

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"EXPLORACIÓN DE LOS NIVELES DE ADICCIÓN AL INTERNET ENTRE ESTUDIANTES DE
TRES CARRERAS DE LICENCIATURA EN INGENIERÍA, EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA
UBICADA EN LA CIUDAD DE GUATEMALA".**

TESIS DE GRADO

EMILIO ANTONIO POITEVIN ARCE
CARNET 22675-06

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, DICIEMBRE DE 2015
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"EXPLORACIÓN DE LOS NIVELES DE ADICCIÓN AL INTERNET ENTRE ESTUDIANTES DE
TRES CARRERAS DE LICENCIATURA EN INGENIERÍA, EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA
UBICADA EN LA CIUDAD DE GUATEMALA".**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
EMILIO ANTONIO POITEVIN ARCE

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGO CLÍNICO EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADO

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, DICIEMBRE DE 2015
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: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
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. JULIO ANTONIO CARTAGENA WILHELM

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. YADIRA IVONNE BARRIOS CACERES DE BARRIOS

Guatemala, 23 de noviembre del 2015

Señores
Consejo Facultad de Humanidades
Universidad Rafael Landívar

Por este medio informo que he revisado el trabajo de tesis del estudiante **Emilio Antonio Poitevin Arce**, de la carrera de licenciatura en Psicología Clínica, con número de carné 2267506, titulado "**Exploración de los niveles de adicción al internet entre estudiantes de tres carreras de Licenciatura en Ingeniería, en una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala.**", el cual, a mi criterio, ha cumplido con los requisitos establecidos por la facultad, por lo que autorizo al estudiante Poitevin para que solicite fecha de revisión y posterior defensa de tesis.

Atentamente,



Licenciado
Julio Cartagena
Código 11030



Universidad
Rafael Landívar
Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES
No. 051118-2015

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado del estudiante EMILIO ANTONIO POITEVIN ARCE, Carnet 22675-06 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 05472-2015 de fecha 3 de diciembre de 2015, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"EXPLORACIÓN DE LOS NIVELES DE ADICCIÓN AL INTERNET ENTRE ESTUDIANTES DE TRES CARRERAS DE LICENCIATURA EN INGENIERÍA, EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA UBICADA EN LA CIUDAD DE GUATEMALA".

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGO CLÍNICO en el grado académico de LICENCIADO.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 8 días del mes de diciembre del año 2015.



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

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer el nivel de adicción a internet, las preferencias y el tiempo promedio de uso de esta herramienta por parte de los jóvenes estudiantes de las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica de la Universidad Rafael Landívar. Para cumplir dicho objetivo se utilizó en forma digital el instrumento, Internet Addiction Test (IAT) elaborado por la Dr. Kimberly Young. Se complementó el cuestionario con una una serie de preguntas básicas y de preferencias de uso. Se aplicó esta encuesta alojada en una página web a 96 sujetos, (21 mujeres y 75 hombres) cuyas edades están entre el rango de 23 a 30 años. El cuestionario está dividido en tres secciones, en una de ellas el encuestado ingresa sus datos básicos, otra sección que es el Internet Addiction Test, que consta de 20 preguntas de selección múltiple de tipo escala de Likert, y una sección en la cual se hicieron 5 preguntas de selección múltiple sobre las preferencias de uso.

La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo, no experimental transeccional tipo descriptivo. La metodología estadística que se utilizó para el análisis de los resultados fueron las medidas de tendencia central y porcentajes. Para el análisis estadístico se utilizaron las herramientas integradas en la plataforma LimeSurvey y el programa Microsoft Office Excel 2010 y 2013.

Por último, se concluyó que la prevalencia de la adicción a internet entre los estudiantes de las carreras de ingeniería mencionadas, es baja con tan solo 23% de probable adicción y un 2% de alta adicción, sin embargo, se detectaron muchos indicadores de riesgo que apuntan a un posible desarrollo del trastorno.

I. INTRODUCCIÓN

El rápido desarrollo de las nuevas tecnologías de la información, no solamente ha revolucionado el mundo de las comunicaciones, sino que también, ha ejercido una fuerte influencia en los comportamientos de las personas, sus formas de interacción social y la importancia que los dispositivos electrónicos adquieren en sus vidas.

Alrededor del mundo, se han realizado múltiples estudios relacionados con las adicciones al internet, llegándose a plantear que existe un número creciente de personas que han desarrollado adicción. En 1994, había 25 millones de usuarios de Internet en todo el mundo, mientras que diez años después, la cifra se elevó a 910 millones y una década más tarde, más del doble, alcanzándose la cifra de 3 mil millones de usuarios en 2014. Una encuesta de 2012 por SodaHead mostró 61 por ciento de los usuarios de Internet se sienten adictos a ella. En España, un estudio realizado por la OCU muestra que el 25 por ciento de jóvenes entre 16 y 24 años de edad muestran síntomas de la adicción a Internet, según un informe del año 2014.

Aunque no es clasificada como un trastorno clínico en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, más y más personas están empezando a reconocer la adicción a Internet y a estudiarla. Las diversas investigaciones sobre el tema, lo han abordado desde distintos ángulos, pero siempre relacionados con las adicciones a internet. Sin embargo, en el país la literatura y estudios son escasos. Es por esta razón, que se hizo necesario elaborar un trabajo que identificara los niveles de adicción al internet entre los jóvenes. La presente investigación abarcó tres carreras de Licenciatura en Ingeniería, en una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala y constituye el primer estudio que servirá de base para posteriores investigaciones acerca del tema.

Muchas investigaciones, desde diferentes perspectivas, han sido realizadas en distintos países, abordando esta compleja problemática relacionada a las adicciones a internet. Sin embargo, en el país la literatura y los estudios son escasos. Debido a esta situación, el objeto de realizar esta investigación, es el de recolectar información acerca de los niveles de adicción, conocer los hábitos de los usuarios, identificar las formas en que el uso excesivo del internet afecta el bienestar físico, psicológico y social de los estudiantes de tres carreras de Licenciatura en Ingeniería, en una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala.

Entre los estudios que anteceden al presente trabajo, se puede mencionar el que fue realizado en la universidad Rafael Landívar por Cuyún (2013), como trabajo de graduación, el cual medía los niveles de adicción a las redes sociales en jóvenes de 14 a 16 años del colegio San Luis en Quetzaltenango. El estudio se llevó a cabo con una muestra de ochenta y ocho estudiantes, utilizando el cuestionario ARS (Adicción a las Redes sociales), el cual consta de doce ítems en la escala de Likert. Esta escala evalúa los comportamientos observables entre los adolescentes, apoyándose en la literatura teórica sobre adicción y redes sociales y utilizando algunos criterios específicos que permiten determinar el grado de adicción. Los resultados del trabajo arrojaron datos que no permitían demostrar que los alumnos presentaran los criterios completos para considerar la adicción a redes sociales; sin embargo, se determinó que las redes sociales son solo una parte del complejo mundo del internet.

En el plano internacional, Ha, Kim, Bae Bae, Kim, Sim, Lyoo y Cho (2007), realizaron una investigación, cuyo objetivo fue evaluar la relación entre la depresión y la adicción a Internet entre los adolescentes. Se estudiaron un total de 452 adolescentes coreanos. En primer lugar, se evaluó la gravedad de la adicción a Internet con la consideración de sus características de comportamiento y su objetivo principal para el uso del ordenador. En segundo lugar, se determinó correlaciones entre la adicción a Internet y la depresión, la dependencia del alcohol y los síntomas obsesivo -compulsivos. En tercer lugar, se evaluó la relación entre la adicción a Internet y el temperamento biogenético según lo evaluado por el Inventario de Temperamento y Carácter. Concluyeron que La adicción a Internet se asoció significativamente con los síntomas depresivos y los síntomas obsesivo -compulsivos. En cuanto a temperamento y carácter, patrones biogenéticos; alta evitación del daño; baja autodirección; baja cooperatividad y, alta auto – trascendencia, se correlacionaron con la adicción a Internet.

Posteriormente en Grecia, Tsimtsiou, Haidich, Spachos, Kokkali , Bamidis , Dardavesis y Arvanitidou (2008). Investigaron la prevalencia de la adicción a Internet (IA) en estudiantes de medicina de pregrado para identificar posibles asociaciones con las características sociodemográficas y hábitos de Internet. Este estudio se llevó a cabo en la Universidad Aristóteles de Thessaloniki. Los estudiantes fueron invitados a completar la prueba en línea Adicción a Internet

(IAT), junto con las características sociodemográficas y preferencias en actividades de Internet. Los autores recibieron 585 respuestas después de tres recordatorios (tasa de respuesta del 23,5 %). La adicción leve al internet se encontró en el 24,5 % de la población, moderado en el 5,4 %, y grave en el 0,2 %. Concluyeron que se deben desarrollar sistemas de detección temprana y otras formas de ayudar a los estudiantes con comportamientos patológicos.

En Francia, Weinstein y Lejoyeux (2010) realizaron un estudio bibliográfico con el fin de revisar la literatura sobre la adicción a Internet en los temas de diagnóstico, la fenomenología, la epidemiología y tratamiento. Estudiaron la literatura publicada entre 2000-2009 en Medline y PubMed utilizando el término " adicción a Internet". Determinaron que las encuestas realizadas en los Estados Unidos y Europa han indicado tasa de prevalencia entre el 1,5% y el 8,2%, si bien los criterios de diagnóstico y cuestionarios de evaluación utilizados para el diagnóstico varían según los países. Los estudios transversales en muestras de pacientes reportan una alta comorbilidad de la adicción a Internet con trastornos psiquiátricos, trastornos afectivos (como la depresión), trastornos de ansiedad (trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de ansiedad social) y, el trastorno de hiperactividad y déficit de atención (TDAH). Los resultados indican que varios factores son predictivos, incluyendo los rasgos de personalidad, crianza de los hijos, factores familiares, el consumo de alcohol y la ansiedad social.

En Inglaterra, Widyanto, Griffiths & Brunson (2011) compararon dos de las medidas más utilizadas de investigación de adicción a Internet, el Test de Adicción a Internet (IAT) y la Internet relacionados con Problema Escala (IRP, además de un cuestionario de auto-diagnóstico simplemente preguntando a los usuarios si pensaban que eran adictos al internet. Un total de 225 usuarios de Internet participaron en el estudio (69 varones y 156 mujeres). A los participantes se les administró los dos tests (IAT e IRPS) y se analizaron los resultados. Los participantes que se definieron a sí mismos como adictos a Internet tenían puntuaciones más altas en tanto el IAT e IRPS, y las tres medidas de adicción a Internet diferentes fueron fuertemente correlacionados entre sí. Para el IAT, análisis de factores generó tres factores (conflicto emocional / psicológico, cuestiones de gestión del tiempo, de modificación de estado de ánimo) que explican el 56,3 % de la varianza. Para el IRPS, análisis de factores genera cuatro factores (efectos negativos del uso de Internet; modificación de estado de ánimo, pérdida de control; el aumento del uso de Internet) que explica el 60,2 % de la varianza. Este estudio apoya lo concluido por Alavi, Eslami et al. (2008). Quienes diseñaron un estudio para investigar las propiedades psicométricas del cuestionario de

adicción de internet de Young el Internet Addiction Test (IAT). Esta investigación fue una encuesta transversal de tipo descriptivo realizado en 233 estudiantes universitarios de Isfahan. Realizaron además de eso una entrevista clínica basada en el DSM- IV- TR en todas las muestras. Los datos fueron analizados mediante el análisis factorial, consistencia interna, alfa de Cron Bach, bisección, test-retest y la curva ROC en SPSS 12. Concluyeron que el IAT tiene propiedades psicométricas aceptables y es una herramienta válida y confiable que puede ser utilizada en los estudios psicológicos y psiquiátricos en orden a la pantalla normal de usuarios de Internet y los adictos a Internet.

Posteriormente Canan, Yildirim, Ustunel, Sinani, Kaleli, Gunes & Ataoglu (2012) se dieron a la tarea de investigar los patrones de uso de Internet y la adicción a Internet entre los adolescentes y para examinar la correlación entre la adicción a Internet y actitudes alimentarias y el índice de masa corporal (IMC). El estudio lo realizaron con 1,938 estudiantes cuyo rango de edad está entre los 14 y 18 años. Esta investigación fue de tipo cuantitativo y correlacional, se utilizó el Test de Adicción a Internet (IAT), el Test de Actitudes Alimentarias (EAT) y un formulario de consulta sociodemográfica se utilizaron para recopilar datos. Concluyeron que se encontró una correlación positiva significativa entre el IMC y el IAT y el uso de Internet por semana. El análisis de regresión lineal mostró una asociación significativa independiente del IAT con el IMC, mientras más alto el resultado de adicción al internet más alto fue el Índice de Masa Corporal.

Al año siguiente Rumpf, Vermulst, Bischof, Kastirke, Gürtler, Bischof, Meerkerk, John, y Meyer (2013) llevaron a cabo un análisis de clases latentes (ACL) en una gran muestra de población general para estimar la prevalencia de la adicción al internet. Para ello realizaron una encuesta telefónica con base en un procedimiento de marcación aleatoria incluyendo teléfono fijo y números de teléfono celular. El rango de edad de la muestra de los participantes de 14 a 64 años de edad. La escala de Uso compulsivo de Internet (OIC) sirvió de base en el estudio. La proporción de la probable adicción a Internet fueron 1,0 % entre toda la muestra, 2,4% en el grupo de edad de 14 a 24 años, y 4,0% en el grupo de edad de 14 a 16 años. Al final, el estudio diferenció a los grupos cuya probabilidad era más alta de adquirir adicción al internet.

Actualmente se siguen realizando estudios sobre este tema. Un ejemplo es la investigación realizada por Al-Gamal, Alzayyat, y Ahmad (2015) que midieron la prevalencia de la adicción a Internet (IA) y su asociación con los trastornos psicológicos y estrategias de afrontamiento en

estudiantes universitarios en Jordania. Utilizaron un diseño descriptivo, transversal, correlacional, se utilizó con una muestra aleatoria de 587 estudiantes universitarios en Jordania. Se utilizó la Escala de Percepción de estrés, el Inventario de Manejo de Comportamiento, y prueba de Adicción a Internet. La prevalencia de la IA fue del 40% y se asoció con alta angustia mental entre los estudiantes. Los estudiantes que utilizan estrategias adecuadas de solución de problemas eran menos propensos a experimentar adicción al Internet.

Un estudio similar realizado por Li, O'Brien, Snyder y Howard (2015) pretendía identificar altos índices y las consecuencias graves de adicción a Internet / Uso de internet patológico en estudiantes universitarios, pero, utilizando un paradigma de investigación cualitativo. Se realizó un estudio cualitativo exploratorio utilizando el enfoque de grupo focal en 27 estudiantes, quienes completaron dos medidas IA / PIU (cuestionario de diagnóstico de Young y el compulsivo de Internet Uso de escala) y participaron en grupos de enfoque que exploran la historia natural de su uso de Internet ; actividades online preferidas ; disparadores emocionales , interpersonales y situacionales para el uso intensivo de Internet ; salud y / o consecuencias psicosociales de su uso excesivo de Internet. Los auto reportes fueron consistentes con los resultados de las medidas estandarizadas. Los estudiantes accedieron por primera vez al internet a una edad promedio de 9 años (DE = 2,7), y tuvieron un problema con el uso excesivo de Internet a una edad promedio de 16 años (DE = 4,3). La tristeza y la depresión, el aburrimiento y el estrés son factores desencadenantes comunes de uso intensivo de Internet. El uso de medios sociales era casi universal y omnipresente en la vida de los participantes. La privación del sueño , rendimiento escolar insuficiente , falta de ejercicio y de participar en cara a cara actividades sociales , estados afectivos negativos , y la disminución de la capacidad de concentración eran frecuentemente reportadas como consecuencias del uso intensivo de Internet / uso excesivo de Internet.

Los estudios realizados tanto a nivel nacional como internacional demuestran que actualmente existe un fenómeno que se puede llamar “adicción al internet”. Los jóvenes actualmente hacen uso de estas tecnologías, tanto que incluso ha superado a la comunicación interpersonal, como medio de comunicación favorito.

