólo unos minutos más” cuando estás conectado?	<i>q)</i> ¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido?	<i>r)</i> ¿Con qué frecuencia intentas ocultar el tiempo que has estado conectado?	<i>s)</i> ¿Con qué frecuencia eliges pasar más tiempo conectado que salir con amigos?	<i>t)</i> ¿Con qué frecuencia te sientes deprimido, nervioso o tenso cuando no estás conectado y esos sentimientos desaparecen cuando te conectas?
<b>Media</b>	1.58	2.04	1.36	2.82	1.36	2.75	2.64	1.6 0	1.52	1.24
<b>Mediana</b>	1	2	1	3	1	3	2	1	1	1
<b>Moda</b>	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1
<b>Desviación estándar</b>	0.91	1.19	0.56	1.21	0.75	1.26	1.24	0.9 4	0.95	0.56
<b>Mínimo</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Máximo</b>	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3
<b>Número de sujetos</b>	50	50	50	50	50	48	50	48	50	50

Tal como se observa en las tablas 4.1 y 4.2, el promedio las frecuencias elegidas por los sujetos encuestados se encontró entre 1 y 2 puntos, lo cual se ubica dentro de los rangos “Nunca o rara vez” y “A veces”. Las preguntas que se ubicaron dentro de la opción “Con frecuencia”, o cerca de ella, fueron únicamente 5 de 20 preguntas establecidas. Las preguntas son: Con un promedio de 3.36 cada uno, ¿Con qué frecuencia

estás conectado a Internet más tiempo del que habías propuesto? Y ¿Con qué frecuencia compruebas tu e-mail o entras en Facebook, Twitter, etc. Antes de hacer otras cosas que tienes que hacer?; para la interrogante ¿Con qué frecuencia pierdes horas de sueño por estar conectado? Se obtuvo una media de 2.82; ¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “sólo unos minutos más” cuando estás conectado? Presentó una media de 2.75; y, ¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido? Obtuvo un promedio de 2.64

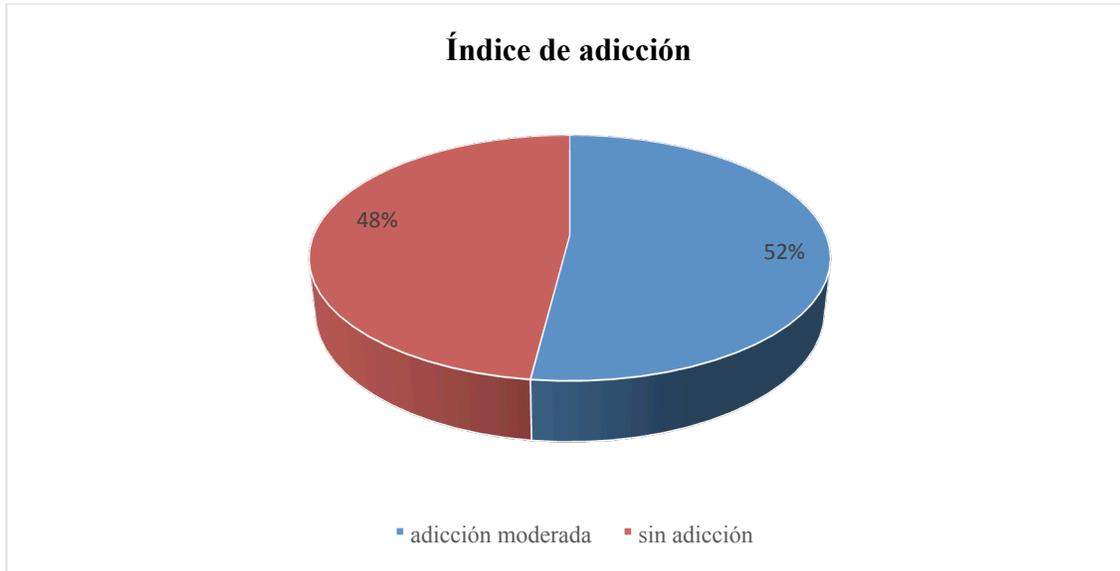
Por último, resulta importante señalar que, al menos 1 sujeto encuestado, presentó en la mayoría de preguntas realizadas el nivel más alto de adicción a las redes sociales (“Siempre”), sin importar el dispositivo utilizado.

**Tabla 4.3**

**Índice de adicción**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Sin Adicción	24	48%
Adicción Moderada	26	52%
Adicción Grave	0	0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 4.1**



La tabla 4.3 y la gráfica 4.1 evidenciaron que la población se encuentra entre “Sin adicción” y con “Adicción moderada”; es decir, el 48% (24 sujetos) se enlistó dentro del rango sin adicción, mientras que el 52% (26 sujetos) se ubicó dentro de adicción moderada. No se evidenció ningún sujeto que alcance el nivel de “Adicción grave”.

Con relación a los indicadores que pretenden medir las manifestaciones de ansiedad, a continuación se presentan las tablas y gráficas respectivas:

**Tabla 4.4**

**Manifestaciones de ansiedad**

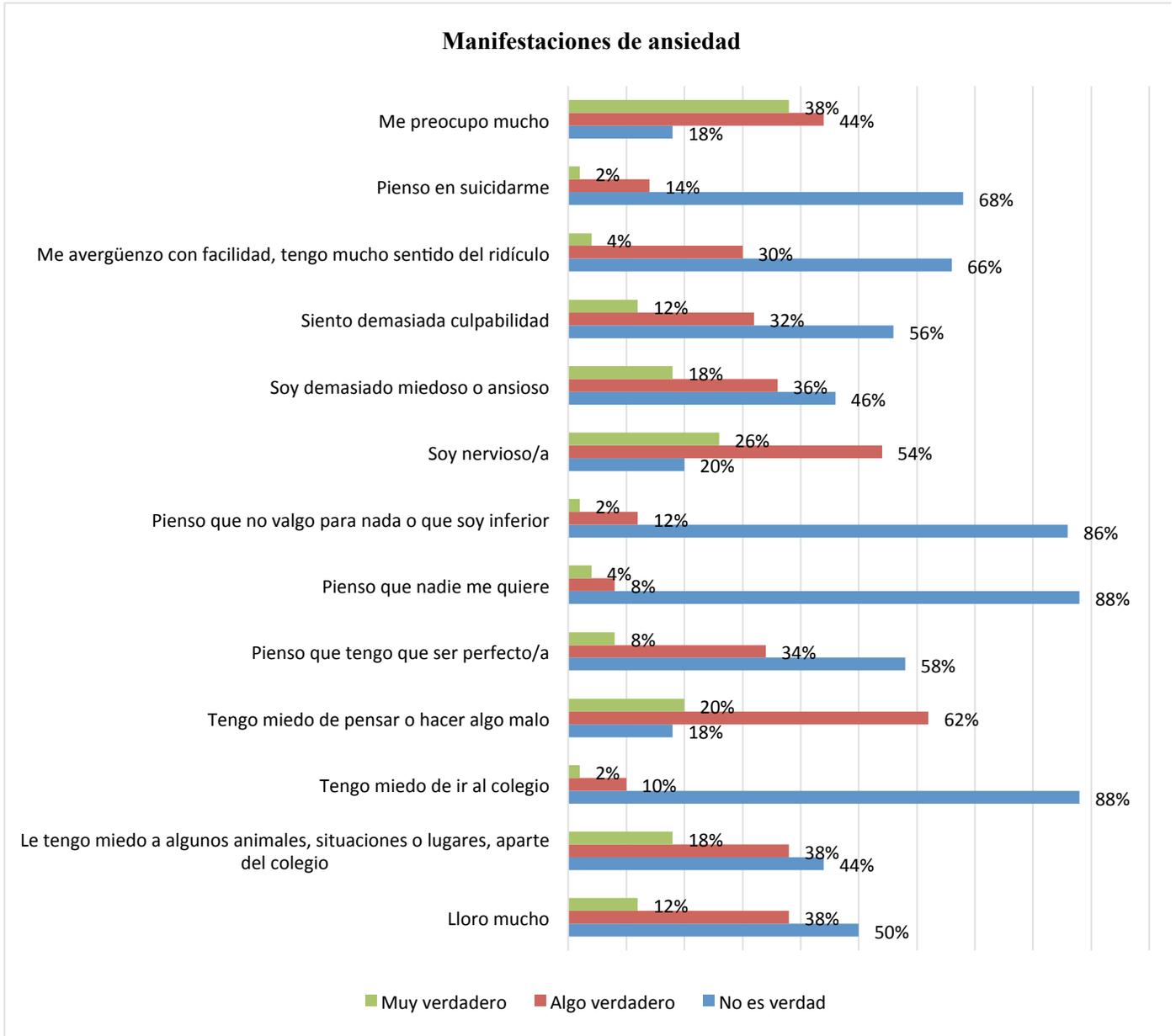
	1. Lloro mucho	2. Le tengo miedo a algunos animales, situaciones o lugares, aparte del colegio	3. Tengo miedo de ir al colegio	4. Tengo miedo de pensar o hacer algo malo	5. Pienso que tengo que ser perfecto/a	6. Pienso de que nadie me quiere	7. Pienso que no valgo para nada o que soy inferior	8. Soy nervioso	9. Soy demasiado miedoso o ansioso	10. Sientodemasiadaculpabilidad	11. Me avergüenzo con facilidad, tengo mucho sentido del ridículo	12. Piensoen suicidarme	13. Me preocupo mucho
<b>Media</b>	1.62	1.74	1.14	2.02	1.5	1.16	1.16	2.08	1.72	1.56	1.38	1.18	2.2
<b>Mediana</b>	1.5	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2
<b>Moda</b>	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2
<b>Desviación estándar</b>	0.70	0.75	0.40	0.62	0.65	0.47	0.42	0.70	0.76	0.70	0.57	0.44	0.73
<b>Mínimo</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Máximo</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
<b>Número de sujetos</b>	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

**Tabla 4.5**

**Manifestaciones de ansiedad**

Afirmaciones de las serie IV de la encuesta	No es verdad		Algo verdadero		Muy verdadero	
	N	%	N	%	N	%
Lloro mucho	25	50%	19	38%	6	12%
Le tengo miedo a algunos animales, situaciones o lugares, aparte del colegio	22	44%	19	38%	9	18%
Tengo miedo de ir al colegio	44	88%	5	10%	1	2%
Tengo miedo de pensar o hacer algo malo	9	18%	31	62%	10	20%
Pienso que tengo que ser perfecto/a	29	58%	17	34%	4	8%
Pienso que nadie me quiere	44	88%	4	8%	2	4%
Pienso que no valgo para nada o que soy inferior	43	86%	6	12%	1	2%
Soy nervioso/a	10	20%	27	54%	13	26%
Soy demasiado miedoso o ansioso	23	46%	18	36%	9	18%
Siento demasiada culpabilidad	28	56%	16	32%	6	12%
Me avergüenzo con facilidad, tengo mucho sentido del ridículo	33	66%	15	30%	2	4%
Pienso en suicidarme	34	68%	7	14%	1	2%
Me preocupo mucho	9	18%	22	44%	19	38%

**Gráfica 4.2**



Al poner en común las tablas 4.4, 4.5 y la gráfica 4.2 se evidenciaron las respuestas obtenidas acerca de las manifestaciones de ansiedad de los jóvenes entrevistados. Es evidente que predominaron las respuestas negativas: por ejemplo, más del 80% de los jóvenes indicó que

no siente miedo de ir al colegio, no piensa que nadie lo quiere ni considera que no vale para nada.

El 68% eligió la opción “No es verdad” para la afirmación “pienso en suicidarme” ;sin embargo, el 14% (7 sujetos) refirió que es “algo verdadero” y únicamente 1 persona indicó que este pensamiento es “Muy verdadero”.

Por otra parte, el 54% de los encuestados refirió considerarse “ser nervioso”, eligiendo la opción “algo verdadero”. Es importante mencionar que esta media fue la más elevada, con 2.08. Además, el otro 26% eligió la opción de “muy verdadero”. En esta ocasión, la primera respuesta “No es verdad” fue la menos elegida.

Al igual que en la pregunta anterior, las afirmaciones “tengo miedo a pensar o hacer algo malo” y la de “me preocupo mucho” obtuvieron mayor cantidad de respuesta “algo verdadero” como respuesta y como segunda opción “muy verdadero”.

Cabe mencionar que la afirmación con mayor cantidad de respuestas positivas, es decir, “muy verdadero” fue la de “me preocupo mucho”.

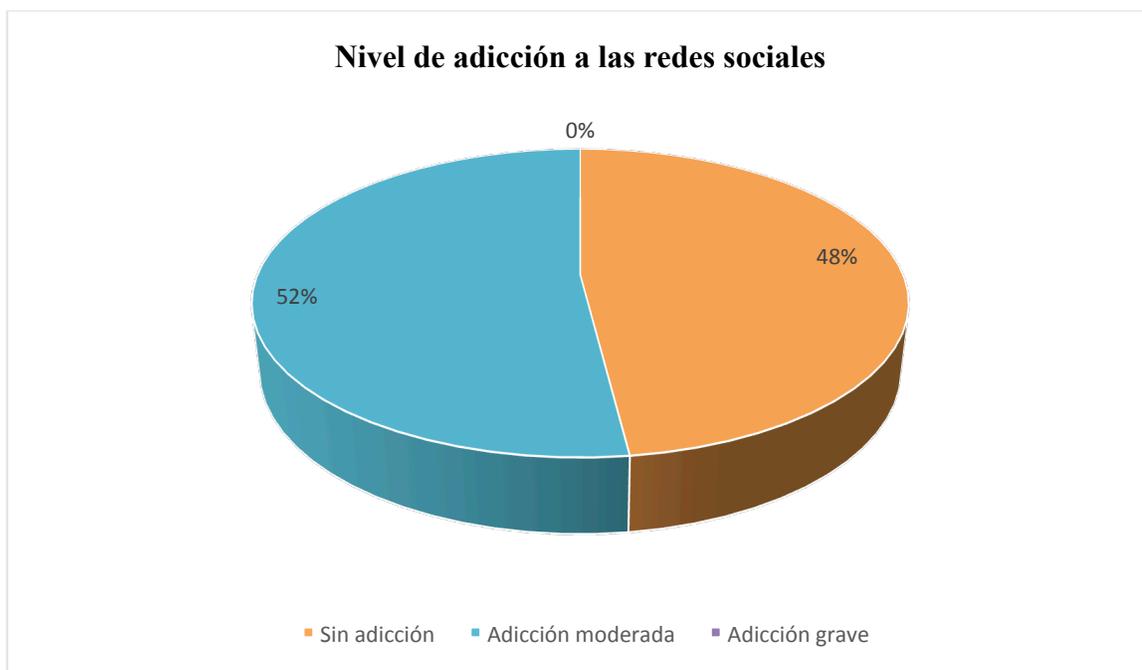
En resumen, las modas de la serie reflejaron predominancia al colocarse en el puntaje mínimo (“No es verdad”) pues en 10 de las 13 preguntas es de 1 punto. Sin embargo, fue evidente que en todas las preguntas fueron seleccionadas las tres opciones de respuesta por al menos un sujeto.

**Tabla 4.6**

**Nivel de adicción a las redes sociales**

<b>RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS</b>	<b>INTERPRETACIÓN</b>	<b>Número de sujetos que se ubicaron en ese nivel N</b>	<b>Porcentaje de sujetos que se ubicaron en ese nivel %</b>
20 – 39 puntos	Sin adicción	24	48%
40 – 69 puntos	Adicción moderada	26	52%
70 – 100 puntos	Adicción grave	0	0%

**Gráfica 4.3**



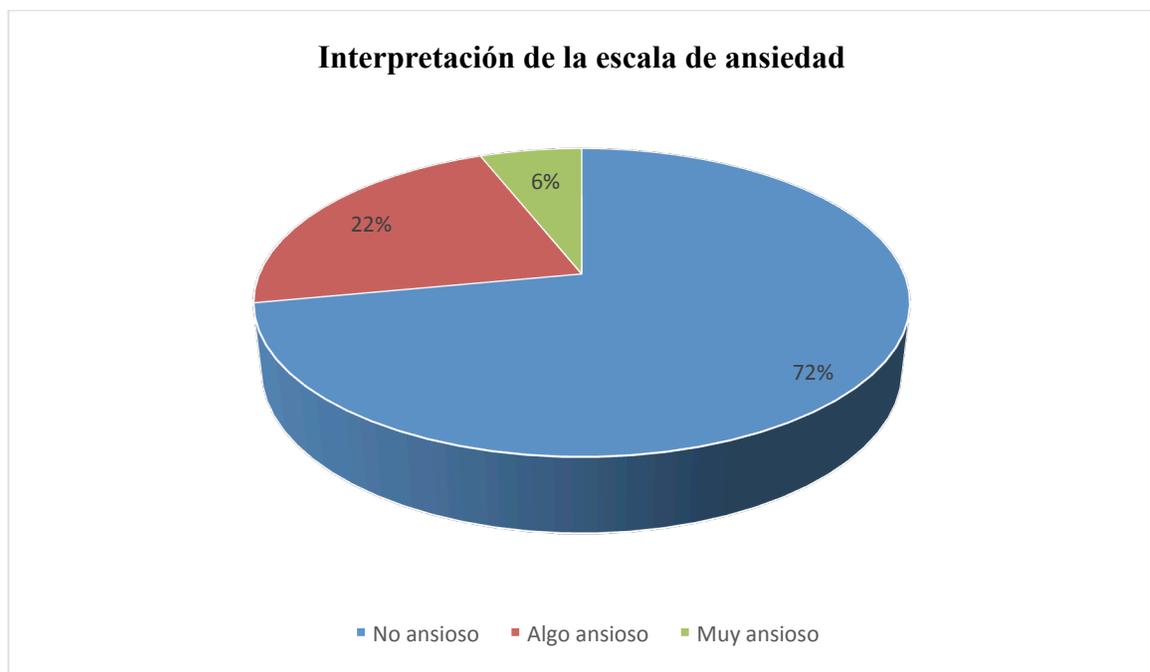
En la gráfica 4.3 se observan los niveles de adicción a las redes sociales detectados en los sujetos. Se hizo evidente que ninguno de ellos presentó adicción grave, mientras que el 52% se ubicó en adicción moderada y 48 de cada 100 resultaron libres de adicción a las redes sociales.

**Tabla 4.7**

**Interpretación de la escala de ansiedad**

<b>RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS</b>	<b>INTERPRETACIÓN</b>	<b>Número de sujetos que se ubicaron en ese nivel N</b>	<b>Porcentaje de sujetos que se ubicaron en ese nivel %</b>
13 – 21 puntos	No ansioso	36	72%
22 – 30 puntos	Algo ansioso	11	22%
31 – 39 puntos	Muy ansioso	3	6%

**Gráfica 4.4**



En la gráfica anterior se observan los resultados respecto a la ansiedad presentada por los sujetos de estudios. Fue evidente la dominancia del rango “no ansioso” con un

72%, mientras que 22 de cada 100 se ubicaron en un intermedio “algo ansioso” y únicamente 6 de 100 personas se encontraron muy ansiosas.

**Tabla 4.8**

**Correlación entre nivel de adicción y ansiedad**

<i>Correlación</i>	<i>Nivel de adicción</i>
Ansiedad	-0.09

Para el número de sujetos de la investigación (50), el mínimo coeficiente de correlación que se esperaba para que fuera estadísticamente significativo era 0.28. De acuerdo a los resultados de la tabla, no existió relación estadísticamente significativa, al 0.05, entre ambas variables.

## V. DISCUSIÓN

En este capítulo, se analizaron los resultados obtenidos de la presente investigación, la cual tuvo como objetivo establecer el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad. Para el conocimiento de los niveles de adicción y ansiedad, se aplicó a 50 jóvenes de entre 13 y 18 años, parte de un Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías el cual fue elaborado y adaptado por Oliva et al. (2012). Dicha encuesta contempló la respuesta a preguntas directas, escalas de likert y respuestas con selección múltiple.

El presente estudio solicitó a los entrevistados información acerca del uso de las tecnologías durante el último año, brindando como resultado un uso frecuente y abundante con una amplia gama de objetivos, predominantemente los sociales como Twitter, Facebook, Messenger, etc. Con relación a la edad en que se iniciaron en el uso de la tecnología, varios sujetos señalaron que el uso de internet y de celulares propios inició desde los 9 años, considerándose, a la fecha, personas con un nivel avanzado o experto en cuanto a su uso. Lo cual concuerda con el estudio realizado por Ilifebelt (2013), empresa centroamericana de investigación, que indicó que en el área los usuarios de las redes sociales están distribuidos por edades de la siguiente manera, de 12 a 17 años 9%, de 18 a 20 años el 10%, 21 a 24 años 21%, 25 a 30 años 24%, 31 a 34 años 11% y 35 a 44 el 17%, de 45 a 49 años un 5% y de 50 a 54 años el 3%; Siendo las redes más utilizadas facebook, twitter y google+. Esta investigación concluyó que el 50% de guatemaltecos están en el mundo virtual de internet constantemente e hizo referencia al incremento en la población usuaria de redes sociales y la facilidad de acceso que ésta tiene a las tecnologías.

Diversos autores han realizado varias investigaciones a nivel nacional e internacional para establecer estudios relacionados con la adicción a la tecnología, el uso de los videojuegos, el internet y la telefonía móvil, etc. Así como diversas manifestaciones de ansiedad en adolescentes. Al contrastar los resultados obtenidos, se han encontrado coincidencias y diferencias con las investigaciones planteadas en los antecedentes del estudio.

En el presente estudio, los sujetos encuestados no presentaron adicciones graves hacia la tecnología; sin embargo, el 52% de la muestra evidencia adicción moderada y el 48% restante permanece sin adicción. La información anterior coincide con León (2012) quien realizó una investigación de la que obtuvo como principal hallazgo que sí existe una adicción al uso de la Blackberry en el 80% de los adolescentes y cambios en sus comunicaciones interpersonales de normales a regulares.

La presente investigación obtiene resultados que evidencian niveles de medios a bajos de adicción en los sujetos. En este aspecto concuerda con Fajardo (2004) quien investigó acerca de la diferencia en el nivel socioeconómico, emocional, escolar y familiar entre un grupo de jóvenes de nivel social medio, adictos al servicio de internet y otro grupo sin rasgos de adicción. Los sujetos fueron evaluados con el Cuestionario de Adicción a Internet, mismo que se utilizó en la presente investigación. Los hallazgos fueron que solamente el 5.0% tiene adicción grave al internet, 13.9% presentaron una adicción moderada rasgos y 81% no presenta rasgos. Por otro lado, este estudio obtuvo como resultado en cuanto a la adaptación social ya que los encuestados en esta ocasión sí conviven con sus amigos y familiares entre otros, por lo que discrepa con Fajardo (2004) ya que en su caso se demostró que sí existe diferencia significativa en los niveles de adaptación social y global, entre los jóvenes adictos y el grupo que no presenta rasgos.

Por otra parte, en esta investigación se obtuvieron resultados variados en cuanto a los niveles de ansiedad, pues no se detecta en los sujetos niveles de ansiedad elevados. En los resultados de este estudio el 72% de la población se encuentra sin ansiedad y únicamente un 6% en un rango de ansiedad elevada. Dichos resultados, distan de los obtenidos por Pacheco (2011) acerca de las manifestaciones de ansiedad en los jóvenes adultos de 20 a 23 años que emplean videojuegos. Como resultado, obtuvo que todos los jóvenes presentan ansiedad moderada a nivel fisiológico, cognitivo y conductual motor; el cual se manifiesta principalmente por una compulsión por empezar a jugar, lograr el objetivo del juego y ser mejor en el juego; pérdida de la noción del tiempo mientras juegan y la adquisición de hábitos como fumar, beber licor, escuchar música y en algunos casos fumar marihuana mientras juegan.

Siempre en el tema de ansiedad, la presente investigación, no tuvo hallazgos significativos de ansiedad alta y el resto de la muestra está en 22% “algo ansioso” y 72% en el rango de sin ansiedad. La investigación realizada por Fernández (2012), tuvo como objetivo establecer las manifestaciones de ansiedad en niños ansiosos que padecen de VIH/SIDA. Concluyó que los rasgos de ansiedad se encuentran dentro de los límites de Ansiedad Media, con una diferencia sumamente baja que los separa de la Ansiedad Alta. Por lo tanto son contradictorios con este estudio, es importante tomar en cuenta que los motivos por los que se evaluaron los niveles de ansiedad fueron totalmente distintos.

Los resultados obtenidos en el presente estudio, indican que un alto porcentaje de los sujetos de esta investigación refieren no sentir temor hacia diversas circunstancias, con un adecuado autoconcepto, sentir la necesidad de tener un buen desempeño y temor de hacer o pensar cosas malas. El único factor que salió con un porcentaje mayor en la prueba de ansiedad es el que se refiere a que se “preocupa mucho”. Lo cual se relaciona con los resultados

encontrados por Castillo (2012) cuando investigó acerca de la evaluación del desempeño y su influencia en los niveles de ansiedad de un grupo de empleados de una empresa dedicada a la comercialización de productos de telefonía celular; el estudio determinó que los niveles de ansiedad no se vieron afectados por la evaluación del desempeño.

En el presente estudio, los sujetos no manifestaron interferencia en las relaciones interpersonales como producto de la utilización de la tecnología; siempre priorizaron las relaciones cercanas con sus amigos y familiares, por encima de las redes sociales. La mayoría de los sujetos encuestados no consideran que el internet ayude a evadir o bloquear pensamientos para tranquilizarse; además, menos de la mitad de los sujetos indicaron que con frecuencia, a menudo o siempre, abandonan las actividades que tiene que hacer, por estar conectado a las redes. Por último, es importante señalar que un alto porcentaje de los sujetos indicaron que con frecuencia establecen nuevas relaciones con personas que utilizan el internet. Contrario a los hallazgos de Marroquín (2011) quien estudió la presencia del mecanismo de defensa de la proyección entre los jóvenes usuarios de redes sociales, en alumnos del Colegio Campo Alto que oscilan entre los 15 y 17 años. Mediante una entrevista estructurada, encontró que con el uso de redes sociales, el joven proyecta una imagen diferente a lo que es; es decir, que se convierten en una vía de escape en la que se expresa y comporta como desea y no como es, situación que interfiere en su integración social dentro y fuera de las redes.

La presente investigación cuenta dentro de sus hallazgos las estabilidad, constancia y frecuencia con la que los sujetos de entre 13 y 18 años realizan actividades con su familia y amistades significativas. Además, se consideran personas sociables, sin necesidad de estar permanentemente conectados a las redes, entre otros. Estos resultados se contradicen con los obtenidos por Romero (2013) quien describió los factores de riesgo que predisponen a los

adolescentes de 14 y 16 años respecto al riesgo de adicción de redes sociales. El anterior autor señaló que las manifestaciones más frecuentes fueron: padecimientos físicos como dolor de cabeza, sensación de ahogo y pérdida del aliento; dificultad en el control de impulsos, agresión, irritabilidad y depresión, dificultad para relacionarse con sus padres y demás personas de su entorno social y falta de interés en las relaciones interpersonales.

Tomando en cuenta investigaciones internacionales, y los resultados del presente estudio, no se localizaron sujetos con niveles altos de adicción, las horas con que se conectan a internet oscilan entre 1 y 3 diarias. El presente estudio determinó que el 80% de los sujetos ya habían empezado a utilizar internet a los 10 años de edad, lo cual dista por 5 años de la edad referida por Oliva et al. (2012). Oliva también investiga la prevalencia de adicciones a las nuevas tecnologías, estudiando las características psicosociales que puedan actuar como factores de riesgo para la adicción a las nuevas tecnologías; los siguientes autores indicaron que el uso de Internet da inicio a los 15 años, que se conectan a Internet entre una y tres horas diariamente y que el tipo de actividad es el uso de las redes sociales, chats o foros; sin embargo, no se observó una adicción grave en el uso de internet, lo cual es congruente con la presente investigación. Ambos estudios concluyeron que no existe un nivel alarmante de adicción al uso de Internet, específicamente a las redes sociales en los sujetos. En relación al tema, Labrador y Echeburúa (2009) sostienen que la adicción es una patología que afecta al ser humano y que le resta libertad e independencia al limitarlo en la expresión saludable de sus intereses; ésta puede darse en los adolescentes en cuanto al uso desmedido de redes sociales y el sentimiento de desamparo o síndrome de abstinencia que experimentan cuando se les priva de su uso.

En esta investigación se evidencia que los sujetos de estudio presentaron niveles de ansiedad que no fueron altamente significativos, no manifiestan temores hacia distintas

situaciones, no consideran reaccionar agresivamente ante momentos de entretención mientras se utiliza el internet, no se sienten deprimidos, nerviosos o tensos cuando no están conectados, no utilizan el internet como escape o bloqueo en situaciones problemas entre otras situaciones. Lo cual contrasta con dos investigaciones realizadas por Montaña (2011) y Chávez (2004) sobre los niveles de ansiedad ante situaciones académicas y las estrategias de afrontamiento en estudiantes, señalaron que, a mayores niveles de ansiedad, más se utilizaba la estrategia de afrontamiento de distanciamiento y la de escape-evitación, y menos la estrategia de resolución de problemas.

La presente investigación realizada con los jóvenes del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad brindó resultados que indican que los jóvenes se conectan a internet con regularidad y por tiempo prolongado, que las actividades se enfocan principalmente en la socialización y páginas de entretenimiento, así como la realización de tareas de la escuela. Estos resultados están estrechamente relacionados con los obtenidos por Pérez y Pastor (2012) quienes citaron un estudio realizado por García, Gaona y Martínez en el año 2009, en el que realizaron investigaciones acerca de la incidencia de los usos de internet por adolescentes entre 12 y 17 años de la comunidad de Madrid. Dentro de los resultados más relevantes se halló que el 82.9% ya utilizaba internet y que un 65.6% de ellos se conecta todos o casi todos los días, y los sitios más visitados son: la mensajería instantánea, las páginas web, las redes sociales y los videos compartidos. Los usos más habituales son, escuchar música, conversar con amigos, combatir el aburrimiento y descargar archivos musicales gratis. En cuanto a la adicción a internet, únicamente un 10.7% que sus notas han bajado por conectarse demasiado tiempo, y un 6.4% que pasa cada vez menos tiempo con sus amigos y familia., en un principio concuerda con uso y la frecuencia con la que se conectan a Internet, así como en los sitios que resultan de mayor interés.

Además, coinciden respecto al desenvolvimiento social, ya que según lo investigado, los jóvenes no presentan bajas en el desempeño académico ni han dejado de compartir con sus amistades a causa del Internet.

Los resultados obtenidos en el presente estudio evidencian que los adolescentes en nuestro país se inician en el uso de las tecnologías a más tardar a los 10 años. Lo cual, al relacionarlo con los resultados de Pérez y Pastor (2012) que mencionan la investigación realizada por Garmendia, Casado y Jiménez acerca de la oportunidad y riesgos en internet para los menores en Europa. Los autores concluyeron que la edad de incorporación al uso de las redes en Europa es cada vez más temprana, niños entre los 9 y 16 años de edad ya se conectan a diario a internet y han experimentado bastante o muy frecuentemente pasar mucho tiempo conectados, dejando menos tiempo a estar con los amigos, tareas escolares o al sueño. Resulta sorprendente la conexión entre los resultados obtenidos y los de esta investigación ya que se evidencia que la edad en la que los jóvenes empiezan a utilizar Internet se encuentra dentro del mismo rango en Guatemala que en Europa; además, el uso de conexión a internet es diario aunque por un rango pequeño de tiempo debido a tareas y a utilización de redes sociales. Al momento, los sujetos encuestados señalaron no presentar dificultades sociales por el uso moderado de los recursos.

En el presente estudio, se evidencia que no existe relación entre el nivel de adicción a las redes sociales y los niveles de ansiedad, en los 50 sujetos encuestados. Los resultados demuestran un aumento del porcentaje de adolescentes que utilizan a Internet, a pesar de ello los niveles de ansiedad referidos por los sujetos son mínimos. Por su parte García y López (2009) demostraron que el 5% de los estudiantes de secundaria que abusan del uso de internet son

adolescentes con baja autoestima, falta de apoyo familiar y dificultades en la expresión de sentimientos personales y opiniones.

En base a los resultados obtenidos en este estudio se puede inferir que el uso de redes sociales en la muestra no es generador de trastornos de ansiedad. Ya que, de acuerdo con Feldman (2005), las personas con un trastorno de ansiedad tienen un sistema de creencias y percepción distorsionada de la realidad, criterios que no existen en los sujetos de este estudio.

A manera de conclusión, se puede notar convergencias y divergencias del presente estudio con otras investigaciones a nivel nacional e internacional. Los resultados obtenidos pueden ser útiles para los líderes del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad para desarrollar estrategias que promuevan la salud mental en sus integrantes con fines preventivos, en el caso de la población que no presenta rasgos de adicción. También puede ser utilizado en otros ámbitos con poblaciones similares como referencia para incorporar estrategias preventivas o remediales según sea el caso.

## VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los objetivos planteados para la presente investigación junto con el análisis y discusión de resultados posteriores a la aplicación del instrumento, se establecieron las siguientes conclusiones:

1. En términos generales, los sujetos de la muestra demostraron poseer muy buenas actitudes en las áreas de adaptación familiar, social y escolar, respecto de normas, límites y buenos hábitos personales.
2. Los sujetos presentan niveles de adicción moderada, en cuanto al uso de Internet, tecnologías y redes sociales. El porcentaje de ellos que no presenta adicción moderada, se encuentra libre de rasgos adictivos.
3. De acuerdo al estudio, los sujetos no presentan niveles graves de ansiedad y no existe correlación con el uso de Internet y otras tecnologías, únicamente un 6% los experimenta en cuanto a su desempeño.
4. Se determinó que los adolescentes que hoy se encuentran en un rango de 13 a 18 años, se iniciaron en el uso de Internet y tecnologías a más tardar, a los 10 años.
5. Respecto al uso del celular, se percibe un incremento en el tiempo invertido durante el fin de semana. La telefonía móvil es el recurso más utilizado por los sujetos de estudio.