En resumen, se puede notar que la mayoría de estudios realizan el cuestionario de adicción de internet de Young (IAT) como herramienta de investigación. La mayoría de estudios previamente mencionados, apoyan la noción de que el uso excesivo de internet puede tener

consecuencias negativas para el usuario, desde aumento de índice de masa corporal, como proponen Canan, Yildirim, et al. (2012). Estos estudios previos proveen un panorama claro de que se enfrenta un fenómeno emergente, del que no se tiene mucha información todavía, por lo que los profesionales de la salud mental, deben interesarse en él y estudiarlo. En los últimos años, como se puede observar se han realizado una gran variedad de estudios acerca de la adicción al internet tomando como instrumento el Test de Adicciones al Internet –Internet Addiction Test– desarrollado por la Dra. Young, sin embargo en Guatemala, no se han realizado investigaciones que arrojen datos acerca de este interesante fenómeno.

Para proveer una comprensión detallada de la teoría en la que se basa el presente estudio, a continuación se presentan conceptos teóricos básicos que explican qué es la adicción.

1.1 Adicción

El consumo compulsivo es la conducta más observable y que está en la base de todas las adicciones. Este desorden compulsivo es la manifestación de una dependencia irrefrenable de objetos, sustancias, situaciones o personas. En las adicciones, lo importante es la satisfacción de una urgencia.

El Diccionario Webster's New World College (1999), define a las adicciones como una "dependencia o compromiso con el consumo de una sustancia que crea hábito en la medida en que su cese causa un trauma". (p.14)

En general cuando se piensa en adicciones, se asocia rápidamente con sustancias psicoactivas, que son químicos que actúan sobre el sistema nervioso central (SNC), e inducen sentimientos de placer o bienestar. Si se usa durante un período prolongado de tiempo, estas sustancias pueden causar que las personas sean físicamente dependientes, ya que sus cuerpos requieren un flujo constante para funcionar normalmente. Una vez que las personas empiezan a depender de sustancias psicoactivas de esta manera, se considera que son adictos, ya que no pueden dejar de consumir sin experimentar malestar físico o psicológico extremo. Aunque la adicción, tradicionalmente, se ha considerado como un fenómeno que podría ser causado únicamente por las sustancias psicoactivas, la investigación en los últimos treinta años ha demostrado que, las personas también pueden sufrir de los síntomas de la adicción cuando se trata de hábitos y actividades. Comer en exceso, los juegos de azar, el uso de Internet, las compras, el

sexo y el uso de esteroides pueden generar problemas similares a los causados por sustancias psicoactivas como el alcohol, la cocaína o la heroína.

Según la American Society of Addiction Medicine, ASAM (2011), la adicción es una enfermedad primaria, crónica, que afecta los circuitos cerebrales relacionados con la recompensa, motivación y memoria. El mal funcionamiento de estos circuitos conduce a manifestaciones biológicas, psicológicas, sociales y espirituales características. Esto se refleja en que una persona patológicamente persigue la recompensa y / o alivio por medio del consumo de sustancias y otros comportamientos.

La adicción se caracteriza por: la incapacidad sistemática de abstinencia; deterioro en el control del comportamiento; deseo; disminución del reconocimiento de problemas significativos en los comportamientos y las relaciones interpersonales, y una respuesta emocional disfuncional. Al igual que otras enfermedades crónicas, la adicción a menudo implica ciclos de recaída y remisión. Sin tratamiento o participación en las actividades de recuperación, la adicción es progresiva y puede resultar en discapacidad o muerte prematura.

La ASAM (2011) afirma que la adicción se caracteriza por:

- Incapacidad de abstenerse sistemáticamente;
- Deterioro en el control del comportamiento;
- Anhelo; o el aumento de "necesidad de uso" de drogas o experiencias gratificantes;
- Problemas en las relaciones personales
- Respuestas emocionales disfuncional.

1.2 Causas de las adicciones:

Según Ogborne, Harrison y Carver (2004) las causas de las adicciones se dividen en tres factores.

1. Factores Biológicos
2. Factores Psicológicos
3. Factores Sociales y Ambientales

1.2.1 Factores Biológicos:

Horvath, Misra, Epner & Morgan (2013), explican que los modelos biológicos de la adicción hacen hincapié en la importancia de la genética y las fuerzas biológicas de la naturaleza. Estas teorías sugieren que la química del cerebro, la estructura del cerebro y anomalías genéticas causan el comportamiento humano.

Muchos de estos modelos no han sido probados o se aplican a cada tipo específico de adicción. De acuerdo con el modelo biológico, la fisiología y la genética única de cada persona es una de las causas de la adicción. Las personas difieren en el grado en que les gusta o no les gusta una sustancia adictiva o actividad en particular. Algunas personas pueden disfrutar de una sustancia o actividad tanto que se vuelve muy difícil de resistirse. Otra persona no experimentaría esta dificultad porque no experimentan un placer similar. Del mismo modo, la capacidad de moderar los deseos impulsivos con el pensamiento racional es una función cerebral que varía entre diferentes personas. Algunas personas pueden tener una deficiencia en su capacidad para resistir ciertos tipos de impulsos. Por lo tanto, estas personas estarían en mayor riesgo de desarrollar una adicción debido a su vulnerabilidad genética.

- **La tolerancia y la dependencia física**

Según Ogborne, Harrison y Carver (2004) el uso repetido de alcohol y otras drogas puede cambiar la capacidad del cuerpo para adaptarse a la presencia de estas sustancias. Un resultado es que las personas se vuelven menos sensibles a la sustancia y así tienen que aumentar la dosis para obtener los efectos deseados. Esta pérdida de la sensibilidad se denomina tolerancia. Explican que el ajuste del cuerpo a la presencia de una droga también puede causar síntomas de abstinencia cuando se deja de usar. Esta condición se llama dependencia física. En casos extremos, el efecto de la retirada rápida puede ser peligroso para la vida, ya que el cuerpo se ha vuelto tan dependiente de la droga que la retirada interfiere con los procesos normales del cuerpo. Afirman que la investigación sobre los aspectos neurobiológicos del consumo de drogas ha llevado a la identificación de muchas estructuras y procesos pertinentes (por ejemplo, sitios específicos a los fármacos de los receptores en el cerebro y los efectos de los fármacos específicos y sus metabolitos en los neurotransmisores). Se ha sugerido que todos los comportamientos adictivos pueden ser el resultado de las acciones fisiológicas o bioquímicas comunes en el cerebro, y una buena parte de la investigación se centra actualmente en el neurotransmisor dopamina. Algunos teóricos han

sugerido que todas las actividades placenteras, como el uso de drogas, dan como resultado la liberación de dopamina en áreas específicas del cerebro.

1.2.2 Factores psicológicos

Los psicólogos proponen posibles causas de la adicción. En primer lugar, las personas pueden participar en comportamientos nocivos a causa de una anomalía, o "psicopatología" que se manifiesta como una enfermedad mental.

- **Modelo psicopatológico de la adicción**

El modelo psicopatológico ve trastornos mentales como la causa de la adicción. Estos trastornos pueden incluir dificultades cognitivas, trastornos del estado de ánimo, y otras enfermedades mentales. De hecho, la adicción y otros trastornos de salud mental suelen comúnmente ocurrir juntos (llamado comorbilidad). Aproximadamente, la mitad de las personas que buscan tratamiento de la adicción también tendrán otro trastorno mental significativo (Miller, Forchimes & Zweben, 2011).

Personalidad adictiva. Ciertas características de la personalidad podrían ser factores subyacentes en todos los trastornos adictivos. Estos pueden incluir negación de los problemas obvios, problemas con la regulación emocional, y problemas con la regulación de los impulsos. No hay evidencia suficiente para sugerir una "personalidad adictiva" per se. Sin embargo, la adicción, frecuentemente es comórbida con una clase de trastornos denominados trastornos de la personalidad. (Montalvo, 2007)

- **Tratamiento**

La terapéutica apropiada trataría de identificar y resolver los trastornos psicológicos subyacentes, incluyendo la reestructuración de la personalidad y / o mejora del funcionamiento cognitivo y emocional de una persona.

El tratamiento puede variar entre un modelo "basado en la abstinencia" (Carnes, 2010; Carnes, Carnes & Bailey, 2011) o un enfoque que se apoya más en la reducción de daños (Marlatt, 1998; Tatarsky, 2002). A diferencia de la adicción química en la que el paciente generalmente evita completamente las sustancias, en el caso de las adicciones conductuales, cada paciente que se recupera puede tener su propio conjunto de comportamientos particulares, que deben evitarse.

La terapia cognitivo conductual (TCC), es a menudo el tratamiento más usado para la adicciones del comportamiento, ya que es la que ha sido más investigada y respaldada por la evidencia. Este método implica que el terapeuta y paciente discutan los pensamientos y comportamientos desadaptativos y, es el profesional quien elabora las estrategias de afrontamiento, vinculándolas con temas más profundos y cogniciones fundamentales (Ryan, 2013). Los pacientes trabajan para identificar sus patrones de abuso y adicción, evitar o manejar mejor las situaciones de alto riesgo, y participar en comportamientos sustitutivos más adaptativos.

La Psicoterapia psicodinámica, particularmente aquella que le da una orientación interpersonal/relacional, aborda los problemas de regulación del afecto del paciente así como también el significado de los síntomas, y cómo estos son una solución fallida para enfrentar los conflictos relacionales. (Essig, 2012). Petrucelli & Stuart (2001) ponen de manifiesto la dificultad que la persona compulsiva o adicta tiene en la autorregulación y cómo la terapia psicodinámica ofrece una herramienta que ayuda a que los pacientes aprendan a moverse del mundo de su proceso adictivo, a un plano más interpersonal y relacional.

○ **Evidencias y hallazgos.**

Hay evidencia de rasgos comunes de personalidad entre bebedores (Allen, 1996; Molina, Buckstein & Lynch 2002). También hay indicios que sugieren que las personas que tienden a beber alcohol a una edad temprana y tienen fuertes tendencias antisociales, poseen un trastorno cerebral determinado genéticamente que afecta los lóbulos prefrontales (Tarter, Alterman & Edwards 1988). Los trastornos neurológicos pertinentes pueden afectar las funciones ejecutivas del cerebro, que implican la capacidad de planificación, formulación de metas, perseverancia, autocontrol y autoevaluación. Estas alteraciones se manifiestan en:

- Trastornos de déficit de atención
- Hiperactividad infantil
- Temblor esencial
- Zurdera
- Bajo rendimiento académico
- Impulsividad
- Falta de inhibición
- Inestabilidad emocional

- Agresividad
- Tendencias antisociales y psicopáticas.

Según Ogbourne, Harrison y Carver (2004) estos rasgos pueden desembocar en un consumo excesivo de alcohol y una preferencia por compañeros que beben en exceso.

En síntesis, hay muchos factores que pueden contribuir a que se las personas desarrollen adicciones. Ya que el presente estudio tiene como objeto estudiar la adicción a internet, a continuación abordaremos esta problemática.

1.2.3 Factores Sociales y ambientales

Las causas ambientales y sociales son también fundamentales en la adicción. Si alguien nunca está en contacto con algún estímulo adictivo, no habría estos comportamientos. Las personas pueden aprender comportamientos poco saludables en función de su entorno. En este sentido, el contexto social puede ejercer una gran presión hacia el desarrollo de conductas disfuncionales. Los factores ambientales y sociales pueden influir notoriamente en la vida de las personas, potenciando en algunos casos el desarrollo de conductas que pueden llegar a afectar la salud emocional y física, la vida familiar y social y el desempeño laboral entre otros. Todos estos factores al interactuar entre sí, producen la predisposición y luego con la exposición al factor desencadenante, se consolida el proceso patológico llamado adicción.

1.3 La Adicción al Internet

La adicción a internet es un desorden cada vez más generalizado, que no ha sido suficientemente estudiado y muy poco entendido. Según Block (2007), conceptualmente, el diagnóstico está comprendido en el espectro de desórdenes compulsivos. Contiene al menos tres subdivisiones: Juego excesivo, compulsión por búsquedas relacionadas con preocupaciones sexuales y, mensajería de texto y correspondencia electrónica. Todas estas comparten los siguientes componentes: Uso excesivo, que se asocia con una pérdida del sentido del tiempo y el descuido de las tareas diarias, Abstinencia, que incluye sentimientos de ira, tensión, depresión cuando no hay computadora o internet. Tolerancia, que incluye la necesidad de mejorar el equipo computacional, software y más horas de uso. Repercusiones negativas, que incluyen discusiones. Mentir, rendimientos pobres, aislamiento social y fatiga.

Existe considerable controversia si debe ser un trastorno incluido en el DSM-5. Según Pies (2009), la relación entre la "adicción" y las conductas compulsivas o impulsivas son una fuente de confusión. Algunos psiquiatras han argumentado que en la adicción a Internet se muestran las características de uso excesivo, los fenómenos de abstinencia, tolerancia, y las repercusiones negativas que caracterizan a muchos trastornos por consumo de sustancias; sin embargo, hay pocos datos fisiológicos que apoyen a estas nociones. No está claro si la adicción a Internet por lo general representa una manifestación de un trastorno subyacente, o es realmente una entidad nosológica diferenciada. La frecuente aparición de la adicción a Internet en el contexto de numerosas afecciones comórbidas plantea cuestiones complejas de causalidad. Con el fin de tomar decisiones respecto a la adicción a Internet, se requiere un modelo más general de lo que cuenta como "enfermedad", y como una enfermedad específica. Basado en un modelo enfatizando el sufrimiento intrínseco e incapacidad, así como datos relativos a curso, pronóstico, estabilidad, y respuesta al tratamiento, parece prematuro considerar la adicción a Internet como una entidad nosológica diferenciada. Sin embargo, cada vez más investigaciones sugieren que algunas personas con adicción a Internet tienen un riesgo significativo y merecen atención y tratamiento profesional.

Young (1998) considera que la adicción al Internet se describe como un trastorno de control de impulsos, que no implica el uso de una droga y que es muy similar al juego patológico. Algunos usuarios de Internet pueden desarrollar un vínculo emocional con los amigos y las actividades en línea que crean en sus pantallas de ordenador y, en general, pueden disfrutar de los aspectos de Internet que les permiten satisfacer, socializar e intercambiar ideas a través del uso de las salas de chat, foros, redes sociales, o "comunidades virtuales". Muchos usuarios de Internet pasan horas interminables jugando en línea con otros jugadores o viendo y compartiendo imágenes en sitios como imgur, 9gag entre otras.

Al igual que en otras adicciones, los adictos a Internet utilizan el mundo de fantasía virtual para conectar con gente real, en sustitución de la conexión humana real, personal y presencial que no son capaces de alcanzar normalmente.

Según Shaw y Black (2008) la adicción a Internet se caracteriza por preocupaciones excesivas mal controladas, o conductas relacionadas con el uso del ordenador y acceso a Internet que conducen a un deterioro o malestar. Se ha asociado con la depresión e indicadores de aislamiento social. Su comorbilidad psiquiátrica es común, particularmente con trastornos del

estado de ánimo, ansiedad, control de los impulsos y por uso de sustancias. La etiología es desconocida, pero se cree que involucra factores neurobiológicos, psicológicos y culturales.

1.3.1 Diagnóstico y criterios clínicos

Cuatro componentes se propusieron originalmente como esenciales para el diagnóstico del trastorno de adicción al internet para su inclusión en el DSM-5 (APA 2013). (1) Uso de Internet excesivo, que a menudo está asociado con una pérdida del sentido del tiempo; (2) durante la abstinencia, sentimientos de ira, tensión y / o depresión cuando el equipo es inaccesible; (3) tolerancia, incluyendo la necesidad de un mejor equipo de cómputo, software adicional o más horas de uso; y (4) consecuencias adversas, incluyendo peleas, mentiras, disminución en logros académicos o profesionales, aislamiento social, y fatiga.

Una importante encuesta se llevó a cabo para el desarrollo de criterios diagnósticos del desorden de adicción a internet y evaluar su validez y fiabilidad en la población general (Tao, Huang, Wang, Zhang, Zhang & Li, 2010). Los criterios diagnósticos consistieron en un criterio de síntomas (siete síntomas clínicos de la DAI), un criterio de deterioro clínicamente significativo (alteraciones funcionales y psicosociales), un criterio de duración (duración de la adicción de al menos 3 meses, con al menos 6 horas de uso de Internet no esencial por día), y un criterio de exclusión (exclusión de dependencia atribuida a trastornos psicóticos). El DIA fue inicialmente propuesto para su inclusión en el DSM-5 2013, pero aún no se ha reconocido como un trastorno; Sin embargo, el trastorno “Internet Gaming” o Juego en internet fue incluido en el DSM-5 apéndice de los trastornos de reflexión y estudio.

1.3.2 Evaluación de la Adicción al Internet

Los cuestionarios para el diagnóstico de la DIA han utilizado elementos de los cuestionarios de adicción o dependencia de sustancias, así como nuevos elementos relacionados con la adicción a Internet. El cuestionario más utilizado es la prueba de Young, (Young’s Internet Addiction Test) (IAT) (Young, 1998). El IAT ha sido validado (Barke, Nyenhuis, & KrönerHerwig, 2012; Bernardi & Pallanti, 2009; Chong, Isa, Hashim, Pillai, & Harbajan Singh, 2012; Ghamari, Mohammadbeigi, Mohammadsalehi, Hashiani 2011; Han, Lee, Na, Ahn, Chung, Daniels, Haws & Renshaw 2009; Jelenchick, Becker, & Moreno, 2012; Korkeila, Kaarlas, Jaaskelainen, Vahlberg, & Taiminen, 2009; Widyanto & McMurrin, 2004). La Escala de Adicción a Internet (IAS) fue desarrollada por Griffiths (1998) y fue validada por Nichols y Nicki (2004) y Canan, Ataoglu, Nichols, Yildirim, y

Ozturk (2010). Otros cuestionarios incluyen el Chen Internet Addiction Scale (CIAS) (Yen et al., 2012), el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (Beranuy, Chamarro, Graner, & Carbonell, 2009), el uso de Internet compulsivo Escala (OIC) (Khazaal et al, 2012;. Meerkerk, Van Den Eijnden, Vermulst, & Garretsen, 2009), la problemática de Uso de Internet Questionnaire (PIUQ) (Demetrovics,Szeredi, Rázsza, 2008), y el problema de la escala de Internet relacionados (IRP) (Widyanto, Griffiths, & Brunnsden, 2011). Estos cuestionarios han sido revisados por Beard (2005), quienes observaron que estos instrumentos han arrojado la investigación preliminar sobre la DIA, pero se basan en distintos fundamentos teóricos y no se ponen de acuerdo sobre las dimensiones subyacentes que hacen que su utilización sea problemática.

1.3.3 Síntomas de abstinencia

Se consideran síntomas de abstinencia todas aquellas conductas que perjudican el trabajo, las responsabilidades sociales y familiares, causa impedimentos psicológicos y problemas interpersonales, repercute negativamente sobre la salud, el estado de ánimo, la identificación personal y otros.

Por ejemplo

- Cambio inexplicado en la personalidad o actitud.
- Cambios bruscos de humor, irritabilidad, explosiones de ira o risa.
- Urgencia de usar el internet
- Ansiedad sin explicación
- Tiempo de uso de Internet cada vez más prolongado.
- Repetidos e infructuosos esfuerzos para reducir o suspender el uso de internet.
- Sentimientos de inquietud, cambios de humor, depresión o irritabilidad cuando se intenta interrumpir el uso de Internet.
- Disminución de la calidad de relaciones sociales, amorosas, de trabajo, oportunidades educativas o profesionales debido al uso de Internet.
- Normalmente el adicto al internet hace uso del Internet como una manera para escapar de los problemas o para aliviar un estado de ánimo.

1.3.4 Prevalencia

Las tasas internacionales de prevalencia de adicción a Internet a nivel mundial son del 1,5% a 8,2% (Petersen, weymann, Schelb, Thiel, & Thomasius, 2009), y en los Estados Unidos de 0,3% a 0,7% (Shaw & Black, 2008) a 4% (Christakis, Moreno, Jelenchick, Myaing, & Zhou, 2011) al 6% (Greenfield, 1999) y el 25% entre los estudiantes universitarios del sur de los Estados Unidos (Forston, Scotti, Chen, Malone, & Del Ben, 2007); ver Moreno, Jelenchick, Cox, joven, & Christakis (2011) para su revisión. En Europa, las tasas varían entre el 3% en Alemania (Woelfling, Buhler, Lemenager, Mairsen, & Mann, 2009), 5,4% y el 5% en Italia (Pallanti, Bernardi, & Quercioli, 2006; Poli y Agrimi, 2012) (Tsitsika et al, 2009), el 10,4% en Grecia, y el 18,3% en el Reino Unido (Niemz, Griffiths, & Banyard, 2005). Un importante estudio de 11 países europeos encontró una tasa de prevalencia de 4,4% (Durkee et al., 2012).

La adicción a Internet se ha estudiado más en el Lejano Oriente. En China, las tasas de prevalencia según los siguientes autores varían entre el 10,2% de los usuarios moderados y el 0,6% de los severamente adicto (Lam, Peng, Mai, y Jing, 2009), entre el 2,4% y el 5,52% en la provincia de Hunan (Cao, Su, Liu, y Gao 2007; Deng, Hu, Hu, Wang, y Sun, 2007) y de 6.44% en la provincia de Shaanxi (Ni, Yan, Chen, y Liu, 2009), el 6,7% en Hong Kong (Fu, Chan, Wong, y Yip, 2010) y el 8,8% en Shanghai (Xu et al., 2012). En Taiwán, el 17,9% de los estudiantes fue adicta (Tsai et al., 2009). En los estudiantes de secundaria de Corea del Sur, el 16% eran potenciales usuarios en situación de riesgo, y el 3,1% eran usuarios de alto riesgo (Seo, Kang, y Yom, 2009). Otros estudios realizados en Corea del Sur han encontrado 1,6% (Kim et al., 2006), 3,5% (Whang, Lee, y Chang, 2003), 4,3% (Jang, Hwang, y Choi, 2008), 10,7% (Park, Kim, y Cho, 2008), y el 20,3% (Ha et al., 2007) de los adolescentes con adicción a Internet.

1.3.5 ¿Cuáles son los efectos?

Los signos y síntomas de la adicción a Internet o adicción a la computadora también pueden causar molestias físicas, tales como:

- Síndrome del túnel carpiano (dolor y entumecimiento en las manos y las muñecas)
- Resequedad en los ojos o fatiga en la visión
- Dolores de espalda y dolores en el cuello; fuertes dolores de cabeza
- Trastornos del sueño

- Aumento de peso o pérdida de peso pronunciadas

Los riesgos conocidos para la salud, que están asociados con la adicción a Internet parecen estar relacionados con la privación del sueño. Los estudiantes de secundaria con adicción a Internet en Corea del Sur mostraron prevalencia del 37,7% de la somnolencia diurna excesiva, en comparación con el 13,9% y el 7,4% en posibles adictos y no adicto, respectivamente. La prevalencia de insomnio, fue testigo de los ronquidos, apnea, rechinar de dientes y pesadillas también fue mayor en adictos a Internet en comparación con los posibles adictos y no adictos (Choi et al., 2009). Una asociación entre el uso continuo de Internet y las experiencias de tipo psicótico fue descrita por Mittal, Dean y Pelletier (2012).

Poco se entiende sobre la naturaleza formadora de hábitos de Internet y su potencial de abuso. A medida que Internet impregna la vida en el hogar, la escuela y el trabajo, puede crear problemas maritales, académicos y laborales (Yellowlees y Marks, 2007; Young, 2004, 2007). Un estudio de un grupo pequeño de adultos adictos a Internet en Italia, mostró que la adicción era fuertemente incapacitante sobre todo para la vida familiar (Bernardi & Pallanti, 2009). El estudio italiano muestra la prominencia de síntomas disociativos, fuertemente relacionados con las medidas de gravedad de la DIA, la discapacidad subjetiva, y los síntomas del TOC.

1.3.6 La adicción a Internet: Cibersexo y la pornografía

Mientras que la adicción a la pornografía y cibersexo son tipos de adicción sexual, entre los atractivos para los adictos incluyen su relativo anonimato y la facilidad de acceso. Es fácil pasar horas en Internet en la intimidad de su propia casa, y participar en fantasías imposibles en la vida real. Compulsivamente pasar horas en la visualización de pornografía en Internet o participar en otras actividades cibersexo puede afectar negativamente a las relaciones de la vida real, la carrera, y la salud emocional.

1.3.7 La adicción a Internet: El juego online

Mientras que el juego ha sido un problema bien documentado durante años, la disponibilidad y accesibilidad de los juegos de azar es en la actualidad prácticamente irresistible. Este hecho contribuye a que sea mucho más difícil para los adictos en recuperación, evitar una recaída. Los casinos en línea o virtuales están abiertos todo el día, todos los días por cualquier persona con acceso a Internet. Las personas que no viven en las cercanías de una pista de casino o

apuestas tradicionales por ejemplo, o incluso aquellos que son demasiado jóvenes para tener acceso, les resulta mucho más fácil jugar en línea.

1.3.8 Tratamiento

Según King, DelFabbro, Griffiths y Gradisar (2011), el tratamiento del desorden de adicción al internet (DAI) se basa principalmente en las intervenciones y estrategias utilizadas para el tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias. Ya que se creen que tienen el mismo principio activo subyacente.

Un meta-análisis de estudios de tratamientos farmacológicos y psicológicos de la adicción a Internet realizado por Winkler, Dörsing, Rief, Shen, y Glombiewski (2013),y basado en 16 estudios; sugiere que las intervenciones psicológicas y farmacológicas fueron muy eficaces para disminuir la cantidad de adictos a Internet, en especial en cuanto al tiempo pasado en línea, así como la disminución de síntomas de depresión y ansiedad.

1.3.9 Enfoques Psicosociales

Los enfoques psicosociales son el pilar de la investigación del tratamiento actual, con muy poco estudio del tratamiento farmacológico. Existe evidencia preliminar para el éxito de un programa de "abstinencia " iniciado entre los 12 y 15 años de edad (Kalke y Rashke, 2004) y de un programa de asesoramiento en Hong Kong (Shek, Tang, & Lo, 2009). Los resultados preliminares de un estudio de 114 pacientes que recibieron la terapia cognitiva conductual indicaron que la mayoría de los clientes eran capaces de mejorar los síntomas (Young, 2007).

1.3.10 Tratamiento farmacológico

Los estudios farmacológicos para el tratamiento de la DAI utilizan sustancias que fueron utilizadas previamente para el tratamiento de trastornos como el TDAH y el TOC y abordan principalmente el subtipo de adicción al juego online. Un estudio farmacológico usa metilfenidato de liberación prolongada en niños coreanos con adicción a los videojuegos de Internet y TDAH encontró que, después de 8 semanas de tratamiento, las horas de uso de Internet se redujeron significativamente y, esta mejora, se correlacionó positivamente con la mejora en medidas de atención (Han et al., 2009).

1.4 Sitios web

Un sitio web es un conjunto de páginas web interconectadas, que normalmente incluyen una página de inicio y que por lo general se encuentran alojadas en el mismo servidor. Contienen información sobre una persona, grupo u organización. (World Wide Web Consortium, 1999).

Alexa es un sitio que se dedica a medir el comportamiento de navegación de las personas en un panel de datos global, que es una muestra de todos los usuarios de Internet. Alexa ha generado un ranking de páginas web, desde el momento de su creación, y evalúa y posiciona a las mismas en función de la cantidad de visitas que reciben.

Los rangos de tráfico de Alexa se basan en los datos de tráfico facilitados por los usuarios en el panel de datos global de Alexa durante un periodo de 3 meses. Estos rangos de tráfico se actualizan diariamente.

Top 10 de sitios más visitados por los guatemaltecos, según Alexa.

- Google.com
- Facebook.com
- Google.com.gt...
- Youtube.com
- Amazon.com
- Soy502.com
- Live.com
- Wikipedia.org
- Yahoo.com
- Twitter.com

Top 10 de Redes sociales más usadas por los guatemaltecos 2015, según el sitio web Alexa.

1. Facebook.com
2. Youtube.com
3. Twitter.com
4. LinkedIn.com

5. Taringa.net
6. Pinterest.com
7. Instagram.com
8. 9Gag.com
9. Velocidad-Maxima.com
10. Reddit.com

Top 10 de páginas de noticias utilizadas por los guatemaltecos 2015, según Alexa.com.

1. Soy502.com
2. Prensalibre.com
3. Guatevision.com
4. Elperiodico.com.gt
5. Msn.com
6. Deguate.com
7. Publinews.gt
8. Cnn.com
9. S21.com.gt
10. Elquetzalteco.com.gt

1.4.1 Red Social:

Es una comunidad online de personas con un interés común que utilizan un sitio web u otras tecnologías para comunicarse entre sí y compartir información, recursos entre otras cosas.

Ejemplo Facebook

Facebook es un servicio de redes sociales en línea que permite a los usuarios crear un perfil, agregar otros usuarios como "amigos", intercambiar mensajes, actualizaciones de estado, fotos, compartir videos y recibir notificaciones cuando otras personas actualicen sus perfiles.

1.4.2 Mensajería Instantánea:

Es un tipo de servicio de comunicaciones que utiliza un conjunto de tecnologías de comunicación, para la comunicación basada en texto entre dos o más participantes a través de Internet u otros tipos de redes. La charla sucede en tiempo real.

Ejemplo: Whatsapp

WhatsApp es una aplicación de mensajería instantánea para teléfonos inteligentes. Es una aplicación multiplataforma patentada, que utiliza Internet para enviar mensajes de texto, imágenes, vídeo, la ubicación del usuario entre otras funciones.

El fenómeno emergente y en auge de la adicción al internet está poco estudiado en nuestro medio. Los datos teóricos aquí expuestos, proveen parámetros que permiten esclarecer los criterios que deben tomarse en cuenta para comprender y evaluar este nuevo tipo de adicción. Con base en los estudios realizados en distintos países del mundo, citados anteriormente, se puede conjeturar acerca de una adicción que está teniendo repercusiones negativas en la vida de las personas que la padecen, ya que cada vez es más frecuente el número de quienes presentan evidentes problemas que podrían derivarse del uso excesivo de los ordenadores y al ciberespacio.

Tomando en consideración lo anteriormente expuesto, se considera imperativo que se valore este tipo de problemáticas ya que afectan el bienestar psicológico, generan mecanismos de dependencia e incluso síndrome de abstinencia, por lo cual se puede asemejar a los efectos que producen las sustancias psicoactivas. Es evidente que Internet está ocasionando grandes cambios en los hábitos de las personas y es importante señalar que para la mayoría constituye una herramienta que ofrece grandes beneficios, sin embargo, es necesario plantearse una interrogante acerca de cómo una tecnología diseñada para facilitar el acceso a la información, se convierte en algunos casos, en adictiva. Se deben determinar y evaluar los factores que interactúan en el proceso de adicción, las características de las personas y el entorno laboral y social en que se desenvuelven.

El acceso a infinidad de sitios que proveen información, la facilidad y velocidad de las comunicaciones y en muchos casos el mismo anonimato que puede garantizar internet, resultan muy atractivos para los jóvenes ya que proveen un contexto virtual en el cual se puede interactuar con mucha más soltura. Es por esta razón que se debe evaluar tanto su impacto positivo como los posibles efectos negativos en el bienestar psicológico, especialmente desde el punto de vista de la adicción y de los cambios personales y sociales que provoca el mundo virtual.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El uso generalizado de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en todas las actividades humanas ha producido una profunda revolución. En la actualidad, se está frente a una nueva cultura que supone nuevas y diferentes formas de ver, entender y actuar en el mundo.

El internet ha crecido de manera exponencial desde su comercialización en la década de los años 90 del siglo XX. En junio del año 2014 un censo realizado por la Unión Internacional de Telecomunicaciones, el organismo especializado de las Naciones Unidas para las tecnologías de la información y la comunicación, estima que el número de usuarios del internet es de más de 3 mil millones de personas. Esto significa que el 42.26 % de la población mundial ha hecho uso de la red, y que el número de usuarios ha crecido desde el año 2000 al 2012 en 566.4 %.

En el contexto local, la Superintendencia de Telecomunicaciones de Guatemala (2015) estima que a partir de Junio de 2014 el porcentaje de penetración del internet en la población que compone el área centroamericana era del 44%. En Guatemala se estima que el número de usuarios web es de 2, 885,475.

Estos datos revelan el amplio uso que se le da a esta tecnología, su tendencia a crecer, y es fácil observar el impacto social que ha tenido en todo el mundo. Su uso generalizado y cotidiano los vuelve propensos a abusar de estas tecnologías o desarrollar ciertas dependencias y adicciones psicológicas. El uso adictivo de Internet es un fenómeno moderno que muchos profesionales desconocen, y por tanto, no poseen herramientas ni conocimientos para tratarlo.

El trastorno de adicción al Internet no fue incluido en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-V, sin embargo hubo mucha controversia al respecto, tanto que incluyeron en los apéndices como un desorden que necesita ser estudiado.