6. Por medio de la evaluación, se evidenció que los videojuegos es el primer contacto tecnológico que los jóvenes utilizan hoy en día pues los mismos se han empezado a utilizar aún antes de los 2 años. Sin embargo, la utilización de los mismos disminuye significativamente luego de los 9 años.
7. A pesar de no presentar niveles altos de adicción, un alto porcentaje de los sujetos permanece en línea más del tiempo que había planeado y le requiere cierto esfuerzo dejar de prolongar el tiempo o poner un fin a la actividad. Sin embargo, el uso de internet no interfiere en su desempeño social, académico y personal.
8. El rendimiento escolar de los sujetos no se ve afectado por manifestaciones de ansiedad provocadas por el uso de las redes sociales.
9. Según los resultados de la investigación, los adolescentes del presente estudio tienen acceso a internet y a redes sociales a la misma edad que los jóvenes en Europa y Sur América.
10. La mayor parte de los sujetos dedica al menos de 1 a 3 horas diarias al uso de Internet, debido al uso de las redes sociales o como medio para realizar tareas. Es un mínimo porcentaje el de adolescentes que no dedica tiempo a estas actividades.
11. A pesar de la cantidad de tiempo que los sujetos dedican a uso de redes sociales y de la facilidad con la que establecen relaciones por medio de ellas, eligen pasar tiempo con sus amigos y éstos ocupan una parte importante de sus vidas.

12. En términos generales los jóvenes de la muestra mantienen una relación constante con su familia y dedica tiempo a realizar diversas actividades juntos. No obstante, a pesar de tener una buena integración familiar, no comparten el uso de la tecnología y redes sociales; pues las actividades que realizan juntos son los paseos y ver películas.

## VII. RECOMENDACIONES

Basándose en las conclusiones del estudio, se recomienda lo siguiente:

- Difundir los resultados de la investigación para que sean del conocimiento de la parroquia, los líderes del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad, los sujetos de la muestra y los padres de familia con hijos dentro del rango de edades, con el fin incentivar a reforzar el trabajo que se realiza con los jóvenes y en prevenir un aumento en los índices de ansiedad y adicción.
- Cabe señalar que debido a que la muestra pertenece a un grupo de específico de la Iglesia, se vuelve difícil generalizar los resultados a otros estratos, en los cuales los jóvenes pueden estar viviendo realidades diversas desde un punto de vista social, económico o académico.
- Implementar dentro del programa talleres o charlas respecto al uso y abuso de las tecnologías, las repercusiones que puede tener en sus vidas y métodos para evitarlo.
- Enriquecer la investigación realizada, con los mismos sujetos, contemplando aspectos como alimentación, actividades recreativas alternas, estructura familiar e índices de autoestima con el objetivo de tener una visión global y resultados más específicos.
- Realizar estudios lineales en los que se de seguimiento a los sujetos de la muestra para realizar análisis a mediano y largo plazo con relación a sus niveles de adicción al internet y a la ansiedad.

- Realizar estudios similares con sujetos que posean las mismas características, para contrastar los resultados obtenidos.
  
- Realizar un estudio contrastante con el presente, utilizando una población que no pertenezca a un movimiento católico para establecer las diferencias y permitir, tanto a jóvenes como a padres de familia, conocer las ventajas o desventajas de incorporarse a un movimiento de ese tipo.
  
- Impartir talleres a los padres de familia y al personal de la parroquia para que puedan identificar en los jóvenes rasgos de adicción o ansiedad, de tal manera que se pueda brindar la debida orientación preventiva.

#### IV. REFERENCIAS

- Achenbach, T. M. y Rescorla, L. A. (2001). *Manual for the ASEBA School-age Forms & Profiles*. Burlington, VT, EE.UU.: University of Vermont, Research Center for Children, Youth, & Families.
- Atkinson, D. y Field, D. (2004). *Diccionario de ética cristiana y teología pastora*. España: Editorial CLIE Barcelona
- Asignatura: ciencias psicosociales. Área IV: Aspectos Psicosociales de los cuidados de Enfermería (s/f)
- Recuperado de:
- [https://alojamientos.uva.es/guia\\_docente/uploads/2012/476/46212/1/Documento23.pdf](https://alojamientos.uva.es/guia_docente/uploads/2012/476/46212/1/Documento23.pdf)
- Baeza, J., Balaguer, G., Belchi, I., Coronas, M., Guillamón, G. (2008). *Higiene y prevención de la ansiedad*. Ediciones Díaz de Santos. España.
- Bobes, J., Bousoño, M., Portilla, M., Sáiz, P. y Bascarán, M. (2004). *Banco de Instrumentos básicos para la práctica de la psiquiatría clínica*. (3ed). España: Psiquiatría Editores.
- Brizuela, M., Fernández, D. y Murillo, J. (2009). Adicciones. Trabajo de monografías. Universidad nacional de Lanús. Argentina. En red: (Disponible en)
- <http://www.aadaih.com.ar/publicaciones/monografias-09/adicciones.pdf>
- Caballarm J. (2011). *Twitter: marketing personal y profesional*. RC Libros. España: Madrid.
- Castilla, M. (2006). *ATS/DUE del Servicio Gallego de Salud*. Editorial MAD, S.L. España
- Castillo, E. (2012). *Niveles de ansiedad ante la evaluación del desempeño*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Campus de Huehuetenango, Huehuetenango, Guatemala.

- Chávez, E. (2004). *Estrategias de afrontamiento a la ansiedad de evaluación y su relación con el desempeño académico en estudiantes universitarios incorporados a modelos educativos innovadores*. (Tesis de maestría) Universidad de Colima, Colombia.
- Dulanto, E. (2000). *El Adolescente*. México: McGrawHill Interamericana Editores, S.A de C.V
- Duque, J. y Herrera, M. (2012). *Influencia de las redes sociales cibernéticas en la intersubjetividad de los adolescentes*. (Tesis de licenciatura). Universidad San Carlos de Guatemala, Guatemala.
- Echeburúa, E., Labrador, F. y Becoña, E. (2009). *Psychology España*: Ediciones Pirámide, S.A.
- Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. Adicciones. Vol. 22 Num.2. 91-96
- Esparcia, J., Caparrós, A., Armayones, M., Horta, E. y Requena, E. (2006). *Psicopatología*. Editorial UOC. España: Barcelona.
- Fajardo, A. (2004). *Diferencia en el nivel de adaptación social, emocional, escolar y familiar entre un grupo de jóvenes adictos al servicio de internet, un grupo de jóvenes con rasgos de adicción y un grupo de jóvenes sin rasgos*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Feldman, R. (2005). *Psicología, con aplicación en países de habla hispana*. México: McGrawHill
- Fernández, A. (2012). *Manifestaciones de ansiedad en niños ansiosos institucionalizados en el hogar madre Ana Vitiello que padecen VIH/SIDA*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala
- Fernández, B. (2010). *Las redes sociales. Lo que hacen sus hijos en internet*. España: Editorial Club Universitario.
- García, J. y López, C. (2009). *Medios de comunicación, publicidad y adicciones*. España: Editorial Edaf, S.L.

- Gómez, A. (2011). MODMEX PC. Publicación Electrónica, diciembre 2011. Disponible en:  
<http://books.google.com.gt/books?id=Wf3-AAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- González, M. (2002). *Cómo mejorar las relaciones humanas*. Ediciones Fiscales ISEF, S.A. México.
- Griffiths, M. D. (2008). The biopsychosocial and “complex” systems approach as a unified framework for addiction. *BehavioralandBrainSciences*, 31, 446-447. En red: (Disponible en)  
[http://www.academia.edu/429475/Griffiths\\_M.D.\\_2008\\_.The\\_biopsychosocial\\_and\\_complex\\_systems\\_approach\\_as\\_a\\_unified\\_framework\\_for\\_addiction.Behavioral\\_and\\_Brain\\_Sciences\\_31\\_446-447](http://www.academia.edu/429475/Griffiths_M.D._2008_.The_biopsychosocial_and_complex_systems_approach_as_a_unified_framework_for_addiction.Behavioral_and_Brain_Sciences_31_446-447)
- Hart, A. (1994). *Hijos con estrés*. Barcelona: Grupo Editorial Ceac (Orig. Stress and Your Child: Know the Signs and Prevent the Harm. 1992).
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación* (4ta. ed.) México: McGraw-Hill
- Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey. (2014). Formando Formadores. En red: (Disponible en)  
[http://www.cca.org.mx/profesores/cursos/hmfbcp\\_ut/html/m5/ventanas/u3/escalas.html](http://www.cca.org.mx/profesores/cursos/hmfbcp_ut/html/m5/ventanas/u3/escalas.html)
- Ilifébelt. (2013). *Estudio Redes Sociales Centro América 2013*. En red: (Disponible en)  
<http://octavioislas.files.wordpress.com/2013/08/redes-sociales-centroamerica-2013.pdf>
- Labrador, F. y Echeberúa, E. (2009) “*Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*”. Primera edición. Editorial Pirámide. España. Página 20
- León, J. (2012). *Comunicación interpersonal entre adolescentes por medio del teléfono Blackberry*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala.
- Mardomingo, M. (1994). *Psiquiatría del niño y el adolescente: método fundamentos y síndrome* España: Ediciones Díaz de Santos, S.A

- Mardomingo M. y Soutullo C. (2010). *Manual de psiquiatría del niño y el adolescente*. España: Editorial Medica Panamericana.
- Margain, M. (2002). *Libro del conductor, Aprendiendo a pasarla bien*. Editorial Pax México. México
- Marroquín, H., (2011)*El mecanismo de defensa de la proyección en las redes sociales de internet en la población estudiantil de 15 a 17 años del Colegio Bilingüe Campo Alto Colinas durante el año 2011.*(Tesis de licenciatura inédita). Universidad San Carlos de Guatemala, Guatemala.
- Micheli, F., Nogués, M., Asconape, J., Fernández, M., y Biller, E. (2003).*Tratado de Neurología Clínica*. España: Editorial Medica Panamericana
- Montaña, L. (2011).*Ansiedad en situación de examen y estrategias de afrontamiento en alumnos universitarios de 1º y 5º año.*(Tesis de licenciatura inédita)Universidad Abierta Interamericana, Argentina.
- Oliva, A., Hidalgo, M., Moreno, C., Jiménez, L., Jiménez, A., Antolín, L. y Ramos, P. (2012)*Uso y riesgos de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*. España: Editorial agua Clara, SL.
- Organización Mundial de la Salud OMS (2,010) Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol. Italia.: Servicio de Producción de Documentos de la OMS.
- Pacheco, D. (2011).*Manifestaciones de ansiedad en jóvenes adultos de sexo masculino que emplean videojuegos.*(Tesis de licenciatura) Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Pancheri, P. (1982).*Manual de psiquiatría clínica*. México: Editorial Trillas, S.A.
- Paredes, M. (2008). Facebook y el cambio social. Nota Enter. Pag 100. Disponible en: (en red) <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2284/1/tps783.pdf>
- Papalia, D., Olds, S. y Feldman, R. (2004). *Desarrollo Humano*. 9a Edición. España: McGrawHill.

- Papalia, D. (2005). *Psicología del desarrollo de la infancia a la Adolescencia*, 9na Edición, México, McGraw-Hill Interamericana Editores, Pág. 431.
- Payá, B., Gastaminza, X. y San Sebastián, J. (2010) *Manual de psiquiatría del niño y el adolescente*. España: Editorial Medica Panamericana.
- Pérez, J. y Pastor, L. (2012). *Comunicación, infancia y juventud. Situación e investigación en España*. España: Editorial UOC.
- Pichón, R. (2000). *Teoría del vínculo*. 21ª edición, Buenos Aires, Nueva Visión, octubre de 2000, Pág.128
- Pinel, J. (2007). *Biopsicología*. España: Pearson
- Pintado, T. y Sánchez, J. (2012). *Nuevas tendencias en comunicación*. ESIC editorial. Madrid.  
 Disponible en:  
<http://books.google.com.gt/books?id=qR906X2ZlplC&pg=PA83&dq=que+es+twitter&hl=es&sa=X&ei=lvh9VLinA6SxsAT62ILQDA&ved=0CC8Q6AEwBQ#v=onepage&q=que%20es%20twitter&f=false>
- Prato, L. (2010). *Web2.0: Redes Sociales*. Argentina: Eduvim
- Real Academia Española, (2014). *Diccionario de la Lengua Española*. 23ª Edición, España, octubre de 2014. En red: (disponible en) <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae>
- Redondo, C., Galdó, G. y García, M. (2008). *Atención al adolescente*. España: Universidad de Cantabria.
- Requena, F. (2008). *Redes sociales y sociedad civil*. Centro de Investigaciones Sociológicas. España: Madrid
- Reyes, Y. (2003). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la UNMSM*. Tesis inédita, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.
- Rissoan, R. (2003). *Redes sociales, comprender y dominar las nuevas herramientas de comunicación*. ENI Editions. España: Barcelona.

Romero, A. (2013). *Factores de riesgo que predisponen a los adolescentes de una institución educativa privada, al uso adictivo de las redes sociales en internet*. (Tesis de licenciatura inédita),

Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Sampayo, J. (1986). *Rasgos erasmistas de la locura del licenciado Vidriera de Miguel de Cervantes*.

España: INO-Reproducciones, S.A.

Suotullo, C. y Mardomingo, M. (2010). *Manual de psiquiatría del niño y del adolescente*. Médica

Panamericana. Argentina: Buenos Aires.

Valleur, M. Matysiak, J (2005) *Las nuevas adicciones del siglo XVI* edita España

Young, K. (1996). *Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder*. Comunicación presentada en el 104th Annual Convention of the American Psychological Association. Toronto, Canada.

Zambrano, J. (2011). *Glosario de Términos de Educación Especial*. Recuperado de [fasedelaespecialidad.wikispaces.com/file/view/Glosario+de+Términos.pdf](http://fasedelaespecialidad.wikispaces.com/file/view/Glosario+de+Términos.pdf).

## **ANEXOS**

## ANEXO 1

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA



### CUESTIONARIO

#### “Nivel de adicción a las redes sociales y su relación con las manifestaciones de ansiedad”

Mi nombre es María Fernanda Haeussler. Estoy realizando mi tesis, la cual tiene como objetivo establecer el nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del Movimiento Juvenil Pandillas de la Amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad. Es por ello que solicito tu colaboración para responder el presente cuestionario. Es importante mencionar, que la información que proporcionas al responder es confidencial.

#### I Serie - Datos generales

**Instrucciones:** Completa la siguiente información que se te solicita, escribiendo tu respuesta sobre las líneas.

Fecha de hoy: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

**II Serie:** A continuación se presenta una serie de preguntas en las que deberás marcar con una “X” el dato que mejor se adecue a tu condición.

1. ¿A qué edad empezaste a usar las siguientes tecnologías? Escribe en la línea la edad en que iniciaste, aproximadamente. De no contar con alguno de estos recursos, marca con una “X” la casilla correspondiente a “nunca las he utilizado”.

	Edad	Nunca las he utilizado
Internet	_____	€
Videojuegos	_____	€
Teléfono móvil	_____	€

2. ¿Podrías definir el nivel que tiene en uso de las siguientes tecnologías?

	Nulo	Principiante	Medio	Avanzad	Experto
				o	
Internet	€	€	€	€	€
Videojuegos	€	€	€	€	€
Teléfono móvil	€	€	€	€	€

3. ¿Cuántas horas al día sueles dedicar entre semana al uso de las siguientes tecnologías? (se considera entresemana de lunes por la mañana hasta viernes dentro de horario escolar).

	Ninguna	Menos de 1 hora	Entre 1- 3 horas	Entre 3 – 6 horas	Más de 6 horas
Internet	€	€	€	€	€
Videojuegos	€	€	€	€	€
Teléfono móvil	€	€	€	€	€

4. ¿Cuántas horas al día sueles dedicar los fines de semana (incluyendo viernes una vez terminada la jornada escolar) al uso de las siguientes tecnologías?

	Ninguna	Menos de 1 hora	Entre 1- 3 horas	Entre 3 – 6 horas	Más de 6 horas
Internet	€	€	€	€	€
Videojuegos	€	€	€	€	€
Teléfono móvil	€	€	€	€	€

5. ¿Cuántas veces has usado Internet para las siguientes actividades *en el último año*?