En Guatemala, este fenómeno ha sido poco estudiado. Evidencia de esto es la práctica ausencia de estudios relacionados con internet y enfocados en el uso abusivo de estas tecnologías, cuyo uso es cada vez más frecuente en el país. Es un fenómeno del que casi no hay datos o estudios que reflejen el uso que se le está dando a la web.

Según la Superintendencia de Telecomunicaciones (SIT), durante el primer trimestre del año 2014, la telefonía móvil en el país contaba con 21 millones de usuarios. Considerando esto y la proliferación en el país de los teléfonos inteligentes que ahora tienen aplicaciones para acceder a Facebook y otras redes, no es de extrañar que haya personas que desarrollen dependencia. Considerando la ausencia de programas nacionales para el tratamiento de estas nuevas formas de adicción, se pretende con el presente estudio, investigar cómo están los niveles de adicción al internet en estudiantes de la carrera de ingeniería en sistemas de la Universidad Rafael Landívar, jornada vespertina. Estos datos son de valiosa importancia puesto que servirán de apoyo y evidencia para futuros estudios que se realicen. Además de esto, la creación de un programa de tratamiento de este tipo de adicciones, servirá como base para personalizar el tratamiento según sean las necesidades de la población.

De todo lo anteriormente expuesto, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los niveles de adicción al internet entre los estudiantes de tres carreras de Licenciatura en Ingeniería de una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala?

2.1 Objetivos

2.11 Objetivo General

- Identificar los niveles de adicción al internet entre los estudiantes de tres carreras de Licenciatura en Ingeniería, en una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala.

2.12 Objetivos Específicos

- Determinar el tiempo promedio que los estudiantes le dedican al uso de dispositivos tecnológicos para acceder al internet.
- Determinar si el uso excesivo de internet afecta la productividad en el aspecto laboral o académico.

- Determinar si el uso excesivo de internet afecta la vida social.
- Determinar si el uso de internet afecta la rutina diaria.
- Determinar si el uso excesivo de internet afecta en los patrones de sueño en los estudiantes.
- Determinar si el uso excesivo de internet produce o exacerba sentimientos ansiedad y depresión.
- Determinar si sufren síntomas de privación, al verse imposibilitados de usar estas tecnologías, y cuáles son estos.
- Determinar si hay diferencias entre las preferencias y niveles de adicción tecnológica, según el género.
- Aportar datos estadísticos que reflejen los niveles de uso y/o abuso (adicción) a los dispositivos tecnológicos internet para posteriores estudios o programas.

2.2. Variables de estudio

2.2.1 Adicción al internet

2.3 Definición Conceptual:

2.3.1 Adicción al internet:

Según Shaw y Black (2008) la adicción a Internet se caracteriza por preocupaciones excesivas mal controladas, o conductas relacionadas con el uso del ordenador y acceso a Internet que conducen a un deterioro o malestar. Se ha asociado con la depresión e indicadores de aislamiento social. Su comorbilidad psiquiátrica es común, particularmente con trastornos del

estado de ánimo, ansiedad, control de los impulsos y por uso de sustancias. La etiología es desconocida, pero se cree que involucra factores neurobiológicos, psicológicos y culturales.

En cuanto al tiempo de conexión a Internet, autores como Anderson (2001) consideraran como plenamente normales aquellas cifras comprendidas entre las 7 y las 14 horas semanales, valores que según otros autores pueden ampliarse hasta las 20 horas.

2.3.2 Definición Operacional:

Para fines de este estudio, será el uso desmedido del internet que hacen los estudiantes de las carreras de Licenciatura en Ingeniería en sistemas, Ingeniería mecánica industrial e ingeniería mecánica, cuyos indicadores serán:

- **Productividad:**

En términos generales se define productividad como la relación existente entre la cantidad de productos que se obtienen en un sistema productivo y los recursos usados en la producción. Si el tiempo necesario para obtener los resultados es menor, se considera que el sistema es productivo ya que indica que se realiza el trabajo de manera eficiente.

En este estudio, la productividad se entiende como la eficiencia con la que la persona realiza las labores cotidianas.

- **Relaciones sociales:**

Las relaciones sociales hacen referencia a la correspondencia o conexión que se establece entre las personas y por tanto pueden ser definidas como aquellas interacciones sociales, entre dos o más personas, que se encuentran reguladas por normas sociales y la conducta. En jerarquía sociológica, las relaciones sociales están más avanzadas que el comportamiento, acto social, comportamiento social, contacto social e interacción social. Las relaciones sociales forman la base de conceptos como organización social, estructura social, movimiento social y sistema social

En este estudio se entienden las relaciones sociales como la interacción sana y personal que realiza un sujeto con otro sujeto o grupo de sujetos.

- **Rutina diaria:**

La rutina diaria es un concepto que engloba todos aquellos comportamientos que a fuerza de repetición se convierten en costumbres o hábitos que se realizan de manera prácticamente

automática, sin necesidad de razonamiento. Entre este tipo de conductas se tienen las tareas cotidianas como levantarse en la mañana, asearse, cumplir con las obligaciones de estudio y/o trabajo y la de la alimentación entre otras. Esta es la definición que se utilizará en este estudio.

- **Patrones de sueño:**

Es la descripción de la capacidad de una persona para dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas del día. En este estudio, los patrones de sueño, como variable de estudio, constituyen el indicador que refleja si el sujeto está satisfaciendo sus necesidades básicas de sueño. Según la fundación nacional del sueño de Estados Unidos, un adulto debe dormir entre 7 y 9 horas al día, pero no menos de 6 ni más de 10 u 11.

- **Depresión:**

La depresión es un estado de ánimo que afecta los pensamientos, comportamientos, sentimientos de una persona y sobre todo su sentido de bienestar. Las personas con estado de ánimo deprimido pueden sentir tristeza, ansiedad, vacío, desesperanza, impotencia, culpabilidad u irritabilidad. Pueden perder interés en actividades que antes eran placenteras, pérdida de apetito o comer en exceso, tienen problemas para concentrarse, recordar detalles o la toma de decisiones, y pueden contemplar, intentar o cometer suicidio. El insomnio, exceso de sueño, fatiga, dolores, dolores, problemas digestivos o de valor energético reducido también pueden estar presentes.

2.4 Alcances y límites:

El propósito fundamental de esta investigación, fue el de obtener información general acerca de los niveles de adicción al internet entre jóvenes estudiantes universitarios. El estudio se ha limitado a los estudiantes de tres carreras en particular de una Universidad privada, por lo que los datos no pretenden reflejar la situación de todos los universitarios de las diferentes universidades del país. Sin embargo, los resultados obtenidos constituyen un banco de datos que provee información valiosa y necesaria para posteriores estudios. Se reitera que el presente estudio no es representativo ni del país ni de la universidad, sino que se limita a los estudiantes de las carreras antes mencionadas de la facultad de Ingeniería.

2.5 Aporte

Toda investigación científica constituye un estímulo necesario e indispensable para la actividad intelectual, y proporciona las bases para acercarse a comprender y conocer la realidad.

El objetivo de la investigación de la realidad, es el de proveer información pertinente que contribuya a la solución de los problemas sean estos de carácter nacional, académico o individual.

En el caso de las adicciones, tan poco estudiadas y rodeadas de prejuicios, este estudio pretende aportar información relevante para encarar una realidad acuciante que requiere el esfuerzo y atención de las familias y las autoridades educativas particularmente.

Entre las tareas fundamentales de la Universidad está no solo la formación de profesionales sino la investigación de la realidad social y la divulgación de los resultados de estas investigaciones.

Alentar la búsqueda de datos confiables y actualizados acerca de la problemática nacional, es una tarea obligada de las universidades, brindándoles la oportunidad de contribuir a afrontar la solución de los mismos.

La indagación seria y responsable acerca del problema de las adicciones, ofrece a los jóvenes estudiantes de la Universidad, parámetros que les permitan conocer los riesgos de un estilo de vida moderno que los hace altamente dependientes de las tecnologías de la información.

Esta investigación permitió conocer, además, si los jóvenes estudiantes de tres carreras de ingeniería de una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala, tienen adicción al internet y la cantidad de tiempo que dedican diariamente a permanecer conectados a la red. Es un estudio novedoso que arrojó datos valiosos de las posibles adicciones que existen en el país. La información obtenida de esta investigación puede utilizarse como base para la creación de programas de prevención.

III. MÉTODO

3.1 Sujetos

La investigación comprendió a jóvenes que cursan las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica. Se decidió elegir estas carreras ya que los jóvenes que las cursan, se interesan en el trabajo con máquinas y computadoras, y están en mayor riesgo de desarrollar adicción y dependencia de estas tecnologías. El muestreo de la población se realizó al azar. Se decidió hacer un muestreo de esta naturaleza, para evitar sesgos en la elección.

Se debe aclarar que la muestra no es representativa de todos los estudiantes de la universidad sino sólo de las siguientes tres carreras, Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica.

La forma en que se eligió a los participantes fue al azar. Se les pidió a los participantes que ingresaran al link que les fue provisto y contestaran la encuesta.

Con un margen de error del 5% y un nivel de confianza del 95% la muestra de estudiantes se fijó con base en los datos que se obtuvieron del total de estudiantes inscritos en las carreras.

Actualmente hay aproximadamente 131 estudiantes de cuarto y quinto año inscritos en las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica. Por lo tanto, el mínimo de estudiantes para conformar la muestra con un margen de error del 5% y un nivel de confianza del 95% fue de 98 estudiantes.

Características de los sujetos:

Género

Opción	Cuenta	Porcentaje
Masculino (M)	75	78.12%
Femenino (F)	21	21.88%

Edad

Cálculo	Resultado
Promedio de edad	25 años
Edad Mínima	23 años
Edad Máxima	30 años

Trabajo

Opción	Cuenta	Porcentaje
Sí	75	78.12%
No	21	21.88%

Para definir el número de sujetos necesarios para conformar la muestra, se utilizaron las siguientes formulas:

$$n = \frac{N X}{X + N - 1}$$
$$X = \frac{Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 (p(1 - p))}{MDE^2}$$

En donde $Z_{\frac{\alpha}{2}}$ Es el valor crítico de la distribución normal en $\alpha/2$. Nivel de confianza es 95 % y $\alpha = 0.05$. El valor crítico es 1.64. MDE es margen de error 0.05, p es la proporción de la muestra 0.5 y N es el tamaño de la muestra

131

3.2 Instrumento

El instrumento que se utilizó es el test de Adicción a Internet de Young.

El Test de Adicción a Internet (IAT) de Kimberly Young fue el primer instrumento creado específicamente para evaluar la adicción a Internet. Específicamente, el test determina la adicción a internet, midiendo si el uso excesivo de internet afecta la productividad en el aspecto laboral, si afecta en el plano social, en la rutina diaria y si también afecta los patrones de sueño y si produce o exagera sentimientos ansiedad o depresión.

Varios estudios corroboran que el IAT es una medida fiable que cubre las principales características del uso patológico de la red. El test mide el grado en que el uso del Internet afecta la rutina diaria, la vida social, la productividad, el sueño, y los sentimientos que les producen a los pacientes. La puntuación mínima es de 20 y el máximo es de 100; a mayor puntuación, mayor es el problema adictivo con el Internet.

Young sugiere que una puntuación entre 20 y 39 puntos refleja a un usuario promedio del internet, que tiene control completo sobre el tiempo de uso que le da.

Una puntuación entre 40 y 69 refleja que el usuario tiene problemas frecuentes por el uso de internet y, una puntuación entre 70 y 100 significa que existe una adicción al internet y que está causando problemas significativos.

Cabe mencionar que el IAT no fue validado durante su creación, pero gracias a estudios posteriores, su validez ha sido probada en diferentes partes del mundo, por lo que es la primera medida psicométrica global.

Para complementar la información que se obtuvo de la aplicación del instrumento, se realizó un cuestionario breve que recopiló los datos generales de los entrevistados, los cuales sirvieron como referencia en el análisis de los resultados.

Los datos que se reunieron fueron los siguientes:

- Iniciales del nombre
- Género
- Edad
- Preferencia de dispositivo al que accede al internet.
- Tiempo promedio que piensa estar en línea.
- Preferencias de páginas que visita.

- Sentimientos que presentan si por alguna razón no pueden acceder al internet.

El cuestionario fue alojado y almacenado en una página web personal y se administró en línea. Los sujetos se tardaron en contestarlo un promedio de 06 minutos con 5 segundos con una mediana de 4 minutos y 2 segundos.

3.3 Procedimiento

- Se evaluaron diferentes temas a estudiar.
- Se escogió el tema de investigación.
- Se presentó el anteproyecto a las autoridades de la Facultad de Humanidades.
- Se obtuvo autorización de las autoridades de la facultad y carrera para realizar el estudio
- Se solicitó por medio de una carta, a la Facultad de Ingeniería de la universidad, el permiso para administrar el test a una muestra determinada de estudiantes.
- Se publicó en línea, el cuestionario. Fue alojado en una página personal y, se utilizó la plataforma LimeSurvey para administrar el cuestionario y almacenar los datos obtenidos.
- Se procedió a asistir a las aulas de los jóvenes para solicitarles que llenaran el cuestionario en línea.
- También se imprimió el cuestionario para administrarlo de forma manual, y se abordó a jóvenes de la carrera durante el receso y antes de la hora de clases.
- Se obtuvo la colaboración tanto de los catedráticos como de los estudiantes para pasar el cuestionario.
- Se procesaron y analizaron los datos obtenidos utilizando Excel 2010 y 2013.
- Se realizaron tablas dinámicas para analizar los datos.
- Se presentaron los resultados.
- Se interpretaron y discutieron los resultados
- Se elaboraron las conclusiones y recomendaciones.
- Se integró el informe final de investigación.

3.4 Tipo de Investigación y metodología estadística

Sobre la base de lo establecido por Hernández, Fernández y Baptista (2010), el presente estudio tuvo un enfoque cuantitativo, no experimental transeccional tipo descriptivo. En la investigación se realizó una recolección científica de datos para establecer una medición numérica y estadística, de la cual se puedan extrapolar, datos e información.

El uso de medidas de tendencia central y las medidas de variabilidad o dispersión, sirvieron como base para la metodología estadística que se utilizaron para el análisis de los resultados. Siendo estas la media aritmética, mediana y moda, mientras que las medidas de variabilidad incluyen la desviación estándar (o varianza). Para el análisis estadístico se utilizó el programa de Microsoft Office Excel 2013, específicamente las funciones de conteo, tablas dinámicas y herramientas de elaboración de gráficas.

IV. PRESENTACION DE RESULTADOS

El presente estudio tuvo como objetivo identificar y establecer el nivel de adicción, preferencias de uso y tiempo promedio que emplean en internet los jóvenes estudiantes de las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica de la Universidad Rafael Landívar. Para cumplir dicho objetivo se utilizó el instrumento, Internet Addiction Test (IAT) de Dr. Kimberly Young. Se complementó el cuestionario con un una serie de preguntas básicas y de preferencias de uso. Se aplicó esta encuesta a 96 sujetos, (21 mujeres y 75 hombres). El cuestionario está dividido en tres secciones, una de datos generales, otra del Internet Addiction test, y una sección en la cual se hicieron 5 preguntas de selección múltiple sobre las preferencias de uso. De acuerdo con los indicadores que se pretendieron medir a continuación se presentan las tablas y gráficas respectivas:

I. Internet Addiction Test

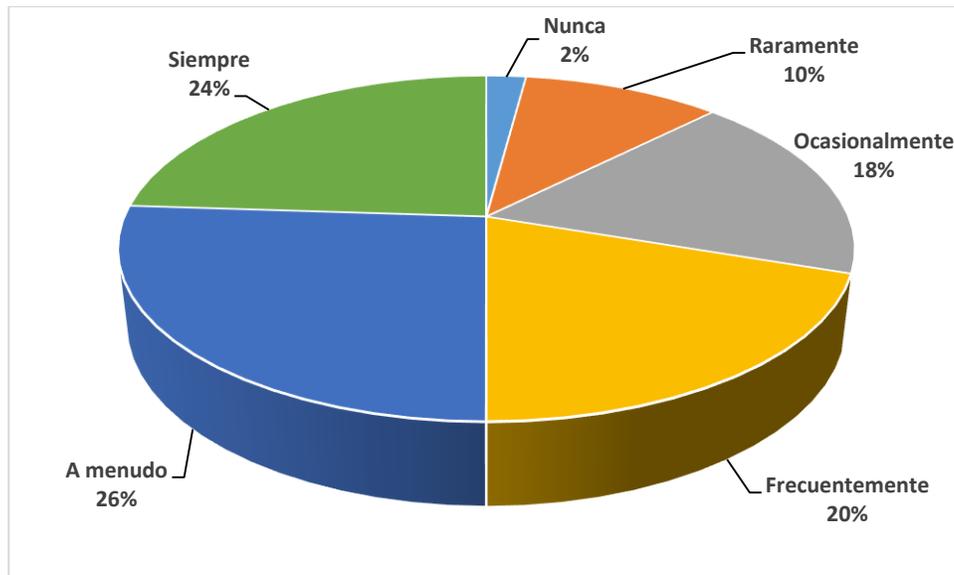
Pregunta No.1

¿Con qué frecuencia se encuentra con que lleva más tiempo navegando del que pretendía estar?

Tabla No.4

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	2	2.08%
Raramente	10	10.42%
Ocasionalmente	17	17.71%
Frecuentemente	19	19.79%
A menudo	25	26.04%
Siempre	23	23.96%

Gráfico No.3



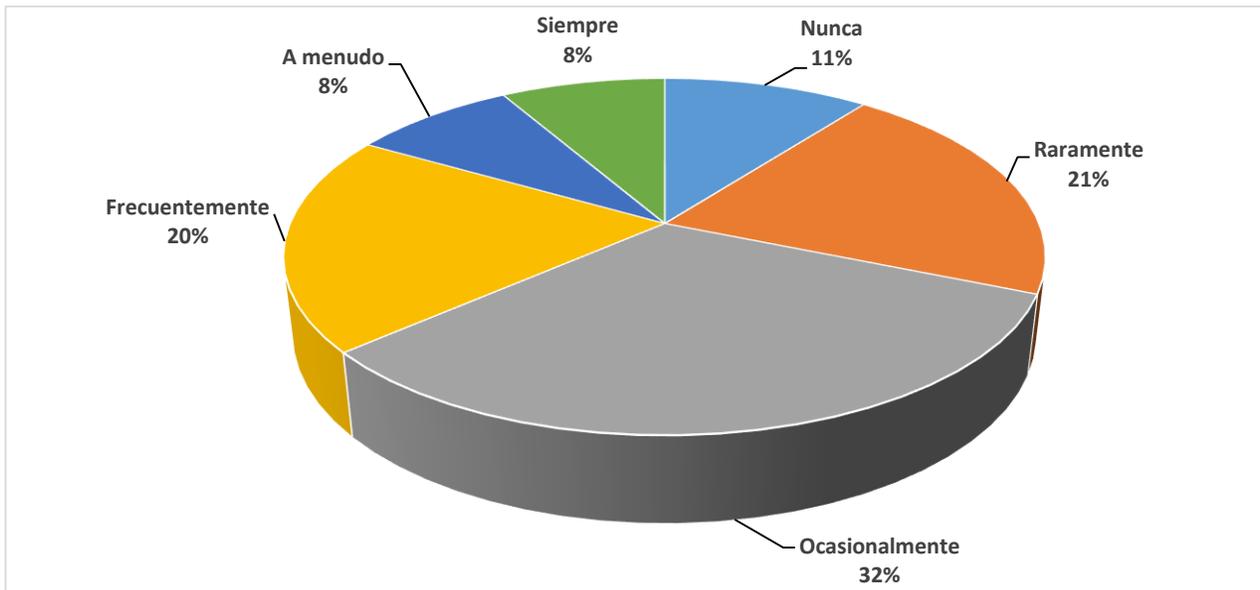
Pregunta No.2

¿Desatiende las labores de su hogar por pasar más tiempo frente a la computadora navegando?

Tabla No.5

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	10	10.42%
Raramente	20	20.83%
Ocasionalmente	31	32.29%
Frecuentemente	19	19.79%
A menudo	8	8.33%
Siempre	8	8.33%

Gráfico No.4



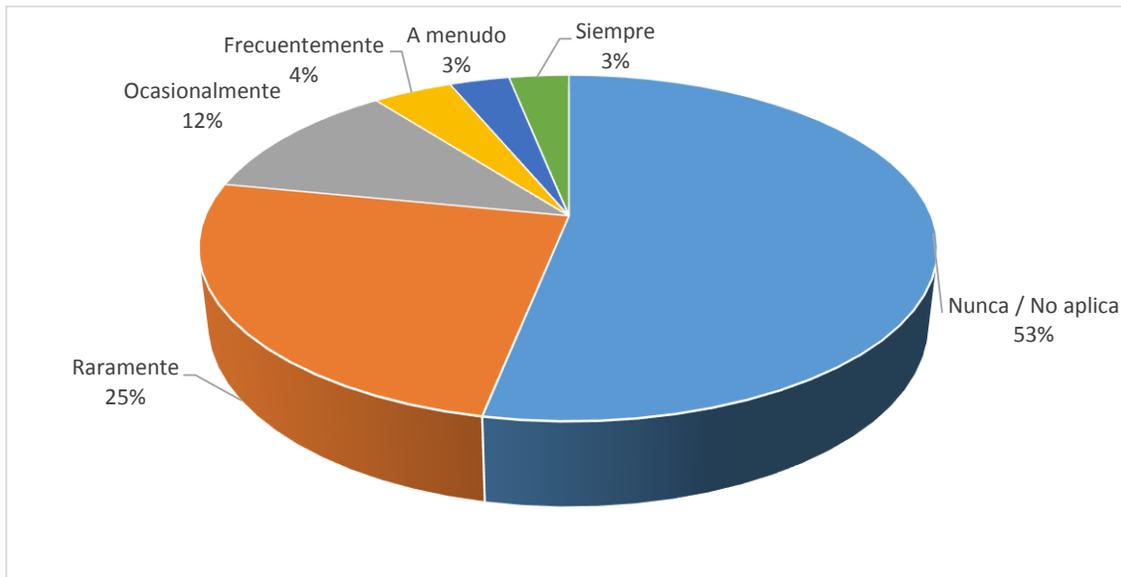
Pregunta No. 3

¿Prefiere excitarse con fotos o videos a través de Internet en lugar de intimar con su pareja?

Tabla No.6

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	51	53.12%
Raramente	24	25.00%
Ocasionalmente	11	11.46%
Frecuentemente	4	4.17%
A menudo	3	3.12%
Siempre	3	3.12%

Gráfico No.5



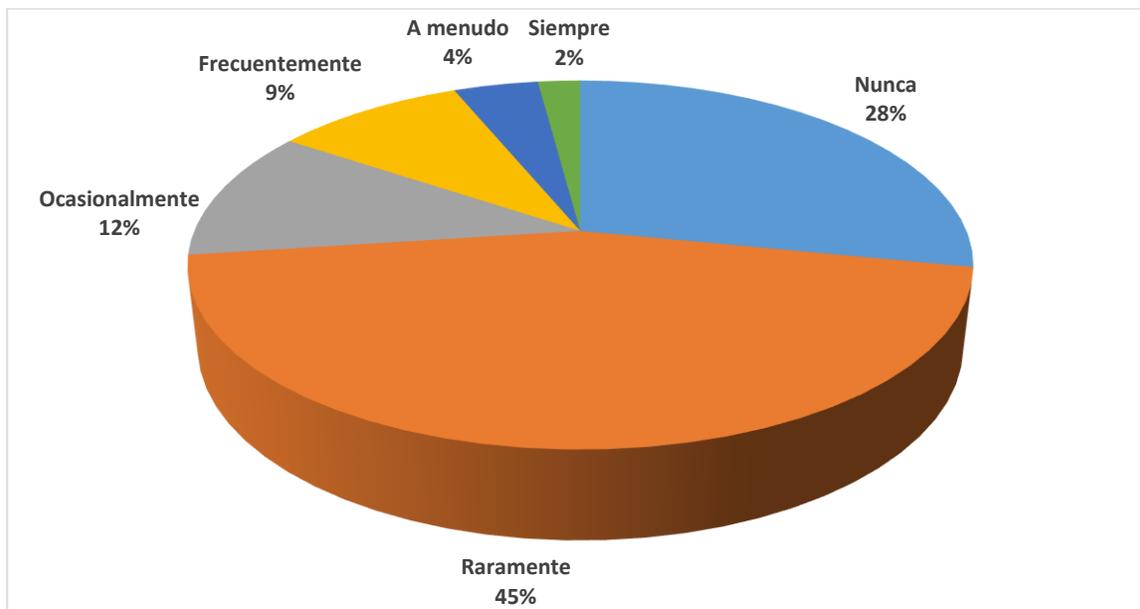
Pregunta No. 4

¿Con qué frecuencia establece relaciones amistosas con gente que sólo conoce a través de Internet?

Tabla No.7

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	27	28.12%
Raramente	43	44.79%
Ocasionalmente	11	11.46%
Frecuentemente	9	9.38%
A menudo	4	4.17%
Siempre	2	2.08%

Gráfico No. 6



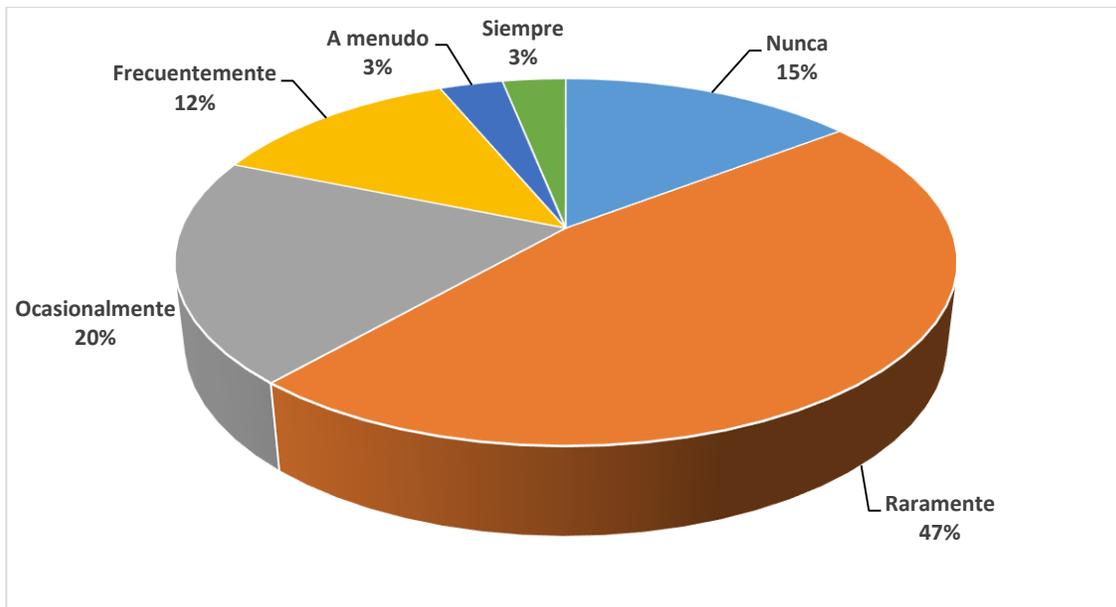
Pregunta No. 5

¿Con qué frecuencia personas de su entorno le recriminan que pasa demasiado tiempo conectado a Internet?

Tabla No.8

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	14	14.58%
Raramente	45	46.88%
Ocasionalmente	19	19.79%
Frecuentemente	12	12.50%
A menudo	3	3.12%
Siempre	3	3.12%

Gráfico No.7



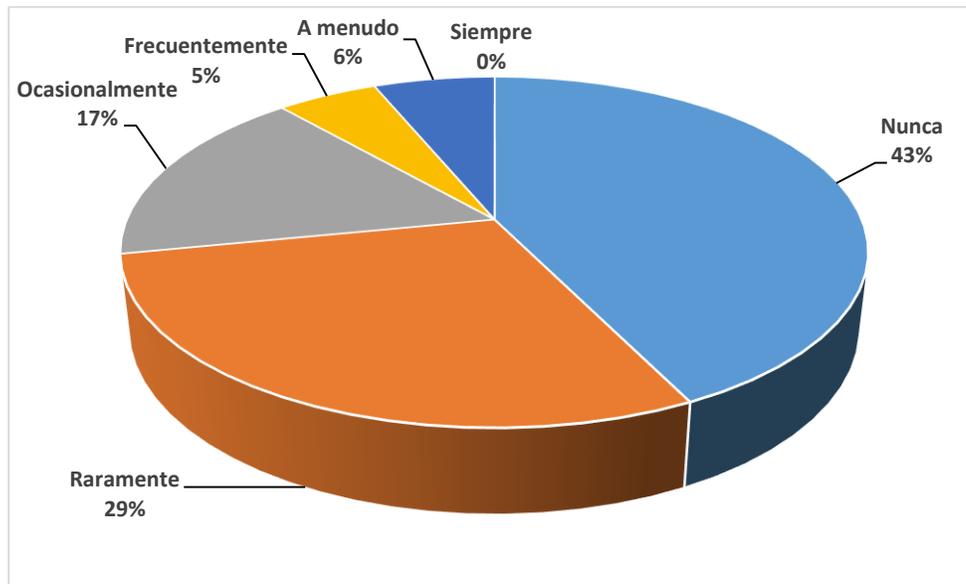
Pregunta No. 6

¿Su actividad académica (universidad) se ve perjudicada porque dedica demasiado tiempo a navegar?

Tabla No.9

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	41	42.71%
Raramente	28	29.17%
Ocasionalmente	16	16.67%
Frecuentemente	5	5.21%
A menudo	6	6.25%
Siempre	0	0.00%

Gráfico No.10



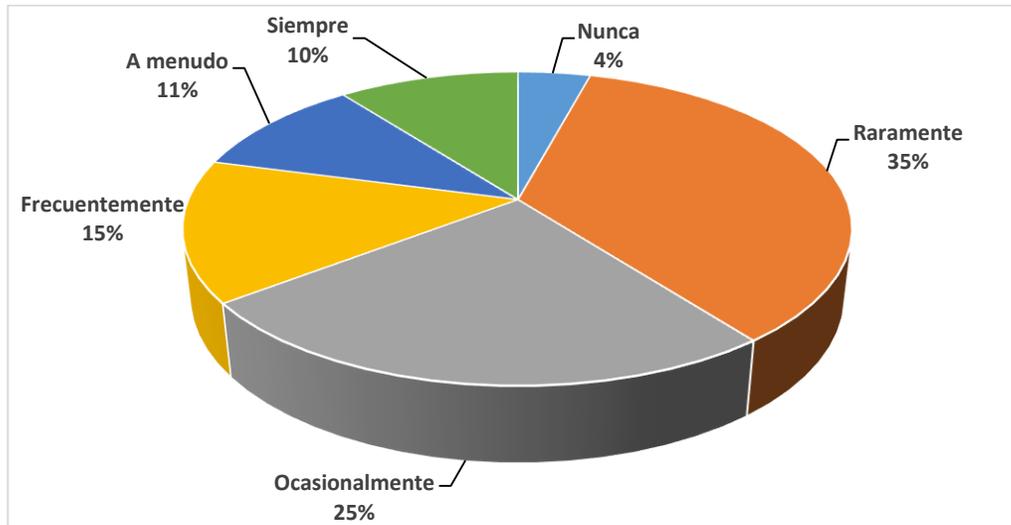
Pregunta No. 7

¿Con qué frecuencia chequea el correo electrónico antes de realizar otras tareas prioritarias?