	Nunca	Menos de una vez al mes	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Casi todos los días	Todos los días
a) Utilizar redes sociales, mensajería instantánea, chats o foros (Twitter, Facebook, Messenger, Skype, etc.)	€	€	€	€	€	€
b) Utilizar el correo electrónico	€	€	€	€	€	€
c) Descargar programas, películas, vídeos, música, juegos, cómics	€	€	€	€	€	€

d) Utilizarlo para trabajos escolares	€	€	€	€	€	€
e) Búsqueda de información sobre aficiones y cosas que te interesan (música, cine, prensa, sexo, deporte, salud,...)	€	€	€	€	€	€
f) Jugar online a través	€	€	€	€	€	€

**III Serie: Responde a las siguientes preguntas marcando una “X” sobre el número que corresponde a la siguiente escala: (independientemente del medio utilizado: ordenador, móvil, etc.)**

<i>Las opciones para cada frase son: Nunca o rara vez A veces Con frecuencia Muy a menudo Siempre</i>	<i>Nunca o rara vez</i>	<i>A veces</i>	<i>Con frecuencia</i>	<i>Muy a menudo</i>	<i>Siempre</i>
a) ¿Con qué frecuencia estás conectado a Internet más tiempo del que habías propuesto?	1	2	3	4	5
b) ¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado?	1	2	3	4	5
c) ¿Con qué frecuencia preferirías estar conectado a Internet, a estar en intimidad con tu pareja o personas íntimas?	1	2	3	4	5
d) ¿Con qué frecuencia estableces nuevas relaciones con personas que utilizan Internet?	1	2	3	4	5
e) ¿Con qué frecuencia los que comparten tu vida se quejan del tiempo que te pasas conectado a Internet?	1	2	3	4	5
f) ¿Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estás conectado?	1	2	3	4	5
g) ¿Con qué frecuencia compruebas tu e-mail o entras en Facebook, Twitter, etc. Antes de hacer otras cosas que tienes que hacer?	1	2	3	4	5
h) ¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de Internet?	1	2	3	4	5
i) ¿Con qué frecuencia contestas de forma defensiva o mantienes en secreto las actividades que realizas en Internet?	1	2	3	4	5
j) ¿Con qué frecuencia Internet te ayuda a evadirte, a bloquear pensamientos sobre tu vida que te intranquilizan?	1	2	3	4	5
k) ¿Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuándo vas a volver a estar conectado, qué vas a hacer la próxima vez que te conectes, etc.?	1	2	3	4	5
l) ¿Con qué frecuencia te planteas que la vida sin Internet sería aburrida, vacía y sin alegría?	1	2	3	4	5

m) ¿Con qué frecuencia contestas, gritas o actúas de forma inadecuada si alguien te interrumpe mientras estás usando Internet?	1	2	3	4	5
n) ¿Con qué frecuencia pierdes horas de sueño por estar conectado?	1	2	3	4	5
o) ¿Con qué frecuencia piensas en Internet cuando no estás conectado o fantaseas sobre estar conectado?	1	2	3	4	5
p) ¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “sólo unos minutos más” cuando estás conectado?	1	2	3	4	5
q) ¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido?	1	2	3	4	5
r) ¿Con qué frecuencia intentas ocultar el tiempo que has estado conectado?	1	2	3	4	5
s) ¿Con qué frecuencia eliges pasar más tiempo conectado que salir con amigos?	1	2	3	4	5
t) ¿Con qué frecuencia te sientes deprimido, nervioso o tenso cuando no estás conectado y eso sentimientos desaparecen cuando te conectas?	1	2	3	4	5

**IV Serie: A continuación se enumeran diversas frases que describen algunas conductas. En cada frase se describe lo que te ocurre ahora o durante los últimos 6 meses; Marca con una “X” número que mejor te identifique en cada una de ellas.**

	<b>Recuerda, marca 0 si no es cierta, el 1 si la frase es algo cierta o te sucede a veces y el 2 si lo que dice es muy cierto.</b>	<b>No es verdad</b>	<b>Algo verdadero</b>	<b>Muy verdadero</b>
1	Lloro mucho	1	2	3
2	Le tengo miedo a algunos animales, situaciones o lugares, aparte del colegio	1	2	3
3	Tengo miedo de ir al colegio	1	2	3
4	Tengo miedo de pensar o hacer algo malo	1	2	3
5	Pienso que tengo que ser perfecto/a	1	2	3
6	Pienso que nadie me quiere	1	2	3
7	Pienso que no valgo para nada o que soy inferior	1	2	3
8	Soy nervioso/a	1	2	3
9	Soy demasiado miedoso o ansioso	1	2	3
10	Siento demasiada culpabilidad	1	2	3
11	Me avergüenzo con facilidad, tengo mucho sentido del ridículo	1	2	3
12	Pienso en suicidarme	1	2	3
13	Me preocupo mucho	1	2	3

**V Serie: Responde, marcando con una "X", a las siguientes afirmaciones: Las opciones de respuesta para cada frase son:**

1. Nada
2. Un poco
3. Moderadamente
4. Mucho
5. Muchísimo

**1. Nada**

En la última semana...	Nada	Un poco	Moderadamente	Mucho	Muchísimo
¿Has pasado tiempo con tus amigos?	1	2	3	4	5
¿Te has divertido con tus amigos?	1	2	3	4	5
¿Tú y tus amigos/as se han ayudado unos a otros?	1	2	3	4	5
¿Has podido confiar en tus amigos?	1	2	3	4	5

**VI Serie: ¿Cuántas veces realizas en familia alguna de las siguientes actividades? Marca con una "X" la escala que mejor describa tu respuesta:**

	Nunca	Casi nunca	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Todos los días
Ver televisión	1	2	3	4	5
Oír música juntos	1	2	3	4	5
Utilizar juntos el ordenador	1	2	3	4	5
Navegar o jugar por internet	1	2	3	4	5
Jugar con la videoconsola juntos	1	2	3	4	5
Estudiar	1	2	3	4	5
Practicar deporte juntos	1	2	3	4	5
Salir de paseo juntos	1	2	3	4	5
Sentarse a charlar sobre cosas que realmente importan	1	2	3	4	5
Otras (indicar)	1	2	3	4	5

*¡Gracias por su colaboración!*

## ANEXO 2

### CLAVE DE CORRECCIÓN

#### Interpretación del nivel de adicción a las redes sociales:

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
20 – 39 puntos	Sin adicción
40 – 69 puntos	Adicción moderada
70 – 100 puntos	Adicción grave

#### Interpretación de la escala de ansiedad y depresión:

RANGOS DE PUNTEOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
13 – 21 puntos	No ansioso
22 – 30 puntos	Algo ansioso
31 – 39 puntos	Muy ansioso

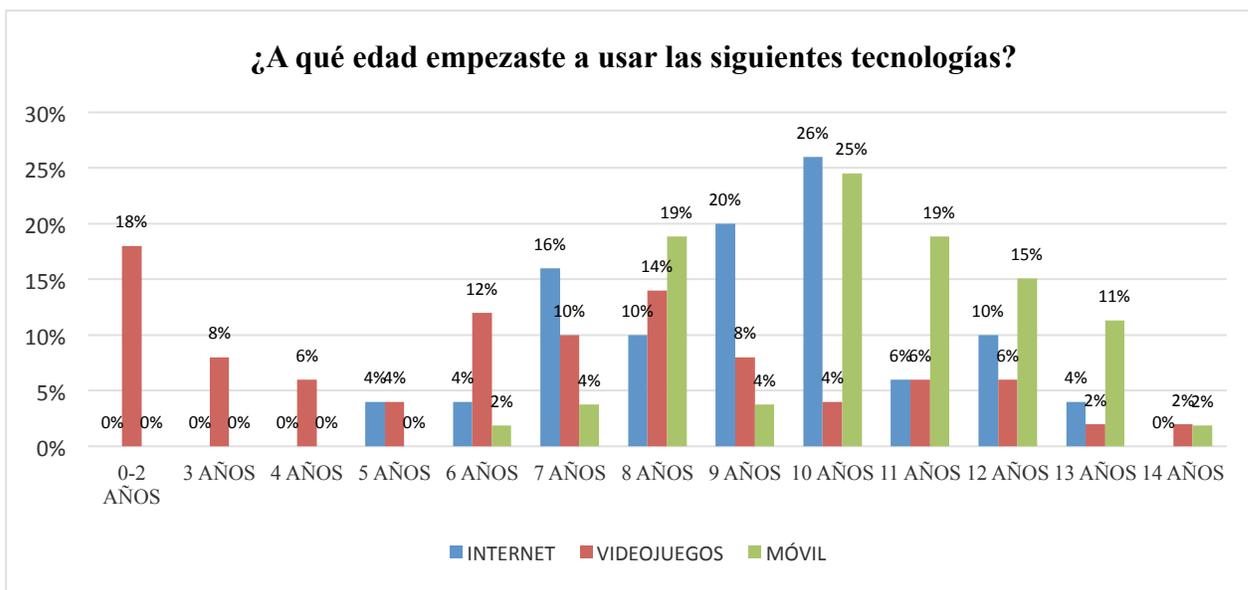
### ANEXO 3

**Tabla 1**

**¿A qué edad empezaste a usar las siguientes tecnologías?**

Variables	INTERNET		VIDEOJUEGOS		MÓVIL	
	N	%	N	%	N	%
<b>0 – 2 AÑOS</b>	0	0%	9	18%	0	0%
<b>3 AÑOS</b>	0	0%	4	8%	0	0%
<b>4 AÑOS</b>	0	0%	3	6%	0	0%
<b>5 AÑOS</b>	2	4%	2	4%	0	0%
<b>6 AÑOS</b>	2	4%	6	12%	1	2%
<b>7 AÑOS</b>	8	16%	5	10%	2	4%
<b>8 AÑOS</b>	5	10%	7	14%	10	20%
<b>9 AÑOS</b>	10	20%	4	8%	2	4%
<b>10 AÑOS</b>	13	26%	2	4%	13	26%
<b>11 AÑOS</b>	3	6%	3	6%	10	20%
<b>12 AÑOS</b>	5	10%	3	6%	8	16%
<b>13 AÑOS</b>	2	4%	1	2%	3	6%
<b>14 AÑOS</b>	0	0%	1	2%	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 1**



Con relación al uso de internet, la tabla 1 evidencia que la edad inicio ocurre a partir de los 5 años, siendo a la edad de 9 y 10 años en que aumenta el porcentaje de sujetos quienes, a esa edad, comienzan a utilizar el internet.

Respecto al uso de videojuegos, la gráfica 1 claramente muestra cómo este recurso se hace evidente desde edades muy tempranas, inclusive antes de los 2 años (8 sujetos, 16%). A la edad de los 6, 7 y 8 años, 18 sujetos manifiestan haber dado inicio el uso de los videos juegos; por su parte, de los 10 años en adelante, el inicio de este recurso oscila entre 1 y 3 sujetos por edad.

Con relación al uso de la telefonía móvil, en la tabla y la gráfica 1 se muestra que da inicio a partir de los 6 años (1 sujeto). El mayor auge en el comienzo de este recurso ocurre a la edad de los 10 años (26%), seguidos por los 8 y 11 años (con 20% respectivamente), y a los 12 años con un 18%.

Por último, la gráfica 1 establece cómo, a los 10 años, es la edad en la que el número de jóvenes es mayor para iniciarse en el uso de móviles e internet. Resulta

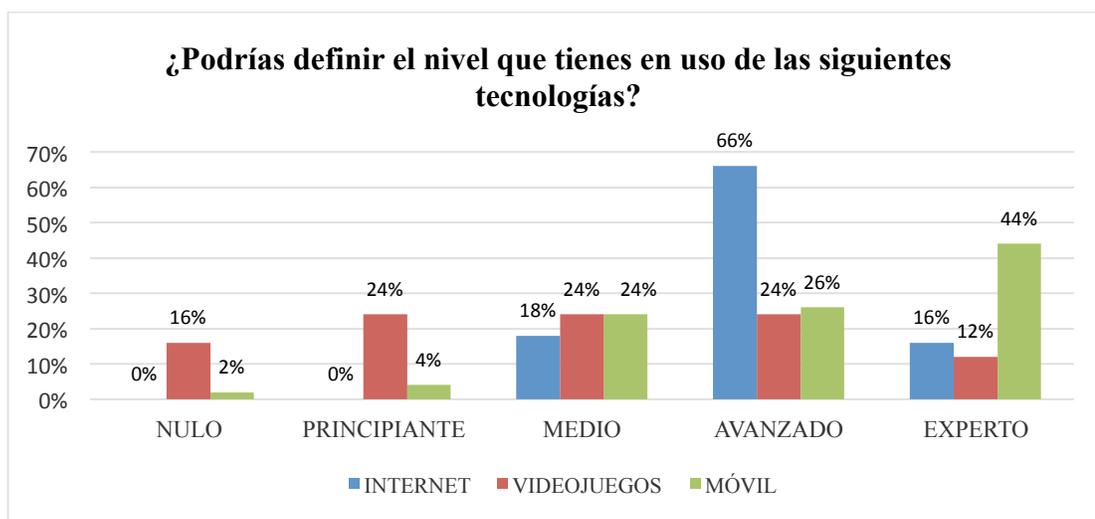
interesante mencionar que, a los 8 años, 10 sujetos inician el uso de móviles; y que, a la edad de 9 años, la misma cantidad de encuestados inician el uso de internet.

**Tabla 2**

**¿Podrías definir el nivel que tienes en uso de las siguientes tecnologías?**

Variables	INTERNET		VIDEOJUEGOS		MÓVIL	
	N	%	N	%	N	%
<b>NULO</b>	0	0%	8	16%	1	2%
<b>PRINCIPIANTE</b>	0	0%	12	24%	2	4%
<b>MEDIO</b>	9	18%	12	24%	12	24%
<b>AVANZADO</b>	33	66%	12	24%	13	26%
<b>EXPERTO</b>	8	16%	6	12%	22	44%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 2**



Con respecto al nivel que los sujetos tienen en el uso de Internet, en la gráfica 2 se puede observar que un 18% se coloca dentro del nivel medio, 66% de ellos se considera avanzado (33 sujetos) y el 16% experto. Mientras que ninguno de ellos tiene conocimiento nulo o de principiante en esta tecnología.

Acerca del nivel de uso en videojuegos, la tabla 2 evidencia porcentajes similares dentro de cada uno de los niveles; el mismo porcentaje se ubica en los niveles principiantes, medio y avanzado. Además, únicamente 6 sujetos de 50, cuenta con un nivel de experto en el área.

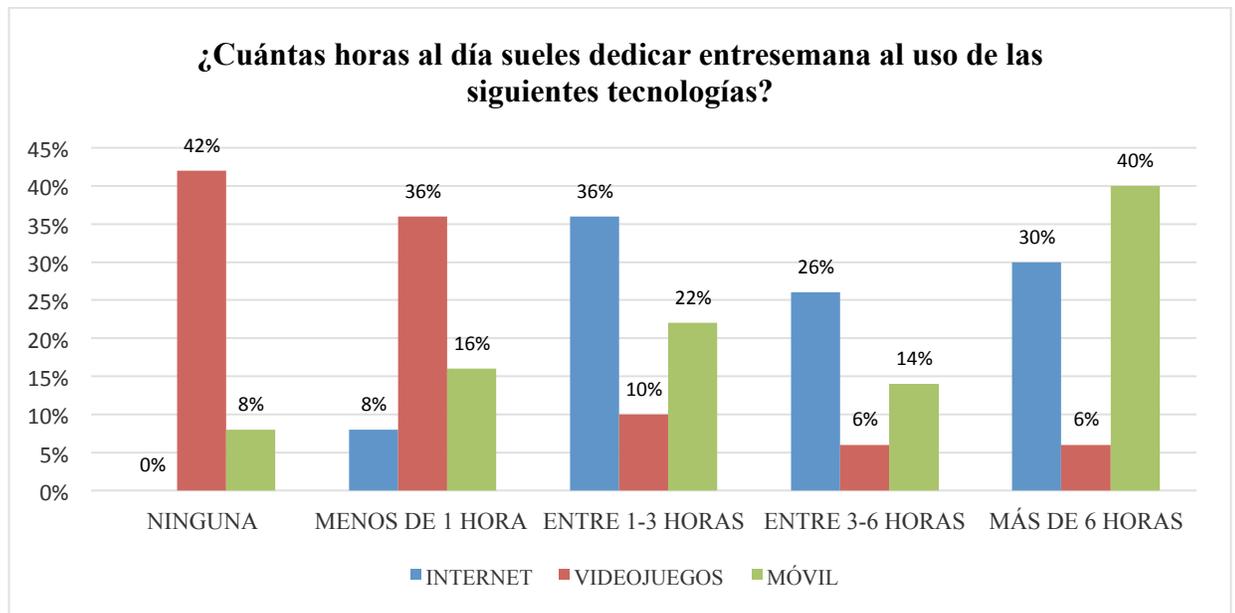
En relación al teléfono móvil, se puede observar en la gráfica 2 que 2% de los encuestados tiene nivel nulo en el uso del mismo y ninguno de ellos consideró tener nivel principiante; sin embargo el 44%, 22 encuestados, se agrupa en nivel experto. El 50% restante se ubica en niveles medio y avanzado respecto al uso de los aparatos telefónicos.

**Tabla 3**

**¿Cuántas horas al día sueles dedicar, entre semana, al uso de las siguientes tecnologías?**

Variables	INTERNET		VIDEOJUEGOS		MÓVIL	
	N	%	N	%	N	%
<b>NINGUNA</b>	0	0%	21	42%	4	8%
<b>MENOS DE 1 HORA</b>	4	8%	18	36%	8	16%
<b>ENTRE 1-3 HORAS</b>	18	36%	5	10%	11	22%
<b>ENTRE 3-6 HORAS</b>	13	26%	3	6%	7	14%
<b>MÁS DE 6 HORAS</b>	15	30%	3	6%	20	40%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 3**



En relación a las horas que los encuestados dedican al uso de Internet, la gráfica 3 evidencia que todos dedican al menos 1 hora diaria; el 36% (18 sujetos) dedican entre 1 y 3 horas cada día. Es importante mencionar que 15, de 50 sujetos, dedican más de 3 horas diarias al internet; además, el 92% de los sujetos encuestados utilizan el internet al menos una hora diaria.