Tabla No.10

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	4	4.17%
Raramente	34	35.42%
Ocasionamente	24	25.00%
Frecuentemente	14	14.58%
A menudo	10	10.42%
Siempre	10	10.42%

Gráfico No. 09



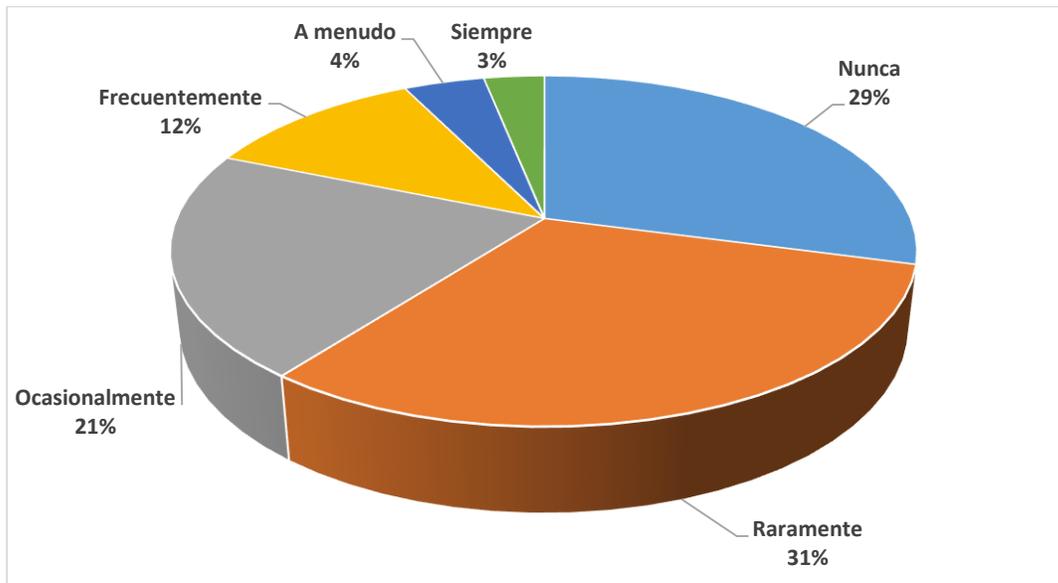
Pregunta No. 8

¿Su productividad en el trabajo se ve perjudicada por el uso de Internet?

Tabla No.11

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	28	29.17%
Raramente	30	31.25%
Ocasionamente	20	20.83%
Frecuentemente	11	11.46%
A menudo	4	4.17%
Siempre	3	3.12%

Gráfico No. 10



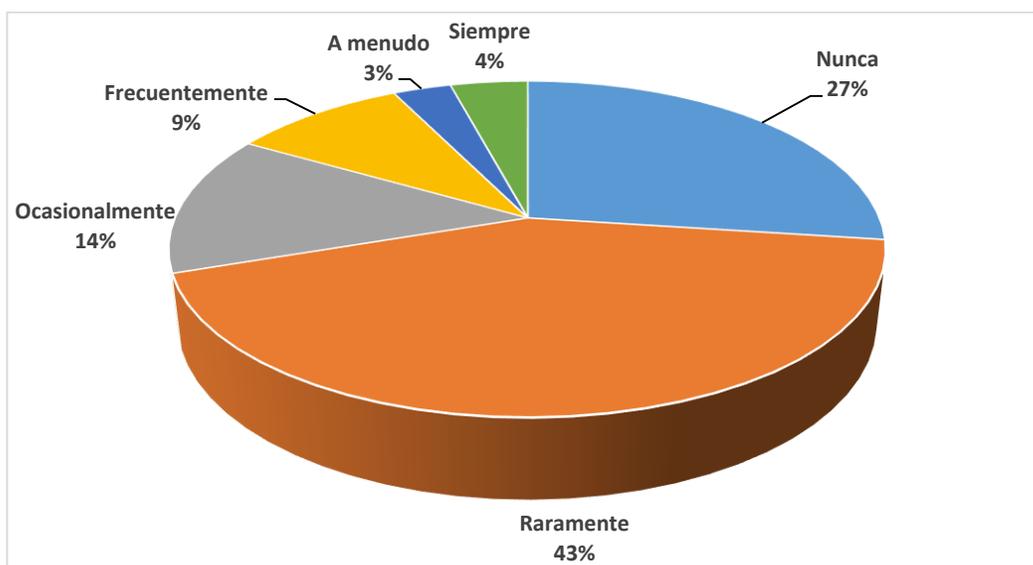
Pregunta No.9

¿Se vuelve precavido o reservado cuando alguien le pregunta en qué dedica el tiempo que pasa navegando?

Tabla No.12

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	26	27.08%
Raramente	41	42.71%
Ocasionamente	13	13.54%
Frecuentemente	9	9.38%
A menudo	3	3.12%
Siempre	4	4.17%

Gráfico No.11



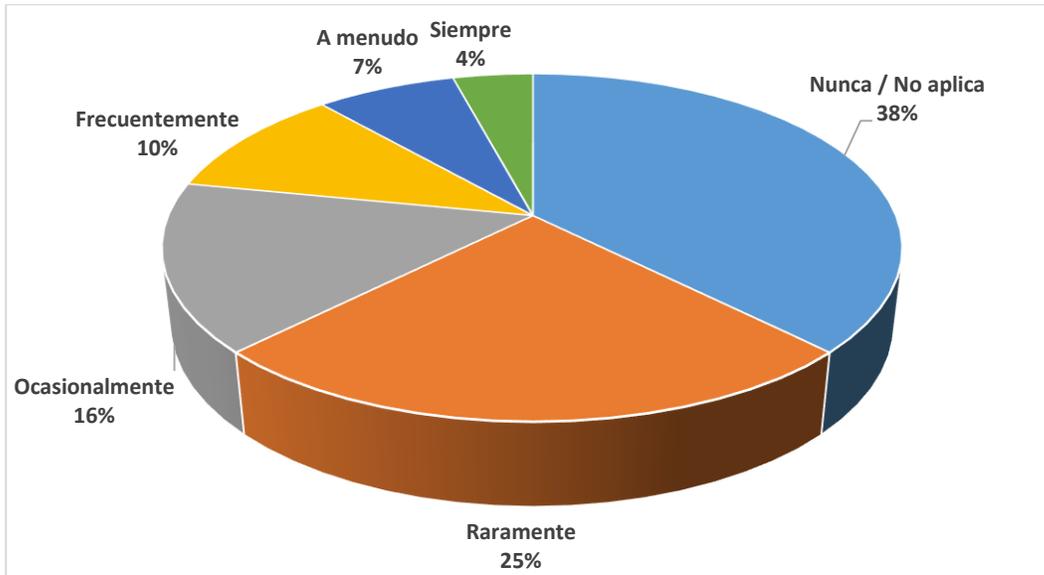
Pregunta No.10

¿Evade sus problemas de la vida real pasando un rato conectado a Internet?

Tabla No.13

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	36	37.50%
Raramente	24	25.00%
Ocasionalmente	15	15.62%
Frecuentemente	10	10.42%
A menudo	7	7.29%
Siempre	4	4.17%

Gráfico No. 12



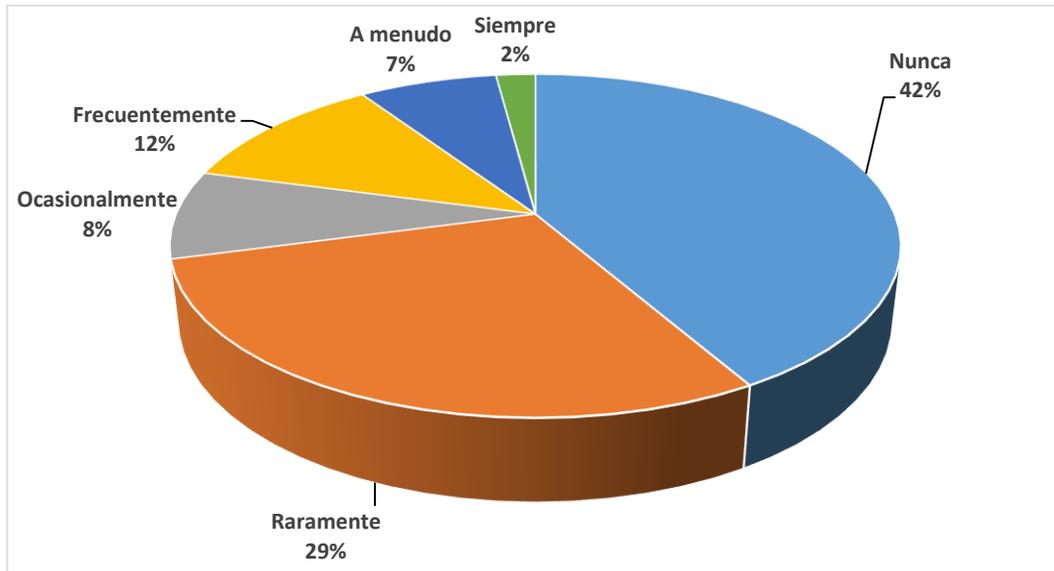
Pregunta No.11

¿Se encuentra alguna vez pensando en lo que va a hacer la próxima vez que se conecte a Internet?

Tabla No.14

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	40	41.67%
Raramente	28	29.17%
Ocasionalmente	8	8.33%
Frecuentemente	11	11.46%
A menudo	7	7.29%
Siempre	2	2.08%

Gráfico No. 13



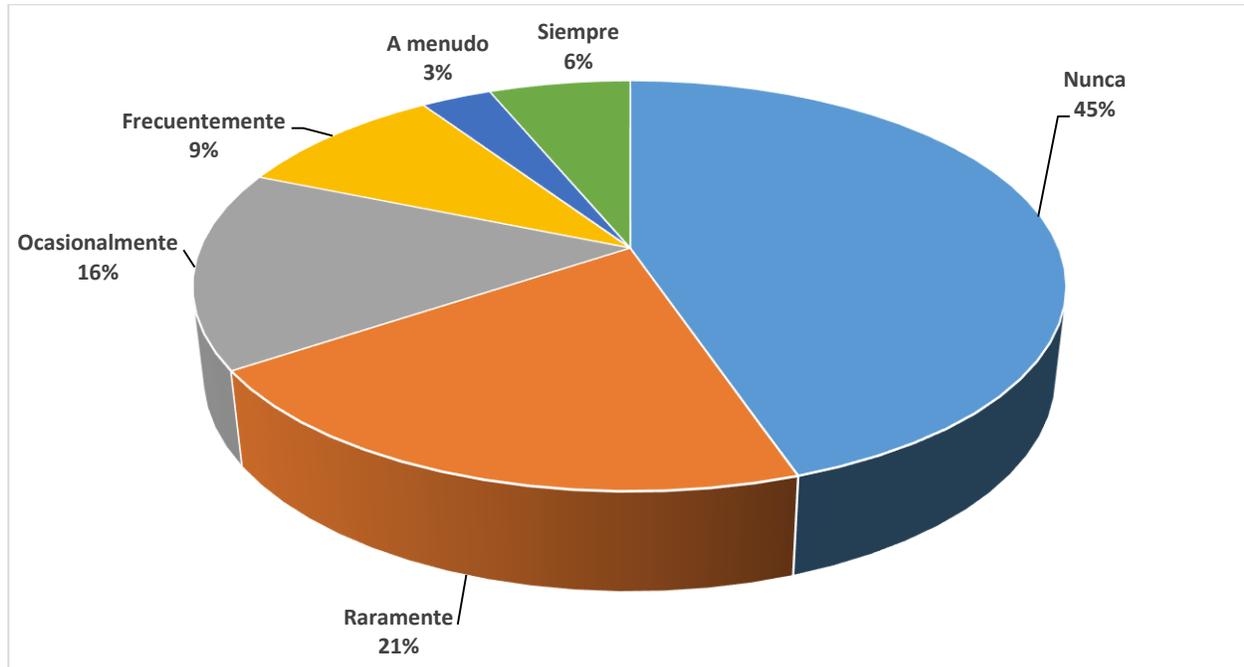
Pregunta No.12

¿Teme que su vida sin Internet sea aburrida y vacía?

Tabla No.15

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	43	44.79%
Raramente	20	20.83%
Ocasionalmente	15	15.62%
Frecuentemente	9	9.38%
A menudo	3	3.12%
Siempre	6	6.25%

Gráfico No. 14



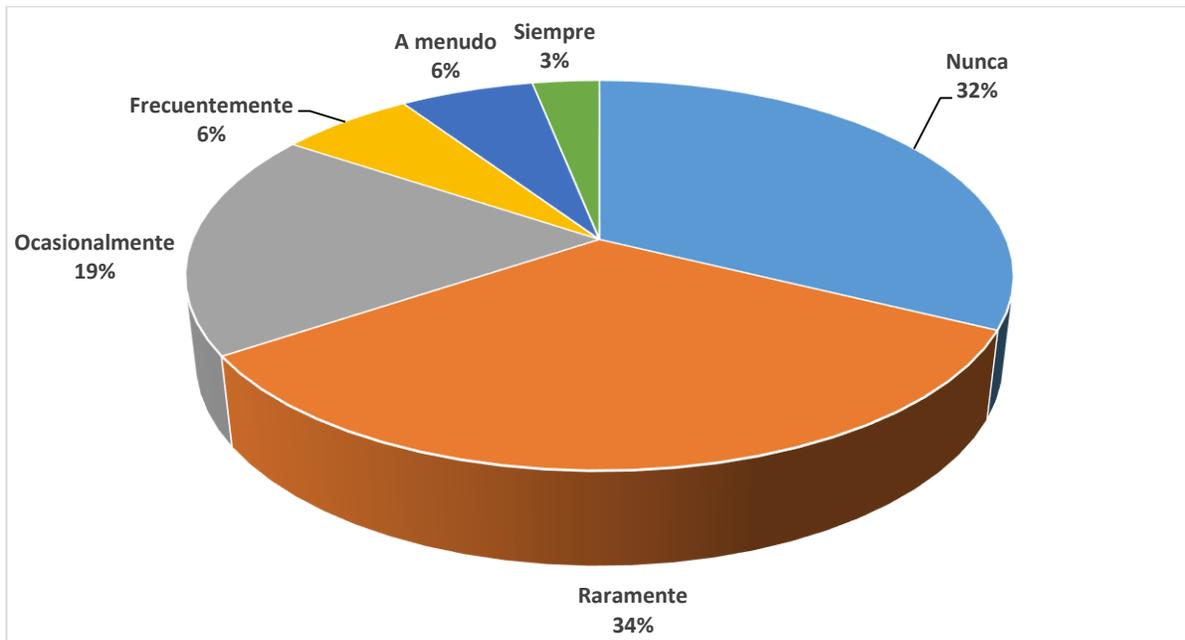
Pregunta No.13

¿Se siente molesto cuando alguien lo/a interrumpe mientras esta navegando?

Tabla No.16

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	31	32.29%
Raramente	32	33.33%
Ocasionalmente	18	18.75%
Frecuentemente	6	6.25%
A menudo	6	6.25%
Siempre	3	3.12%

Gráfico No. 15



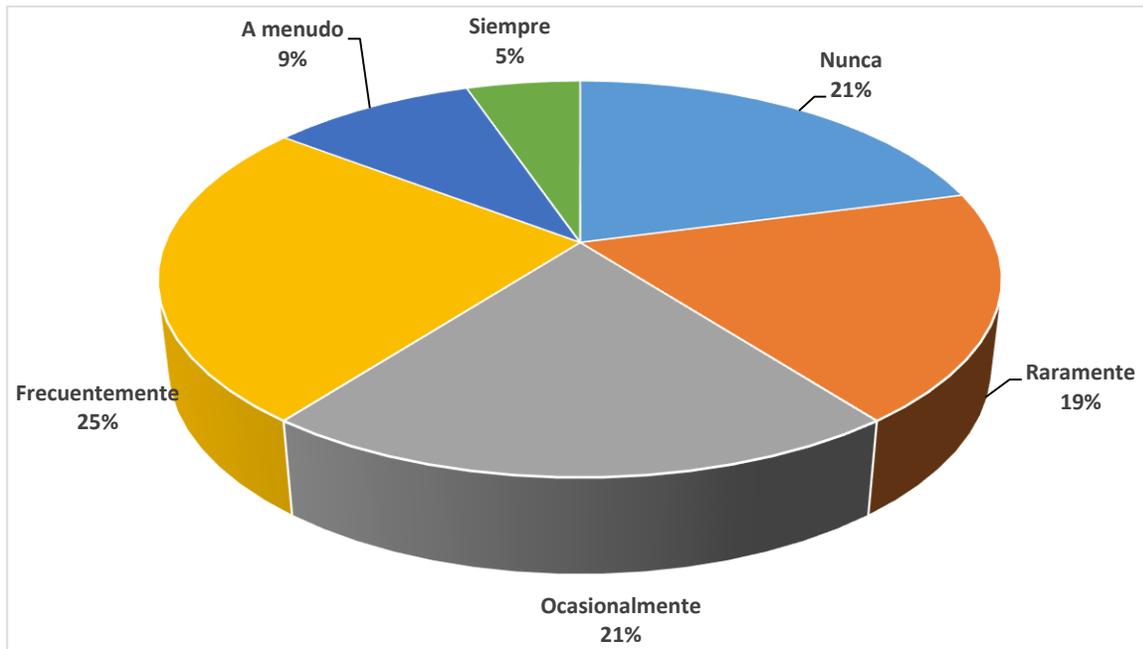
Pregunta No.14

¿Con qué frecuencia pierde horas de sueño pasándolas conectado a Internet?