Con respecto a uso diario de videojuegos, se hace notorio que la mayor parte de los sujetos, es decir un 42%, no utiliza tiempo durante la semana para ellos. Además, 18 de 50 jóvenes dedican menos de una hora al uso de videojuegos; solamente un 6% (3 encuestados) dedica entre 3 y 6, y otro 6% utilizan más de 6 horas para el uso de videojuegos.

En cuanto al teléfono móvil son únicamente cuatro personas las que no lo utilizan ninguna hora durante la semana. El 16% de los entrevistados dedica menos de 1 hora diaria mientras que el 22% utiliza entre 1 y 3 horas. Son 7 de 50 sujetos los que lo utilizan entre 3 y 6 horas entre semana y el 40% (20 encuestados) utiliza el teléfono móvil por más de 6 horas diarias.

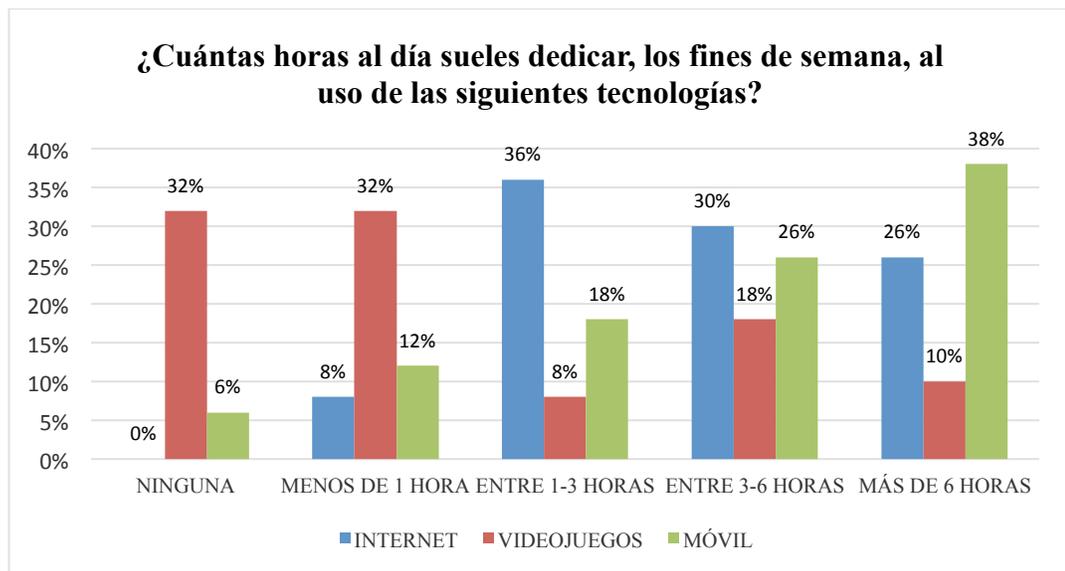
A manera de resumen, en la gráfica anterior, se evidencia la diferencia de tiempo que invierten los jóvenes en cada tecnología. Se hace notorio que el teléfono móvil es utilizado por más sujetos durante el tiempo más prolongado. A esto le sigue el uso diario de Internet y lo menos utilizado son los videojuegos.

**Tabla 4**

**¿Cuántas horas al día sueles dedicar, los fines de semana, al uso de las siguientes tecnologías?**

Variables	INTERNET		VIDEOJUEGOS		MÓVIL	
	N	%	N	%	N	%
<b>NINGUNA</b>	0	0%	16	32%	3	6%
<b>MENOS DE 1 HORA</b>	4	8%	16	32%	6	12%
<b>ENTRE 1-3 HORAS</b>	18	36%	4	8%	9	18%
<b>ENTRE 3-6 HORAS</b>	15	30%	9	18%	13	26%
<b>MÁS DE 6 HORAS</b>	13	26%	5	10%	19	38%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 4**



En la gráfica 4 Se puede observar la cantidad de horas que los sujeto dedican al uso de las tecnologías durante el fin de semana. Se hace evidente que todos los

encuestados dedican al menos una hora a Internet durante la semana; además, el 8% refiere dedicarle menos de una hora, mientras que el 36% indica dedicarles entre 1 y 3 horas. La opción entre 3 y 6 horas fue seleccionada por 15 sujetos (30%) y otras 13 personas (26%) le dedican más de 6 horas.

En cuanto al uso de videojuegos, la gráfica anterior se muestra que el 32% (16 sujetos) refieren no dedicarle ni una hora, mientras que otro 32% dedica menos de 1 hora al uso de esta tecnología. Los pocos sujetos que quedan, se reparten entre las opciones 1 a 3 horas que fue elegida por 4 personas; entre 3 y 6 horas, la cual fue seleccionada por 9 encuestados; y únicamente 5 sujetos (10%) refirió dedicar más de 6 horas al uso de videojuegos durante el fin de semana.

Por otro lado, el uso de teléfono móvil, como se aprecia en la gráfica 4, únicamente el 6% de los sujetos, 3 encuestados, indicaron no utilizarlo en el fin de semana. Otros 6 sujetos (12%) dedican menos de 1 hora. Sin embargo, la opción de utilizar la tecnología entre 3 y 6 horas fue marcada por el 26% de los encuestados y, la mayoría de los encuestados dedican más de 6 horas diarias (38%, 19 sujetos).

Es importante señalar que los resultados obtenidos tanto al uso de internet y de videojuegos durante la semana (Gráfica 4.5), en comparación con el uso de los mismos el fin de semana (gráfica 4.6), son muy similares. A diferencia del uso de la telefonía móvil en donde el 64% de los encuestados utilizan sus teléfonos al menos 3 horas diarias (de ese porcentaje, 19 sujetos lo utilizan, como mínimo, 6 horas diarias)

**Tabla 5**

**¿Cuántas veces has usado Internet para las siguientes actividades en el último año?**

	a. Utilizar redes sociales, mensajería instantánea, chats o foros (Twitter, Facebook, Messenger, Skype, etc.)	b. Utilizar el correo electrónico	c. Descargar programas, películas, vídeos, música, juegos, cómics	d. Utilizarlo para trabajos escolares	e. Búsqueda de información sobre aficiones y cosas que te interesan (música, cine, prensa, sexo, deporte, salud,...)	f. Jugar online a través de Internet
<b>Media</b>	5.48	3.96	3.82	4.90	3.86	2.53
<b>Mediana</b>	6	4	4	5	4	2
<b>Moda</b>	6	5	4	5	4	1
<b>Desviación estándar</b>	0.95	1.44	1.13	0.96	1.26	1.60
<b>Mínimo</b>	1	1	1	2	1	1
<b>Máximo</b>	6	6	6	6	6	6
<b>Número de sujetos</b>	50	50	49	49	50	49

La tabla 5 evidencia que la mayoría de los sujetos utiliza Internet todos los días para redes sociales, mensajería, chats o foros y, se hace evidente también que todos han utilizado internet al menos una vez al mes para trabajos escolares ya que ninguno de los encuestados seleccionó la opción “nunca” haber utilizado internet a la semana. Cabe resaltar que según la evaluación el fin con el que los sujetos

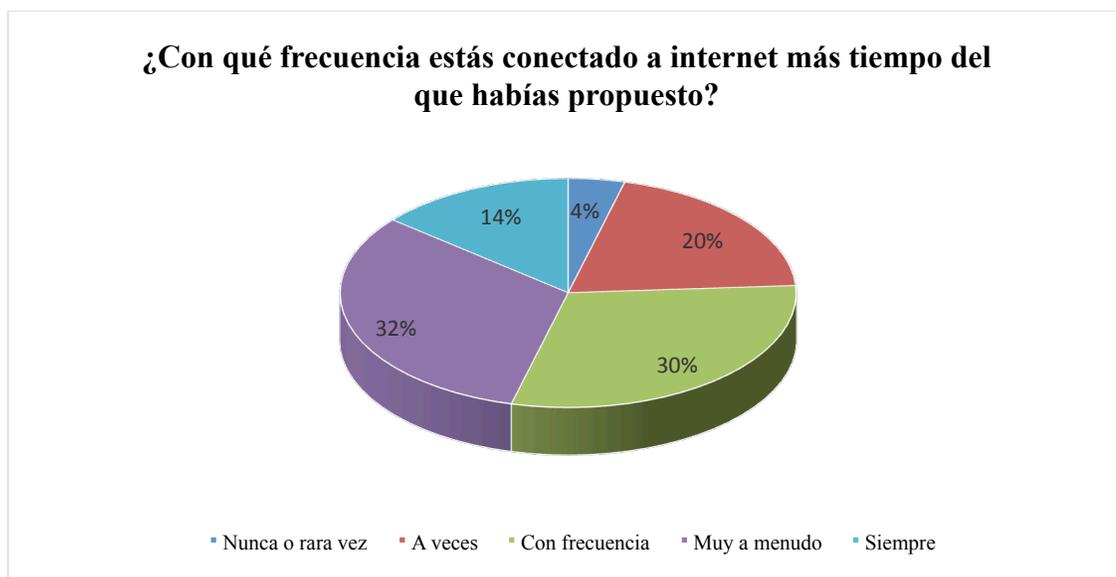
utilizan Internet con menor frecuencia es jugar online, ya que mientras la moda de las demás preguntas no baja de 4, en esta ocasión desciende a 1, lo cual indica que la mayoría no lo hizo ni una vez durante el año.

**Tabla 6**

**¿Con qué frecuencia estás conectado a Internet más tiempo del que habías propuesto?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	2	4%
A veces	10	20%
Con frecuencia	15	30%
Muy a menudo	16	32%
Siempre	7	14%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 5**



La gráfica 5 revela las respuestas de los sujetos a la frecuencia con la que están conectados a internet más tiempo del que se proponen. “Nunca o rara vez”, fue elegida únicamente por 2 sujetos (4%). Otras 10 personas eligieron “A veces” y un 30% (15 sujetos) refiere que le sucede “Con frecuencia”. La opción más elegida fue “Muy a menudo” con un 32% y, por último, solamente el 14% eligieron la opción “Siempre”.

**Tabla 7**

**¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	9	18%
A veces	20	40%
Con frecuencia	14	28%
Muy a menudo	6	12%
Siempre	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 6**



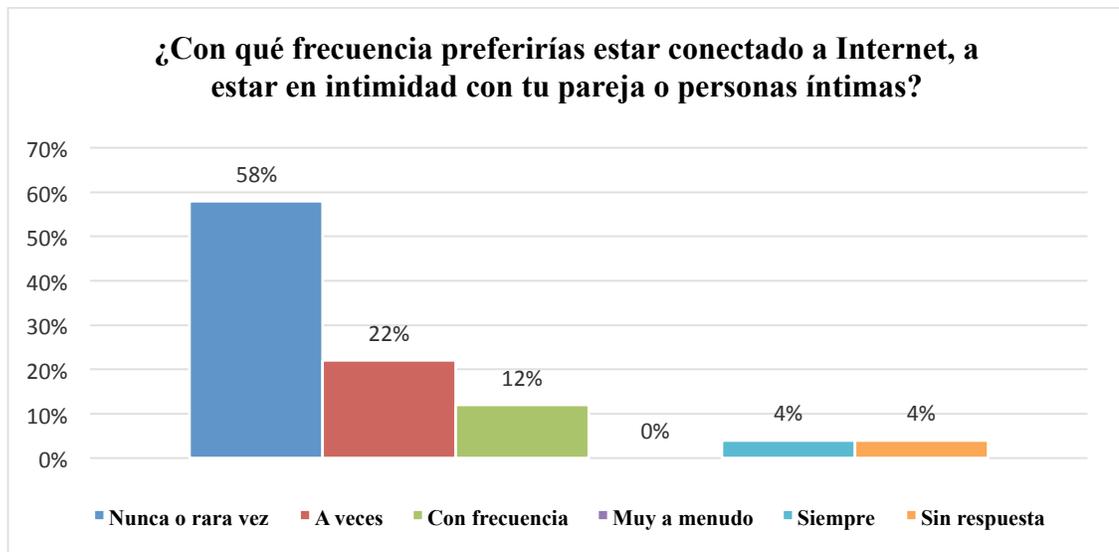
En la gráfica 6, se observa que el 18% de los encuestados “nunca o rara vez” abandona las cosas que tiene que hacer en casa para pasar más tiempo conectado. De 50 personas 20 refirieron hacerlo “A veces” y el 14% (28 sujetos) lo o hacen “Con frecuencia”. En esas dos opciones se concentra la mayoría de respuestas. El 12% refiere hacerlo “muy a menudo” y únicamente 1 sujeto lo hacen “Siempre”.

**Tabla 8**

**¿Con qué frecuencia preferirías estar conectado a Internet, a estar en intimidad con tu pareja o personas íntimas?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	29	58%
A veces	11	22%
Con frecuencia	6	12%
Muy a menudo	0	0%
Siempre	2	4%
Sin respuesta	2	4%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 7**



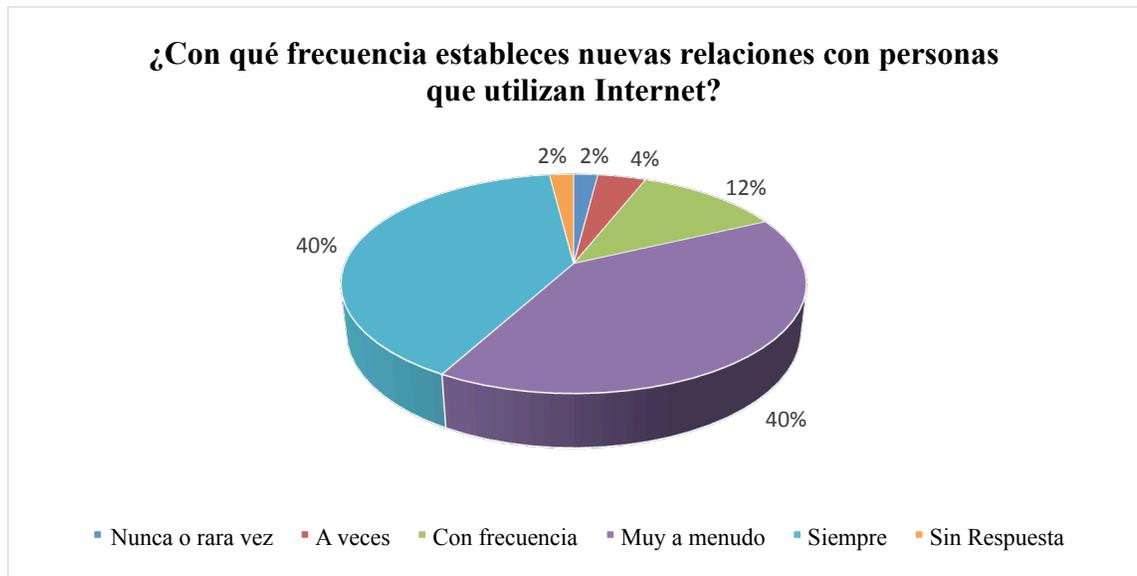
La gráfica 7 demuestra que el 58% de los encuestados “nunca o rara vez” priorizan estar conectados a internet, en lugar de compartir con otras personas. La opción “A veces” fue elegida por 11 sujetos; mientras que solamente el 12% de ellos (6 encuestados) refiere que le sucede “Con frecuencia”. Únicamente al 4% le sucede “Siempre”. En la presente pregunta, una persona no respondió al cuestionamiento.

**Tabla 9**

**¿Con qué frecuencia estableces nuevas relaciones con personas que utilizan Internet?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	1	2%
A veces	2	4%
Con frecuencia	6	12%
Muy a menudo	20	40%
Siempre	20	40%
Sin respuesta	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 8**



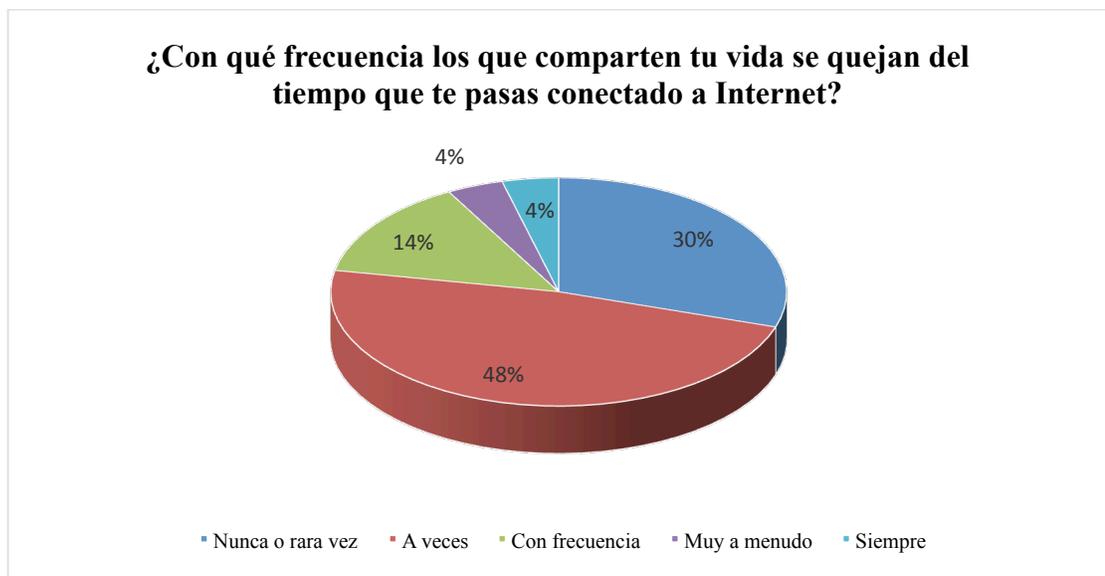
En la gráfica 8 se puede apreciar que solamente 3 sujetos eligieron la opción “nunca o rara vez” o “a veces”; mientras que un 12% refiere que “Con frecuencia” establece nuevas relaciones con personas que utilizan internet. La opción “Muy a menudo” y “Siempre”, fueron las opciones predominantes, elegidas por el 40% cada una. En esta ocasión, 1 sujeto no respondió a la pregunta.