Tabla No.17

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	20	20.83%
Raramente	18	18.75%
Ocasionalmente	20	20.83%
Frecuentemente	24	25.00%
A menudo	9	9.38%
Siempre	5	5.21%

Gráfico No. 16



Considerando los presentes resultados, un 60 % aproximadamente cree que ha perdido horas de sueño por el uso de internet; este dato, al contrastarlo con el gráfico No.27 da la explicación del porqué, ya que aproximadamente el 48% afirma hacer uso del internet por más de 6 horas al día.

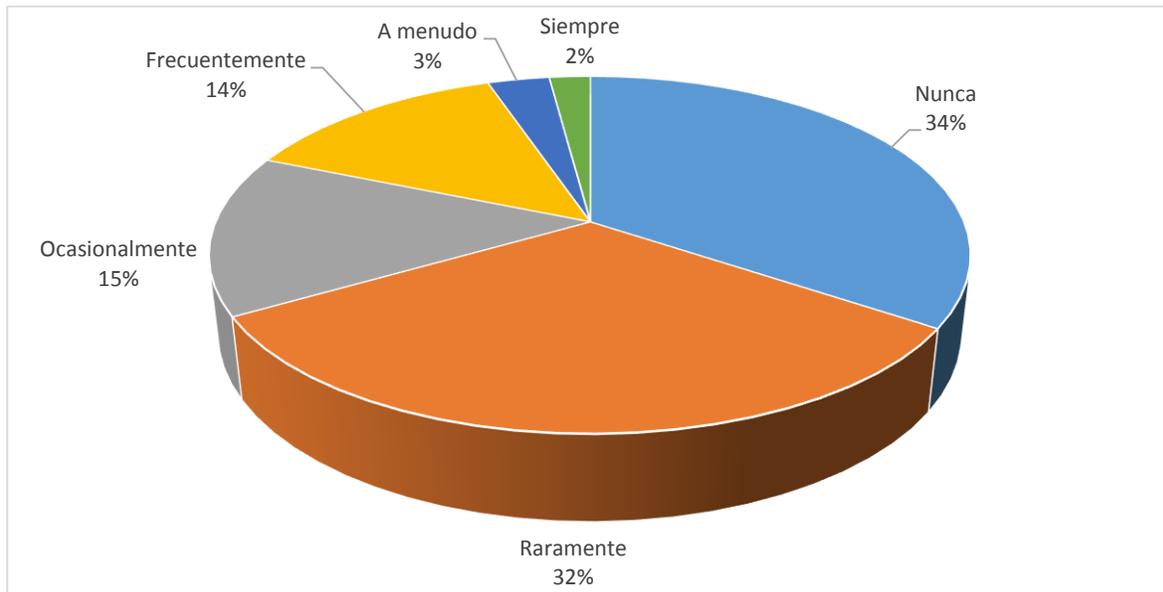
Pregunta No.15

¿Se encuentra a menudo pensando en cosas relacionadas a Internet cuando no está conectado?

Tabla No. 18

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	33	34.38%
Raramente	31	32.29%
Ocasionalmente	14	14.58%
Frecuentemente	13	13.54%
A menudo	3	3.12%
Siempre	2	2.08%

Gráfico No.17



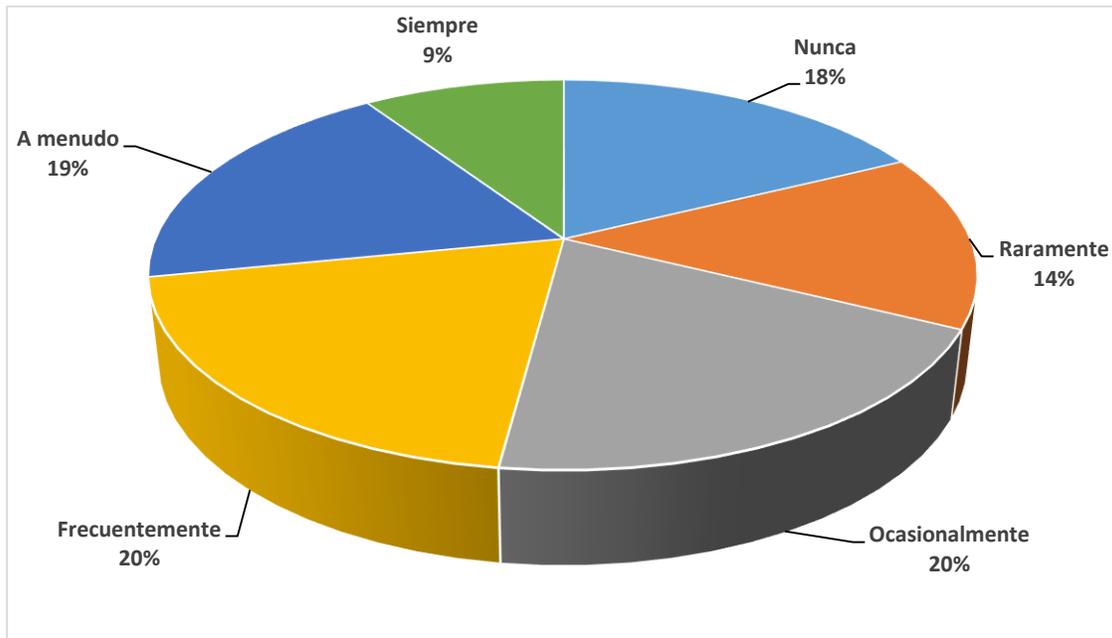
Pregunta No.16

¿Le ha pasado alguna vez eso de decir "solo unos minutitos más" antes de apagar la computadora o dispositivo móvil?

Tabla No.19

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	17	17.71%
Raramente	14	14.58%
Ocasionalmente	19	19.79%
Frecuentemente	19	19.79%
A menudo	18	18.75%
Siempre	9	9.38%

Gráfico No. 18



Es llamativo que el 67.71% afirma que ocasionalmente o a menudo, se plantean continuar "solo unos minutitos más" antes de apagar la computadora o dispositivo móvil. Esto es un indicador de que las actividades que realizan en línea les causan placer. Según la teoría, cuando un sujeto siente placer con el uso de internet, sea cual sea la actividad que realiza, normalmente lo que experimenta es la liberación de dopamina. La dificultad para suspender una tarea, es un indicador de que posiblemente haya aumentado la liberación de dopamina en el cerebro, y por lo tanto hace difícil cesar la actividad que están realizando.

Pregunta No.17

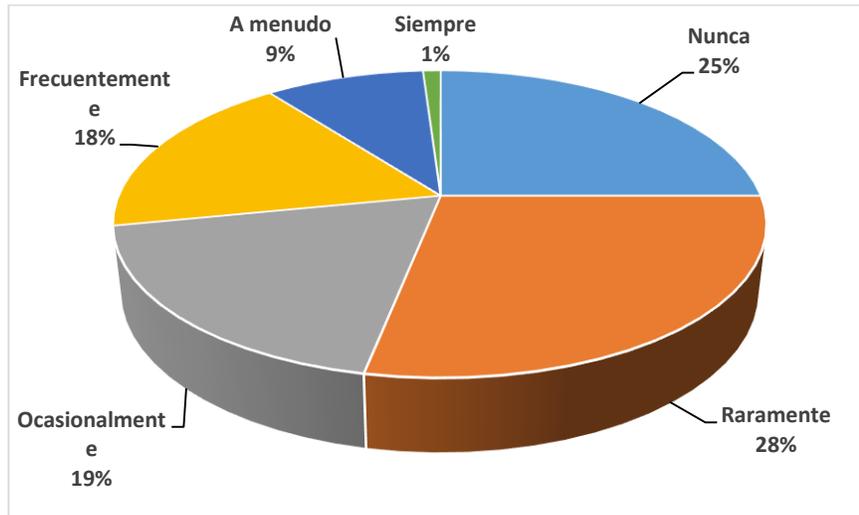
¿Ha intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo ha logrado?

Tabla No. 20

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	24	25.00%
Raramente	27	28.12%
Ocasionamente	18	18.75%
Frecuentemente	17	17.71%

A menudo	9	9.38%
Siempre	1	1.04%

Gráfico No. 19



La mayoría de los sujetos afirman no haber intentado pasar menos tiempo en línea y no lograrlo. Sin embargo como se observa en el gráfico No.19 es casi la otra mitad de la muestra la que si lo ha intentado y no lo ha logrado

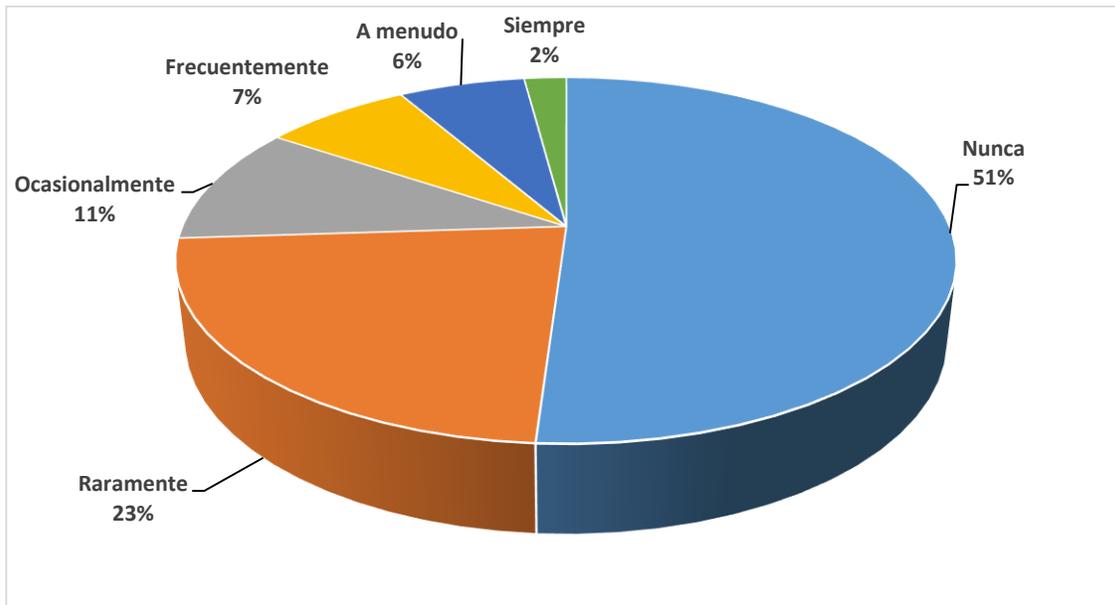
Pregunta No.18

¿Trata de ocultar cuanto tiempo pasa realmente navegando?

Tabla No.21

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	49	51.04%
Raramente	22	22.92%
Ocasionamente	10	10.42%
Frecuentemente	7	7.29%
A menudo	6	6.25%
Siempre	2	2.08%

Gráfico No. 20



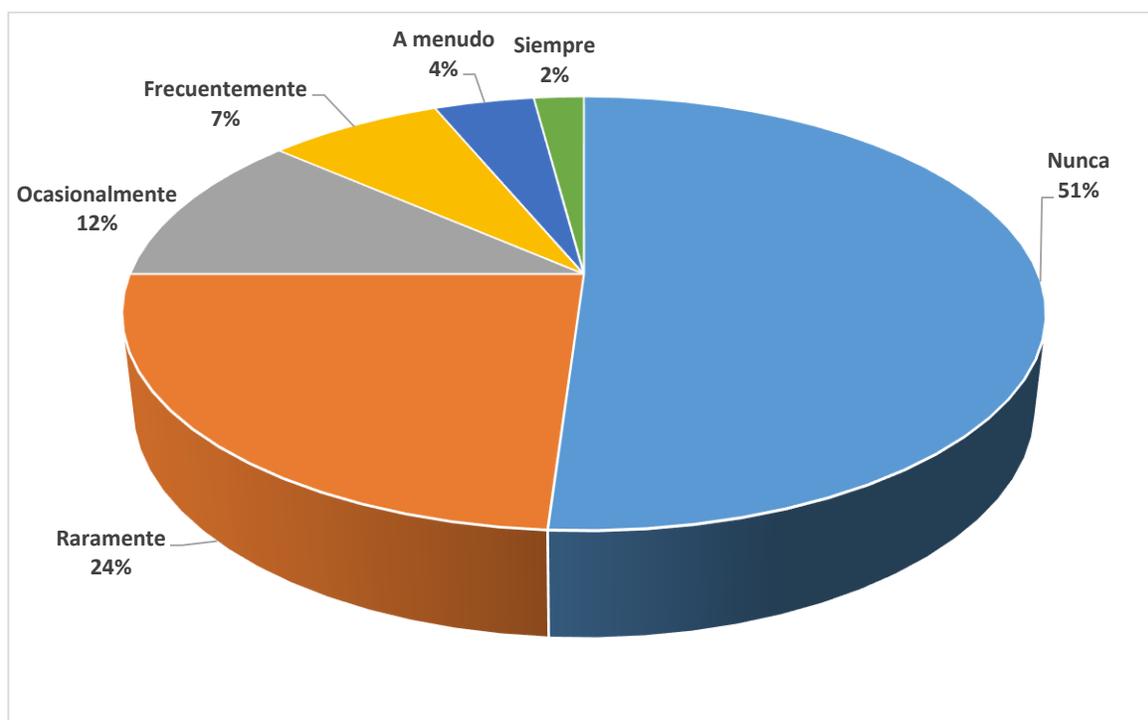
Pregunta No.19

¿Prefiere pasar más tiempo online que con sus amigos en la vida real?

Tabla No.22

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	49	51.04%
Raramente	23	23.96%
Ocasionalmente	11	11.46%
Frecuentemente	7	7.29%
A menudo	4	4.17%
Siempre	2	2.08%

Gráfico No. 21



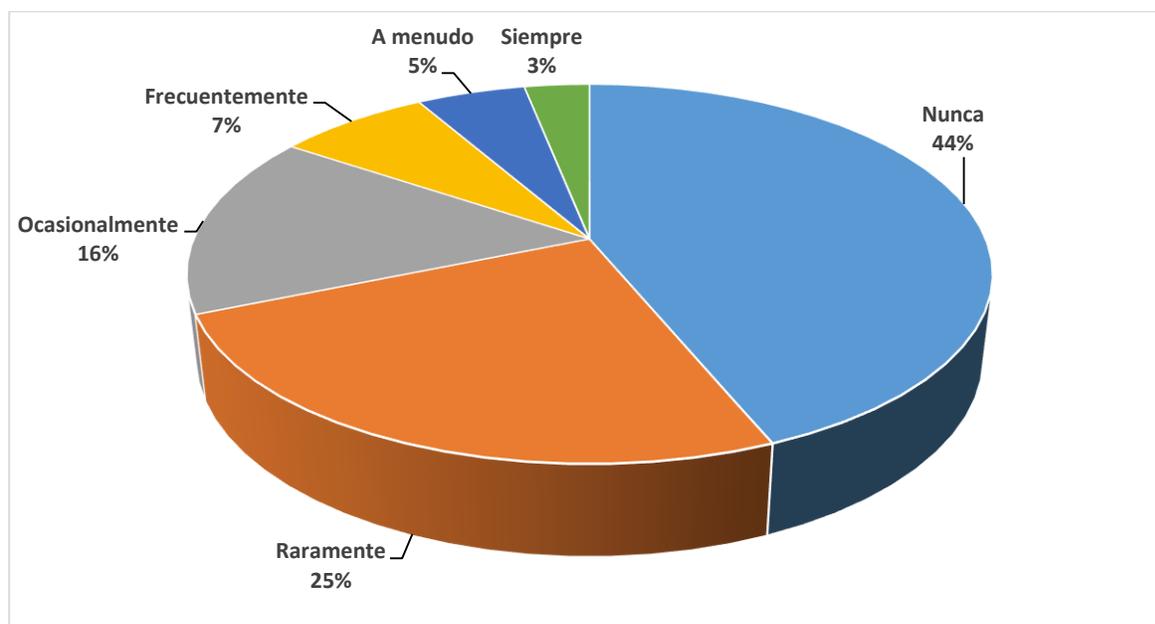
Pregunta No.20

¿Se siente ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no está conectado a Internet?