**Tabla 10**

**¿Con qué frecuencia los que comparten tu vida, se quejan del tiempo que te pasas conectado a Internet?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	15	30%
A veces	24	48%
Con frecuencia	7	14%
Muy a menudo	2	4%
Siempre	2	4%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 9**



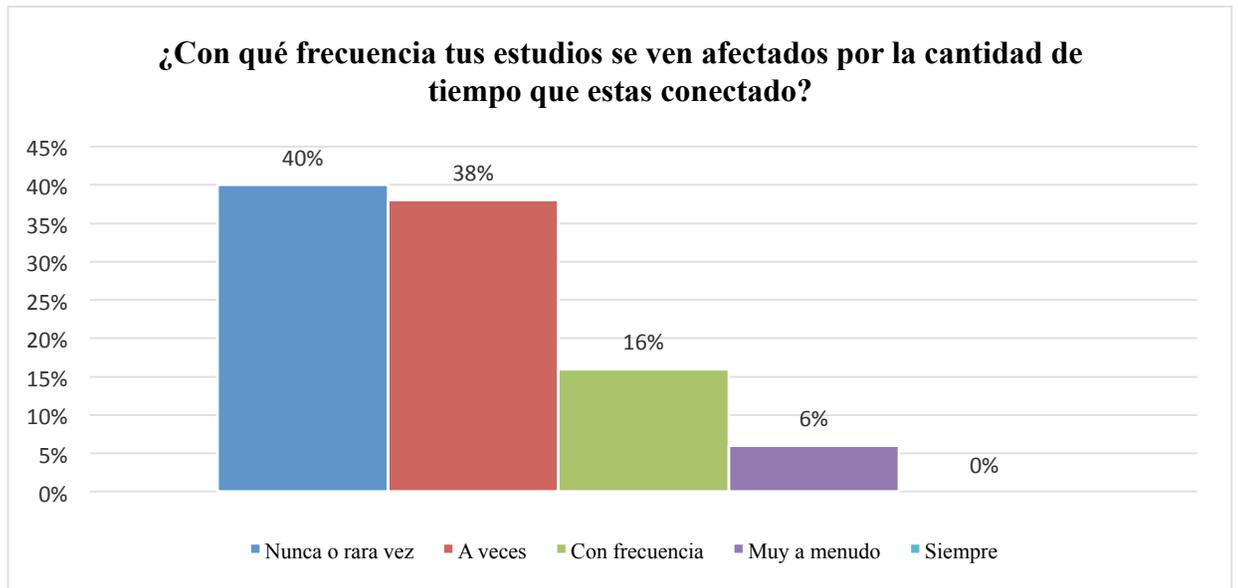
La gráfica 9 refleja que el 30% de los participantes refiere “Nunca o rara vez” recibir quejas del tiempo que pasa conectado de parte de las personas que comparten su vida. La mayoría se ubicó en la respuesta “A veces”, la cual fue elegida por el 48% (24 sujetos). La siguiente opción que indicaba que les sucede “Con frecuencia” fue elegida por el 14% y las dos restantes, “Muy a menudo” y “Siempre” fueron elegidas únicamente por el 4% en cada una.

**Tabla 11**

**¿Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estás conectado?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	20	40%
A veces	19	38%
Con frecuencia	8	16%
Muy a menudo	3	6%
Siempre	0	0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 10**



La gráfica 10 evidencia que los estudios del 40% de los sujetos, “Nunca o rara vez” se ven afectados por la cantidad de tiempo que pasan conectados; Otros 19 sujetos de 50 (38%) refieren que sucede “A veces”. Sin embargo, solamente 8 sujetos (16%) eligieron la opción “Con frecuencia”. Únicamente el 6% de ellos refiere que le sucede “Muy a menudo” y ninguno de los sujetos refiere que le suceda “Siempre”.

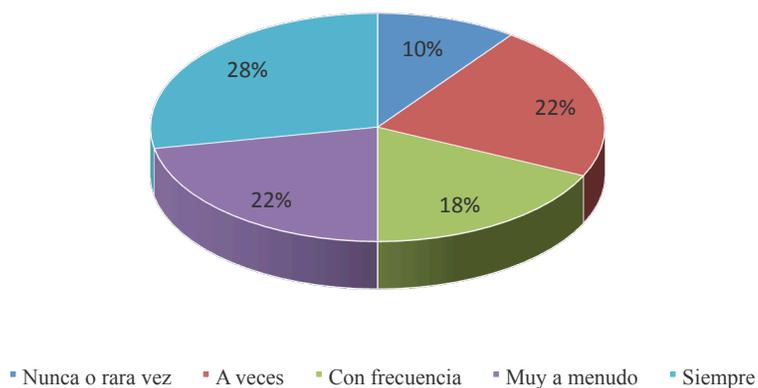
**Tabla 12**

**¿Con qué frecuencia compruebas tu e-mail o entras a Facebook, Twitter, etc. antes de hacer cosas que tienes que hacer?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	5	10%
A veces	11	22%
Con frecuencia	9	18%
Muy a menudo	11	22%
Siempre	14	28%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 11**

**¿Con qué frecuencia compruebas tu e-mail o entras a Facebook, Twitter, etc. antes de hacer otras cosas que tienes que hacer?**



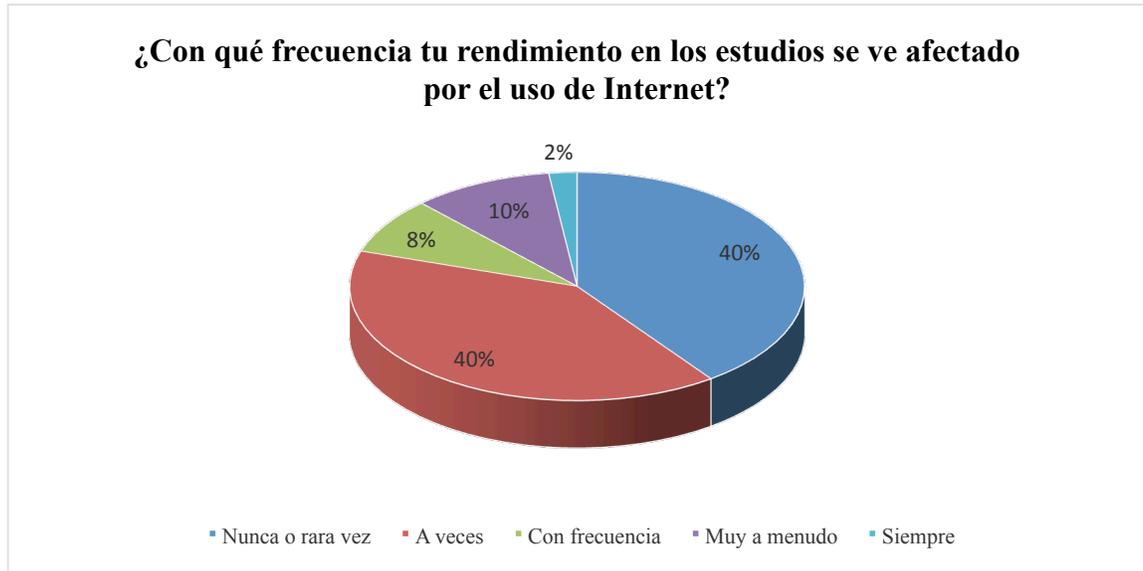
En la gráfica 11 se puede apreciar la frecuencia con la que los sujetos ingresan a sus cuentas en Internet. En general, los resultados obtenidos evidencian similitudes en cuanto a la distribución de alternativas. La respuesta menos elegida fue la de “nunca o rara vez”; sin embargo, las opciones de “a veces, con frecuencia y muy a menudo” presentan resultados similares que representan entre 9 y 11 sujetos por alternativa. Por último, la opción más elegida está representada por el 28% de los encuestados ya que éstos indicaron que lo hacen “Siempre”.

**Tabla 13**

**¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de Internet?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	20	40%
A veces	20	40%
Con frecuencia	4	8%
Muy a menudo	5	10%
Siempre	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 12**



La tabla 13 y la gráfica 12 revelan las respuestas de los sujetos sobre si el uso de internet afecta su rendimiento escolar. Los resultados obtenidos evidencian que 40% refirió que “Nunca o rara vez” les afecta, mientras que otro 40% indicó que esto sucede “A veces”. Sin embargo, 9 sujetos de 50, señalaron que el uso del internet les afecta “Con frecuencia” o “Muy a menudo”. Es importante señalar que solamente el 2% (1 sujeto) refiere que le pasa “Siempre”.

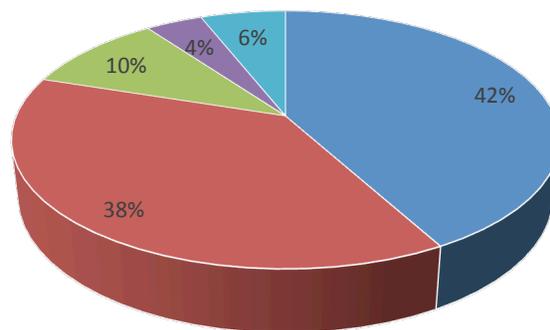
**Tabla 14**

**¿Con qué frecuencia contestas de forma defensiva o mantienes en secreto las actividades que realizas en Internet?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	21	42%
A veces	19	38%
Con frecuencia	5	10%
Muy a menudo	2	4%
Siempre	3	6%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 13**

**¿Con qué frecuencia contestas de forma defensiva o mantienes en secreto las actividades que realizas en Internet?**



■ Nunca o rara vez ■ A veces ■ Con frecuencia ■ Muy a menudo ■ Siempre

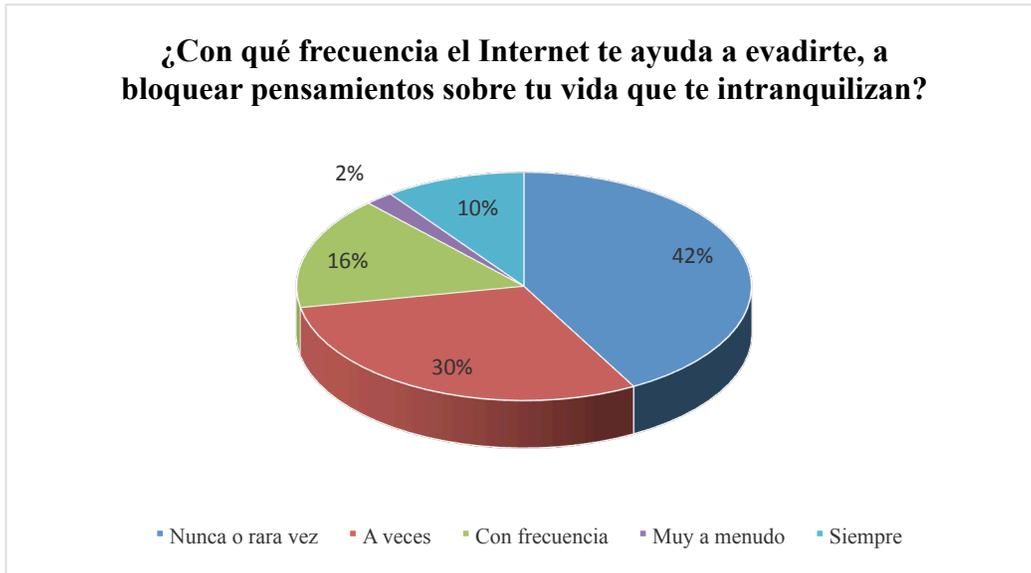
La frecuencia con la que los sujetos contestan de forma defensiva o mantienen el secreto las actividades que realizan se proyecta en la gráfica 13. En ella, se observa que al 42% le ocurre “Nunca o rara vez”, mientras que al 38” lo hace “A veces”. La opción “Con frecuencia” se evidencia por el 10% y únicamente 2 sujetos refieren hacerlo “Muy a menudo”. Sin embargo, la opción “Siempre” representa al 6% de los encuestados (3 sujetos).

**Tabla 15**

**¿Con qué frecuencia Internet te ayuda a evadirte, a bloquear pensamientos sobre tu vida que te intranquilizan?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	21	42%
A veces	15	30%
Con frecuencia	8	16%
Muy a menudo	1	2%
Siempre	5	10%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 14**



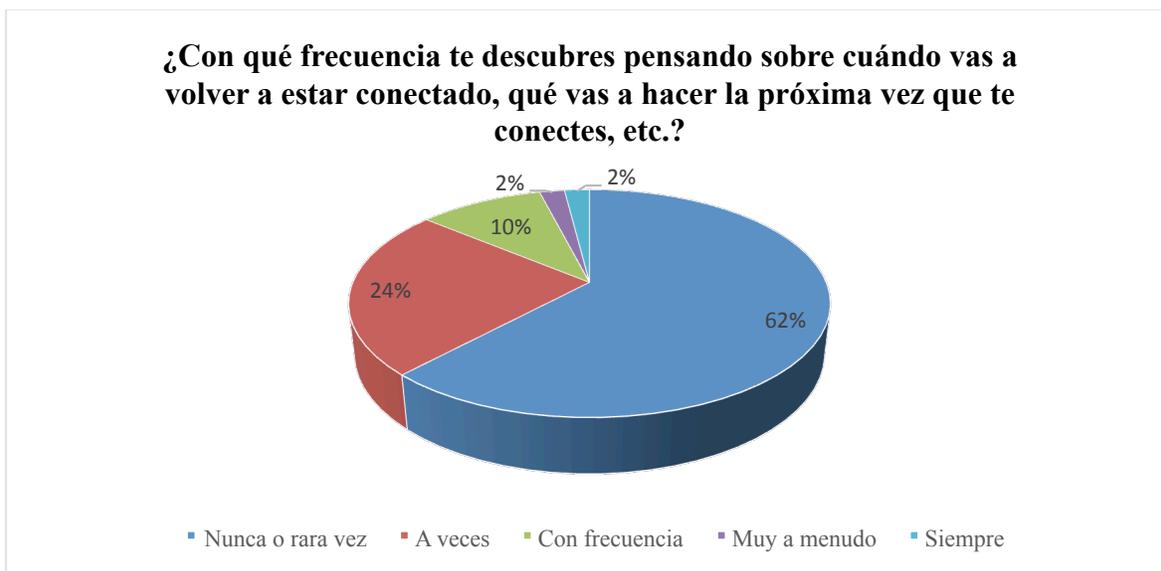
En la tabla 15 y gráfica 14 se puede observar que el 42% de los encuestados “Nunca o rara vez” utiliza el Internet para evadir o bloquear pensamientos que le intranquilizan; la opción “A veces” fue elegida por 30% (15 sujetos). Sin embargo, aunque en una escala mayor, a 8 y 5 sujetos (16% y 10%) les ocurre “Con frecuencia” y “Siempre” respectivamente.

**Tabla 16**

**¿Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuándo vas a volver a estar conectado, qué vas a hacer la próxima vez que te conectes, etc.?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	31	62%
A veces	12	24%
Con frecuencia	5	10%
Muy a menudo	1	2%
Siempre	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 15**



La gráfica 15 muestra la predominancia de la opción “Nunca o rara vez” respuesta a la frecuencia con la que los sujetos piensan en la próxima vez que estén

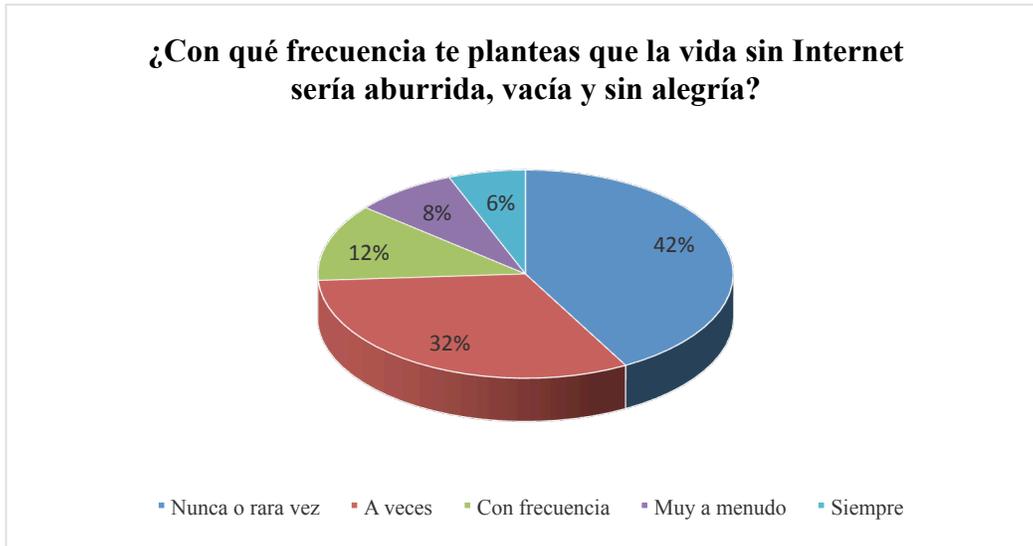
conectados. 12 Sujetos (24%) refieren pensarlo “A veces” y únicamente 5 de 50 eligieron la opción “Con Frecuencia”. Las últimas dos opciones, “Muy a menudo” y “Siempre”, fueron elegidas por un 2% cada una.

**Tabla 17**

**¿Con qué frecuencia te planteas que la vida sin Internet sería aburrida, vacía y sin alegría?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	21	42%
A veces	16	32%
Con frecuencia	6	12%
Muy a menudo	4	8%
Siempre	3	6%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 16**



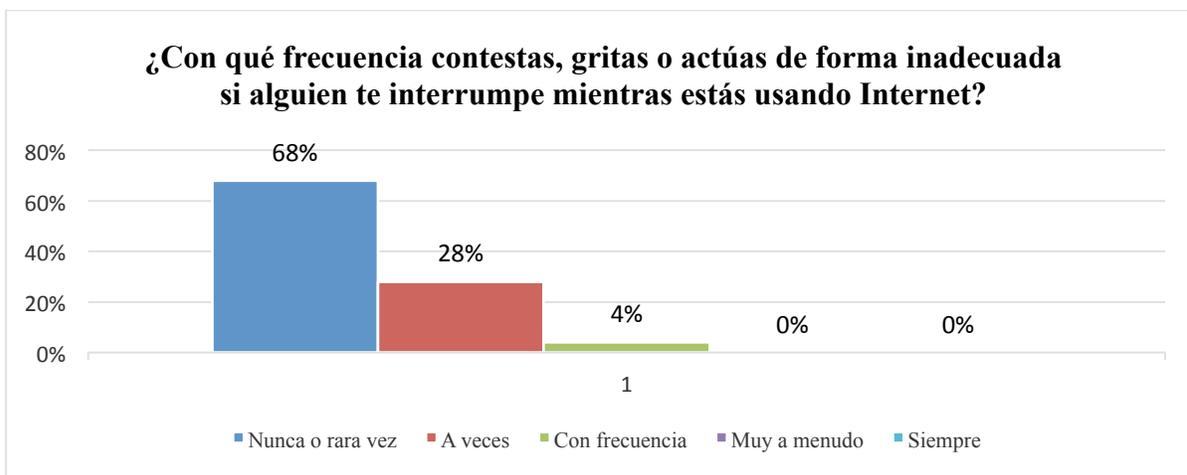
En la gráfica 16 se puede apreciar que el 42% de los sujetos (21 encuestados) “Nunca o rara vez” se ha planteado que la vida sin Internet sería aburrida. 16 sujetos (32%) refieren planteárselo “A veces”, mientras que sólo 6 encuestados lo piensan “Con frecuencia”. La opción “Muy a menudo” fue elegida solamente por 4 sujetos, y únicamente 3 refieren planteárselo “Siempre”.

**Tabla 18**

**¿Con qué frecuencia contestas, gritas o actúas de forma inadecuada si alguien te interrumpe mientras estás usando Internet?**

Variable	N	%
Nunca o rara vez	34	68%
A veces	14	28%
Con frecuencia	2	4%
Muy a menudo	0	0%
Siempre	0	0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 17**



La gráfica anterior pone en evidencia que la mayoría de los sujetos (el 68%) “Nunca o rara vez” grita o contesta de forma inadecuada cuando lo interrumpen mientras está conectado. La siguiente opción, con 28% fue “A veces” y únicamente 4%

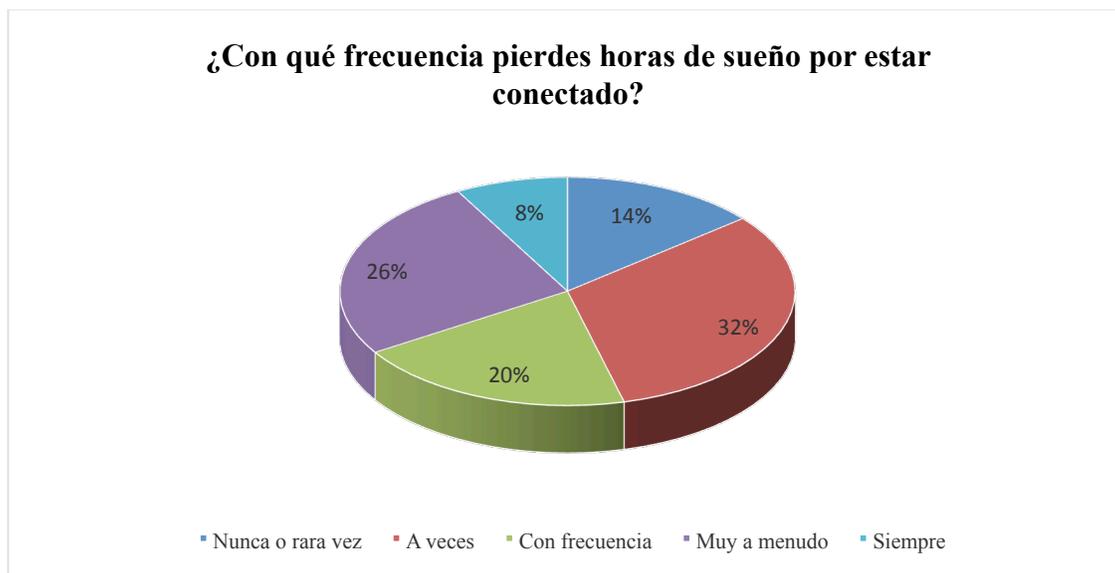
4% refiere que le sucede “Con frecuencia”. Ninguno de los encuestados eligió la opción de “Muy a menudo” o “Siempre”.

**Tabla 19**

**¿Con qué frecuencia pierdes horas de sueño por estar conectado?**

Variable	N	%
Nunca o rara vez	7	14%
A veces	16	32%
Con frecuencia	10	20%
Muy a menudo	13	26%
Siempre	4	8%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 18**



Como se puede observar en la gráfica 18, el porcentaje mayor de sujetos se en la alternativa “A veces”, en un 32%; seguida, fue elegida la opción “Muy a

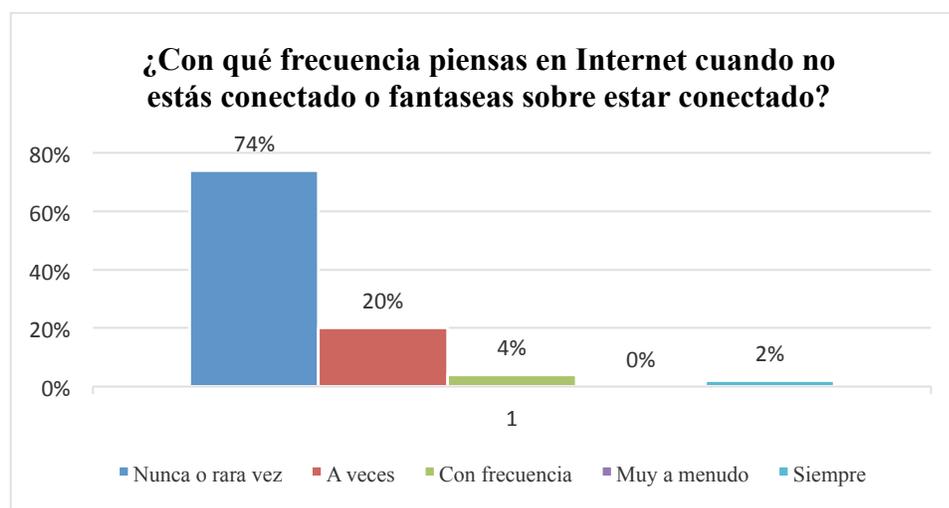
13 sujetos, mientras que 10 sujetos eligieron “Con frecuencia”. Las opciones ligeramente más bajas fueron las referentes a “Nunca o rara vez” con un 14%, y “Siempre” únicamente fue señalado por 4 sujetos.

**Tabla 20**

**¿Con qué frecuencia piensas en Internet cuando no estás conectado o fantaseas sobre estar conectado?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	37	74%
A veces	10	20%
Con frecuencia	2	4%
Muy a menudo	0	0%
Siempre	1	2%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 19**



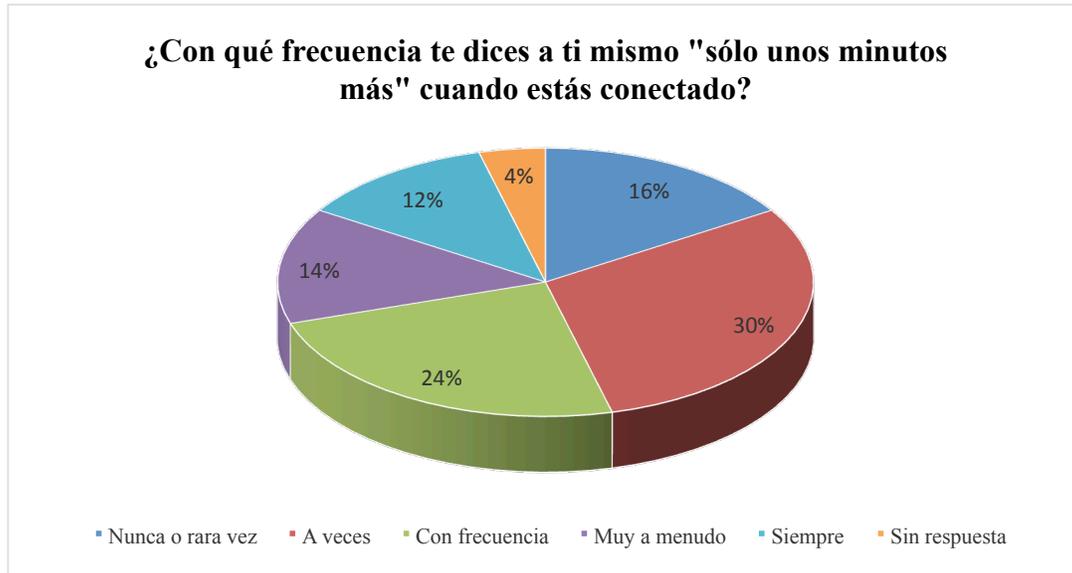
En la gráfica 19 se puede observar la significativa diferencia de respuestas y la predominancia de los que “Nunca o rara vez” piensan en Internet cuando no están conectados (37 sujetos). La siguiente opción más elegida fue la de “A veces” con 10 sujetos, y únicamente dos personas refieren que les sucede “Con frecuencia”.

**Tabla 21**

**¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “sólo unos minutos más” cuando estás conectado?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	8	16%
A veces	15	30%
Con frecuencia	12	24%
Muy a menudo	7	14%
Siempre	6	12%
Sin respuesta	2	4%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 20**



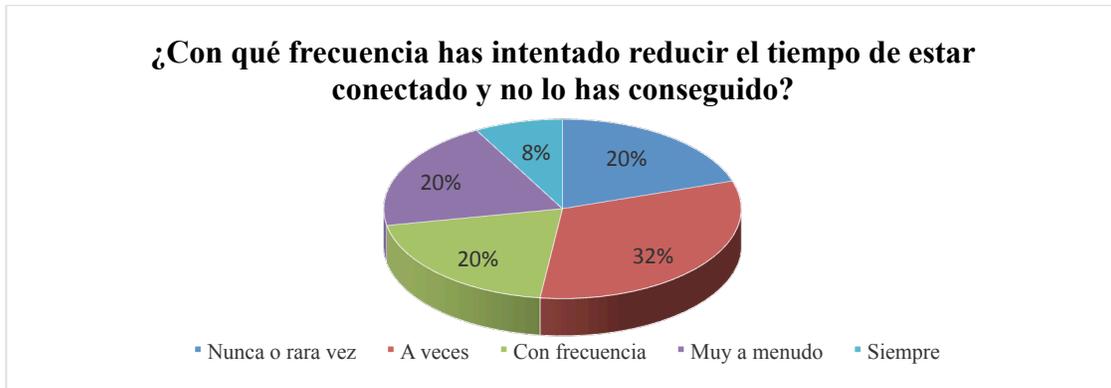
A pesar de que los sujetos encuestados no piensan en el internet cuando no se está conectado, tal como se evidenció en la gráfica 20, en la gráfica 21 se muestran resultados dispersos respecto a la frecuencia con la que los sujetos se dicen a sí mismos “sólo unos minutos más” cuando están conectados. “A veces” fue elegido por 15 sujetos (30%), seguido por la opción “Con frecuencia” por el 24%. En rangos menores, pero con puntuaciones similares, “Nunca o rara vez”, “Muy a menudo” y “Siempre” fueron elegidas en un 16, 14 y 12 %, respectivamente. Únicamente, el 4% no contestó a la pregunta.

**Tabla 22**

**¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has logrado?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	10	20%
A veces	16	32%
Con frecuencia	10	20%
Muy a menudo	10	20%
Siempre	4	8%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 21**



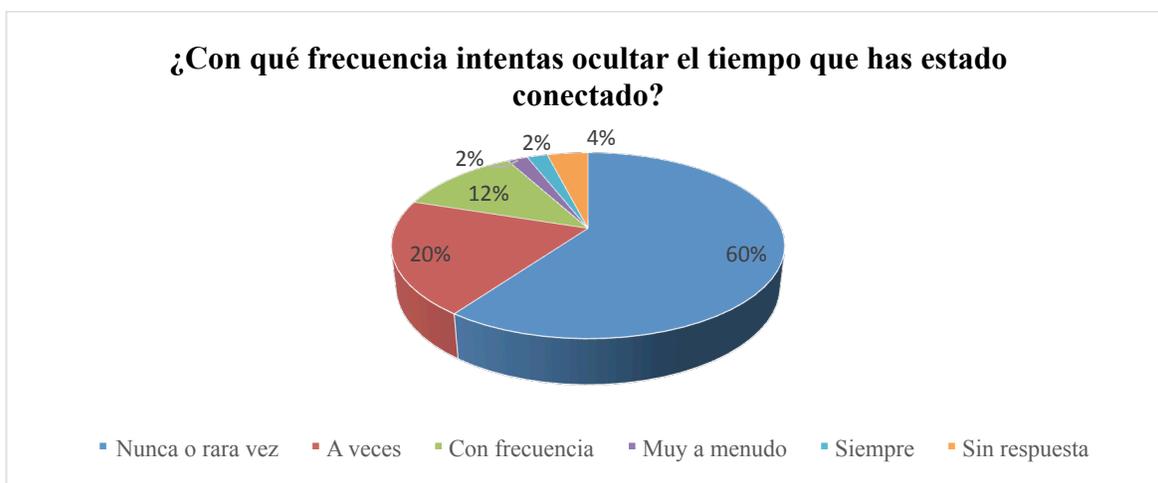
La gráfica 21 muestra la frecuencia con la que los sujetos han intentado reducir el tiempo que están conectados sin conseguirlo; el mayor porcentaje seleccionado radica en la opción “A veces” con un 32%; sin embargo, el resto de alternativas fueron seleccionadas por un mismo número de porcentajes para cada uno (20%) seleccionó. En esta interrogante, 4 sujetos no contestaron a dicha pregunta.

**Tabla 23**

**¿Con qué frecuencia intentas ocultar el tiempo que has estado conectado?**

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Nunca o rara vez	30	60%
A veces	10	20%
Con frecuencia	6	12%
Muy a menudo	1	2%
Siempre	1	2%
Sin respuesta	2	4%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 22**



Como se muestra en la gráfica 22, el 60% (30 sujetos) refieren que “Nunca o rara vez” intenta ocultar el tiempo que ha estado conectado. Seguido, se ubican a 10 sujetos (20%) quienes lo intenta “A veces”, y 6 sujetos (12%) lo intentan “Con

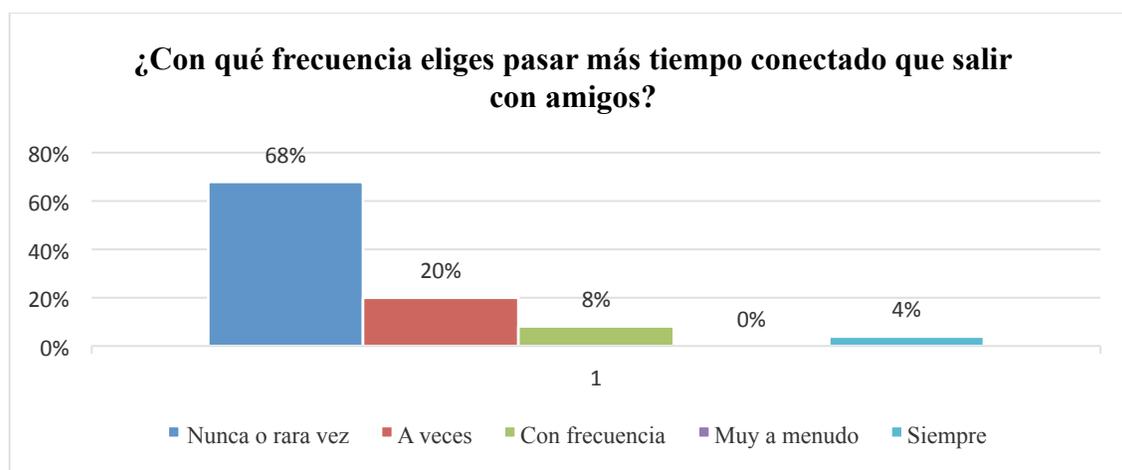
frecuencia”. El 4% de los encuestados eligió no responder a la pregunta mientras que la opción “Muy a menudo” y “Siempre” fueron elegidas únicamente por el 2% cada una.

**Tabla 24**

**¿Con qué frecuencia eliges pasar tiempo conectado que salir con amigos?**

Variable	N	%
Nunca o rara vez	34	68%
A veces	10	20%
Con frecuencia	4	8%
Muy a menudo	0	0%
Siempre	2	4%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 23**



En la gráfica 23 se puede observar que únicamente dos sujetos “Siempre” eligen pasar tiempo conectado antes que salir con sus amigos. El 8% lo hace con

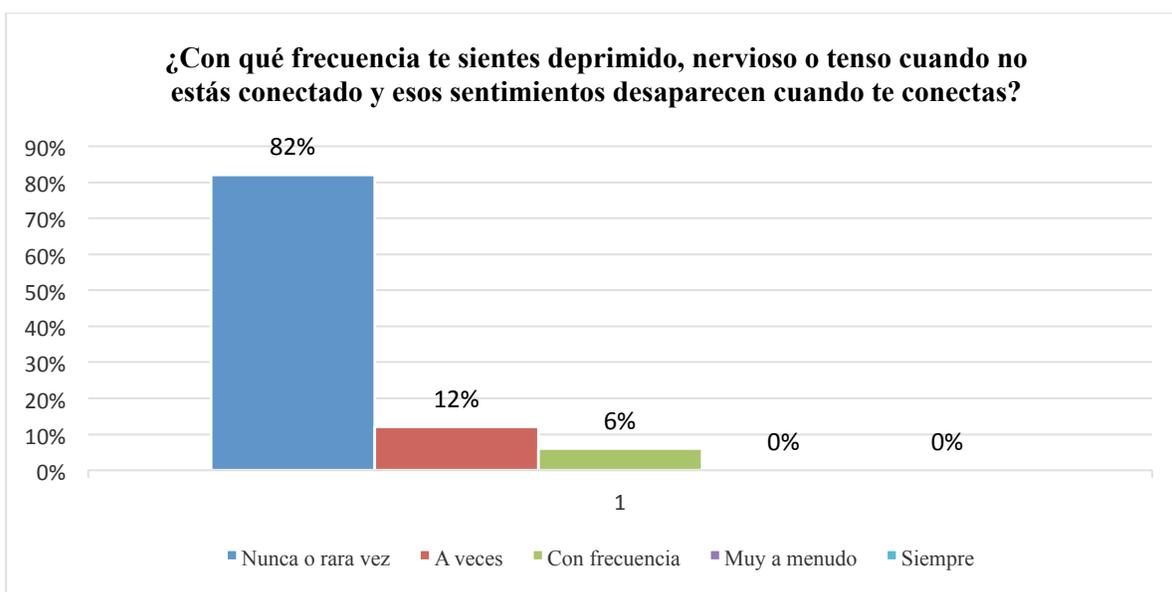
frecuencia (4 sujetos); sin embargo, el 20% lo hace “A veces” y, el mayor porcentaje fue seleccionado por el 68% al elegir la opción “Nunca o rara vez”.

**Tabla 25**

**¿Con qué frecuencia te sientes deprimido, nervioso o tenso cuando no estás conectado y esos sentimientos desaparecen cuando te conectas?**

Variable	N	%
Nunca o rara vez	41	82%
A veces	6	12%
Con frecuencia	3	6%
Muy a menudo	0	0%
Siempre	0	0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**Gráfica 24**



A través de la gráfica 24 se determina que el 82% (41 sujetos) “Nunca o rara vez” se siente deprimido, nervioso o tenso al no estar conectado. La siguiente opción más seleccionada por los encuestados fue “A veces” con un 12%, y únicamente 3 sujetos indicaron que estos sentimientos los experimentan “Con frecuencia”. Los datos anteriores coinciden con las tabla 4.31, 4.32 y con la gráfica 4.28 en donde los niveles de ansiedad de los sujetos se perfilan mínimos a pesar de que refieren estar conectados con frecuencia.

**Tabla 26**

**Relaciones sociales**

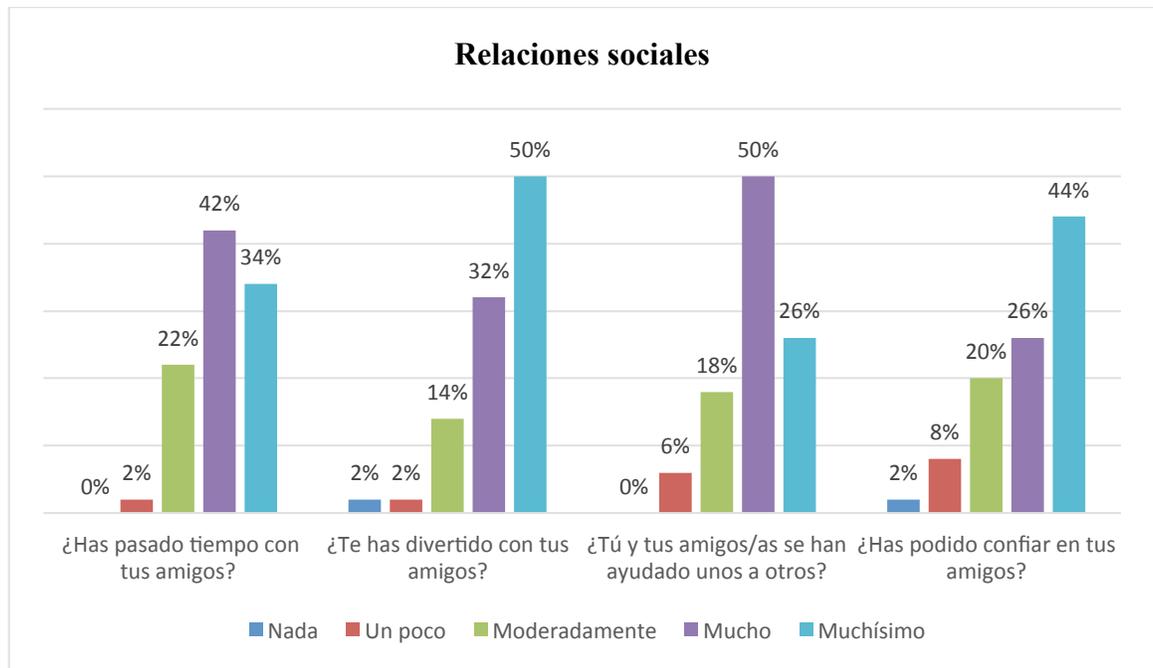
	1. ¿Has pasado tiempo con tus amigos?	2. ¿Te has divertido con tus amigos?	3. ¿Tu y tus amigos/as se han ayudado unos a otros?	4. ¿Has podido confiar en tus amigos?
<b>Media</b>	4.08	4.26	3.96	4.02
<b>Mediana</b>	4	4.5	4	4
<b>Moda</b>	4	5	4	5
<b>Desviación estándar</b>	0.80	0.92	0.83	1.08
<b>Mínimo</b>	2	1	2	1
<b>Máximo</b>	5	5	5	5
<b>Número de sujetos</b>	50	50	50	50

**Tabla 27**

**Relaciones sociales**

Afirmaciones de las serie IV de la encuesta	Nada		Un poco		Modera-damente		Mucho		Muchí-simo	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
¿Has pasado tiempo con tus amigos?	0	0%	1	2%	11	22%	21	42%	17	34%
¿Te has divertido con tus amigos?	1	2%	1	2%	7	14%	16	32%	25	50%
¿Tú y tus amigos/as se han ayudado unos a otros?	0	0%	3	6%	9	18%	25	50%	13	26%
¿Has podido confiar en tus amigos?	1	2%	4	8%	10	20%	13	26%	22	44%

**Gráfica 25**



Tomando en cuenta los datos obtenidos en las tablas 26, 27 y gráfica 25, se puede observar que el 50% de los encuestados refieren haberse divertido “muchísimo” con sus amigos, mientras que únicamente 1 persona indica haberse divertido “nada” durante el último año. La media de respuesta a esta pregunta fue la más elevada de la serie con 4.5.

En cuanto a la ayuda que los sujetos y sus amigos brindan unos a otros, es valioso mencionar que la moda es “mucho” y ninguno eligió la opción “nada”; a pesar de ello, únicamente el 26% de ellos indica hacerlo “muchísimo”.

Con relación a la tercera pregunta, ninguno de los sujetos refiere haber pasado “nada” de tiempo con sus amigos, mientras que la media es de 4.08, lo que indica que 42% de ellos han pasado “mucho” tiempo con sus pares.

Con respecto a la confianza que cada sujeto puede depositar en sus amigos, la moda es la respuesta “muchísimo”, la cual fue elegida por 22 sujetos, mientras que únicamente un 2% indicó “nada”.

**Tabla 28**

**¿Cuántas veces realizas en familia alguna de las siguientes actividades?**

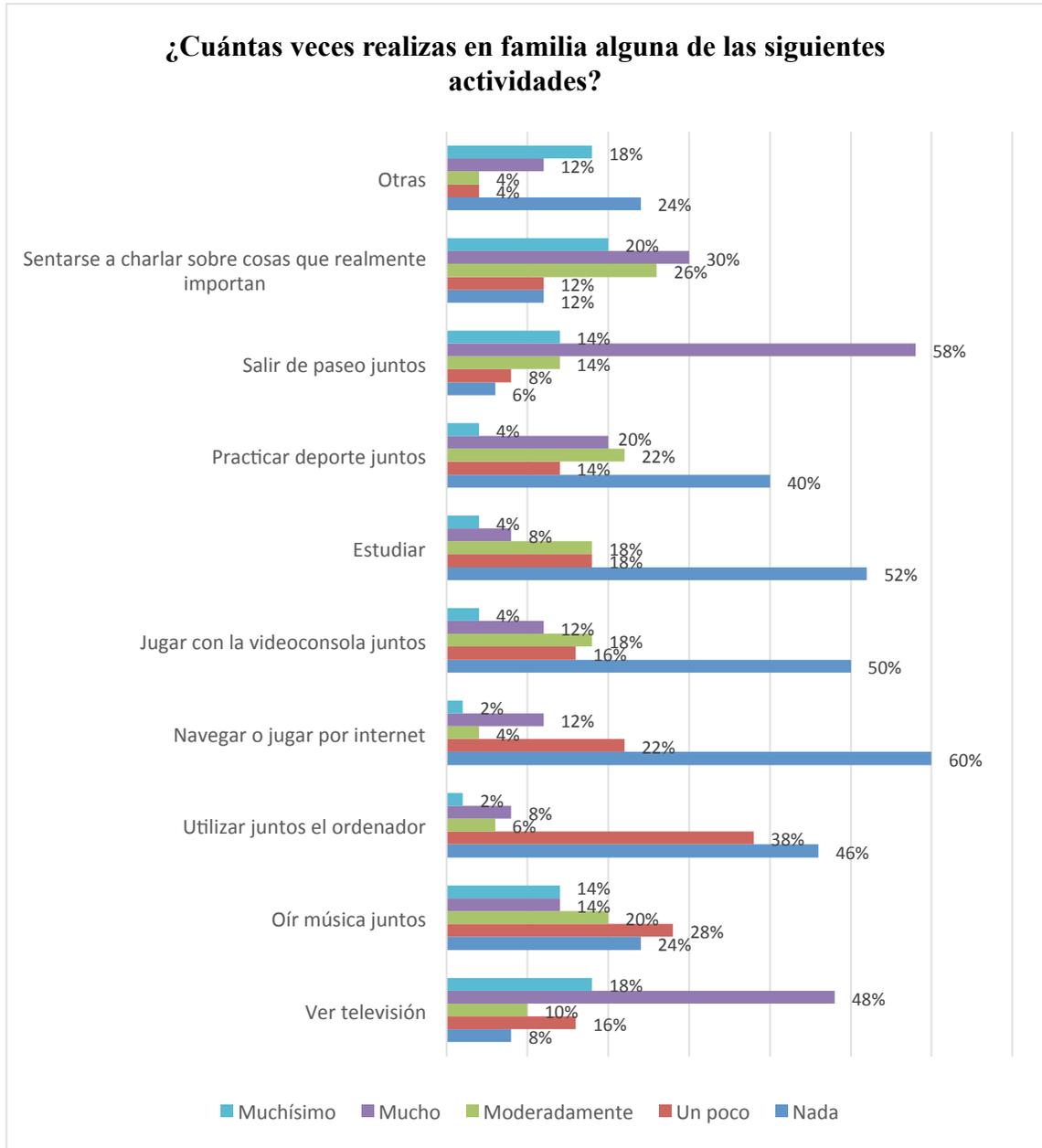
	1. Ver televisión	2. Oír música juntos	3. Utilizar juntos el ordenador	4. Navegar o jugar por internet	5. Jugar con la videoconsola juntos	6- Estudiar	7. Practicar deporte juntos	8. Salir de paseo juntos	9. Sentarse a charlar sobre cosas que realmente importan	10. Otras
<b>Media</b>	3.52	2.66	1.82	1.74	2.04	1.94	2.34	3.66	3.34	3
<b>Mediana</b>	4	2	2	1	1.5	1	2	4	3.5	3.5
<b>Moda</b>	4	2	1	1	1	1	1	4	4	1
<b>Desviación estándar</b>	1.20	1.36	1.00	1.12	1.24	1.19	1.30	1.02	1.27	1.76
<b>Mínimo</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Máximo</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
<b>Número de sujetos</b>	50	50	50	50	50	50	50	50	50	32

**Tabla 29**

**¿Cuántas veces realizas en familia alguna de las siguientes actividades?**

Afirmaciones de la serie IV de la encuesta	Nada		Un poco		Modera- damente		Mucho		Muchísimo	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Ver televisión</b>	4	8%	8	16%	5	10%	24	48%	9	18%
<b>Oír música juntos</b>	12	24%	14	28%	10	20%	7	14%	7	14%
<b>Utilizar juntos el ordenador</b>	23	46%	19	38%	3	6%	4	8%	1	2%
<b>Navegar o jugar por internet</b>	30	60%	11	22%	2	4%	6	12%	1	2%
<b>Jugar con la videoconsola juntos</b>	25	50%	8	16%	9	18%	6	12%	2	4%
<b>Estudiar</b>	26	52%	9	18%	9	18%	4	8%	2	4%
<b>Practicar deporte juntos</b>	20	40%	7	14%	11	22%	10	20%	2	4%
<b>Salir de paseo juntos</b>	3	6%	4	8%	7	14%	29	58%	7	14%
<b>Sentarse a charlar sobre cosas que realmente importan</b>	6	12%	6	12%	13	26%	15	30%	10	20%
<b>Otras (indicar)</b>	12	24%	2	4%	2	4%	6	12%	9	18%

**Gráfica 26**



La gráfica 26 y las tablas 28 y 29, presentan la frecuencia con la que los encuestados realizan ciertas actividades en familia. Se hace evidente en 6 de 10 incisos obtuvieron como respuesta más frecuente la afirmación “nada” con relación al as actividades que se realizan con la familia. Actividades como “utilizar el ordenador juntos”, “navegar o jugar por internet”, “jugar con la videoconsola juntos”, “estudiar o practicar deporte juntos”, suelen ser actividades que no comparten con su núcleo familiar.

Por otra parte, más del 45% de los sujetos elige “mucho” para señalar actividades como ver televisión y salir de paseo juntos. Estas dos y la afirmación “sentarse a charlar sobre cosas que realmente importan”, obtuvieron la moda más elevada que es de 4.

Oír música juntos es la actividad con respuestas distribuidas de manera más equitativa, pues un 24% refiere no hacerlo, 28% hacerlo “un poco” y 20% refiere hacerlo “moderadamente”, mientras que las opciones “mucho” y “muchísimo” fueron elegidas por el 14%.