Tabla No. 23

Opción	Cuenta	Porcentaje
Nunca	42	43.75%
Raramente	24	25.00%
Ocasionalmente	15	15.62%
Frecuentemente	7	7.29%
A menudo	5	5.21%
Siempre	3	3.12%

Gráfico No. 22



Se detectó una inconsistencia en las respuestas de los sujetos ya que, al comparar esta pregunta con la tabla No.28 y el gráfico No.29 se puede observar que la mayoría responde que se sienten aburridos cuando no pueden conectarse a internet. Sin embargo, en esta pregunta la mayoría respondió no sentirse así. Esto da la impresión de que los sujetos no fueron totalmente honrados al contestar el test. En esta pregunta del test, se indaga en forma de escala, si han tenido alguno de estos síntomas, sin embargo, al cambiar la forma de preguntar, se les da un listado de síntomas, y se les pide seleccionar cuáles son los síntomas que tienen, aparentemente se identifican con más de ellos. Se tiene la impresión de que la forma en que el test hace la pregunta, uniendo ansiedad, nerviosismo, depresión y aburrimiento, hace que los sujetos de estudio asocien de forma negativa la pregunta y procuren negar estos sentimientos. En cambio, cuando se separan los síntomas, logran identificarse con uno o más.

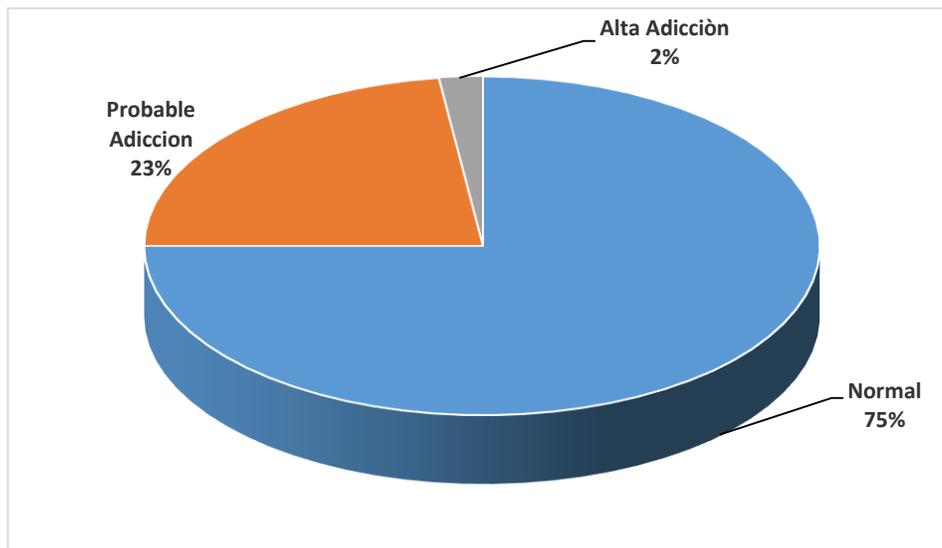
Al calificar el total de respuestas obtenidas en el Internet Addiction Test, se obtuvieron los siguientes resultados:

Calificación IAT

Tabla No.24

Nivel de adicción	Normal	Probable adicción	Alta adicción
Conteo	72	22	2
Porcentaje	75%	23%	2%

Gráfico No. 23



II. Preferencias de usuarios

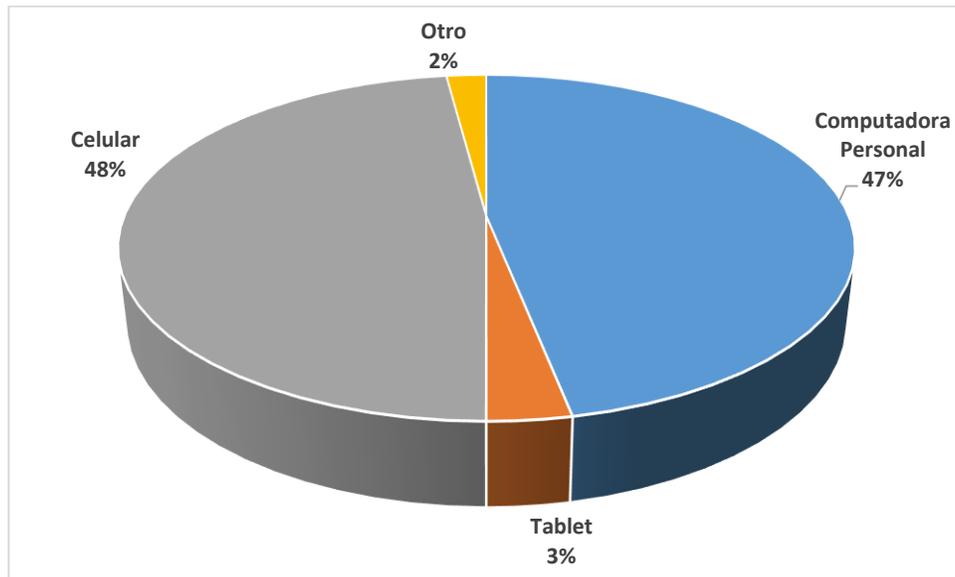
Pregunta No. 1

¿Qué dispositivo usas más para acceder a internet?

Tabla No. 25

Opción	Cuenta	Porcentaje
Computadora Personal	45	46.88%
Tablet	3	3.12%
Celular	46	47.92%
Otro	2	2.08%

Gráfico No. 24



Las dos respuestas que se obtuvieron en el rubro otros, incluyen los siguientes dispositivos: Computadora portátil, celular y computadora personal del trabajo.

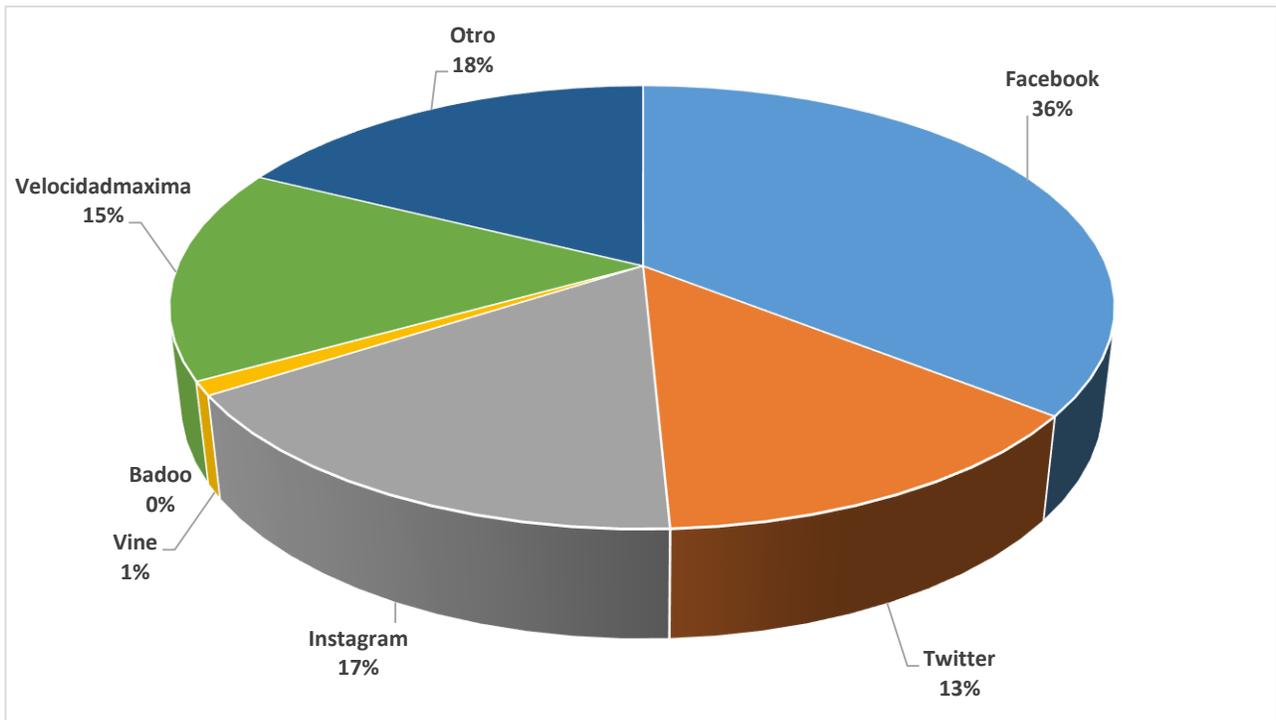
Pregunta No.2

¿Qué sitios usas más?

Tabla No.26

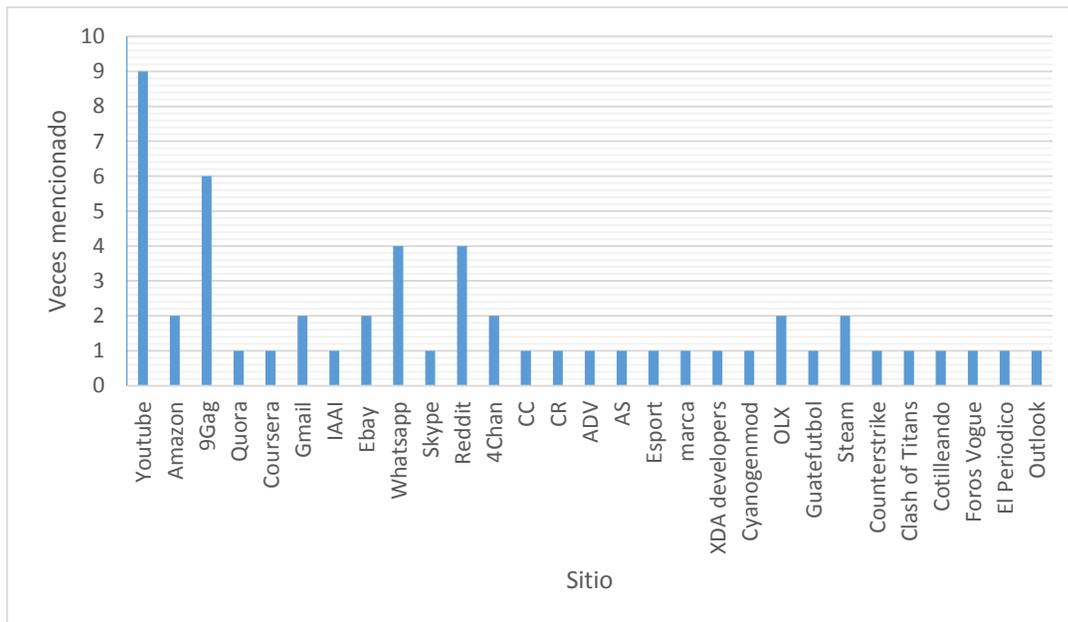
Opción	Cuenta	Porcentaje
Facebook	71	73.96%
Twitter	27	28.12%
Instagram	33	34.38%
Vine	2	2.08%
Badoo	0	0.00%
Velocidadmaxima	31	32.29%
Otro	35	36.46%

Grafico No.25



Entre los resultados obtenidos en otros están los siguientes sitios:

Gráfico No. 26



Los anteriores sitios son los más mencionados en el rubro “otros”. Entre estos, cuatro personas no especificaron los sitios que visitan.

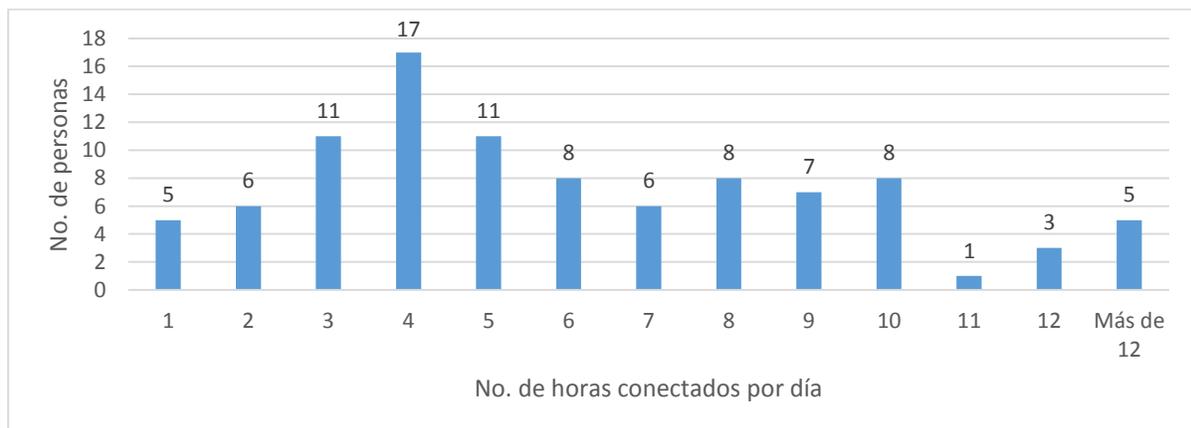
Pregunta No.3

Promedio de tiempo que pasas conectado a internet al día

Tabla No.27

Opción	Cuenta	Porcentaje
1 hora	5	5.21%
2 horas	6	6.25%
3 horas	11	11.46%
4 horas	17	17.71%
5 horas	11	11.46%
6 horas	8	8.33%
7 horas	6	6.25%
8 horas	8	8.33%
9 horas	7	7.29%
10 horas	8	8.33%
11 horas	1	1.04%
12 horas	3	3.12%
Más de 12. horas	5	5.21%

Gráfico No. 27



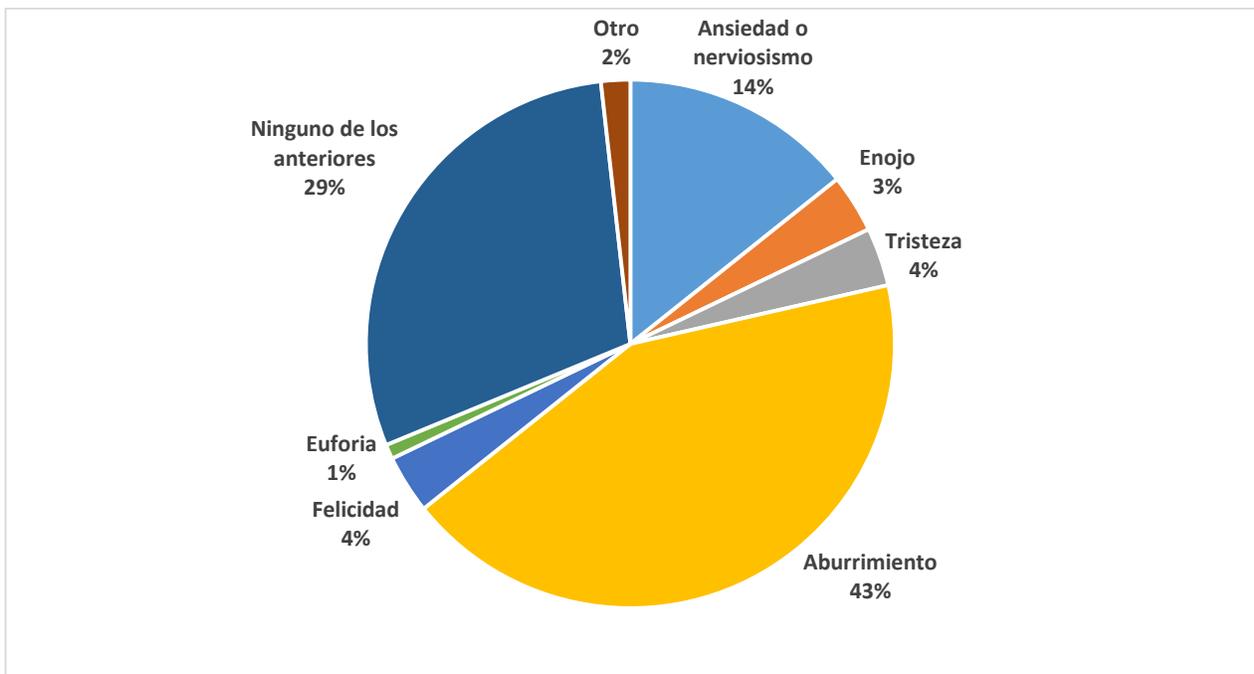
Pregunta No.4

¿Cuáles de estos síntomas experimenta cuando por cualquier circunstancia, no puede conectarse a internet?

Tabla No.28

Opción	Cuenta	Porcentaje
Ansiedad o nerviosismo	16	14%
Enojo	4	3%
Tristeza	4	4%
Aburrimiento	48	43%
Felicidad	4	4%
Euforia	1	1%
Ninguno de los anteriores	33	29%
Otros	2	2%

Gráfico No. 29



Entre otros, se encontraron las siguientes respuestas:

Respuesta:
1. Tranquilidad y hambre
2. Paz

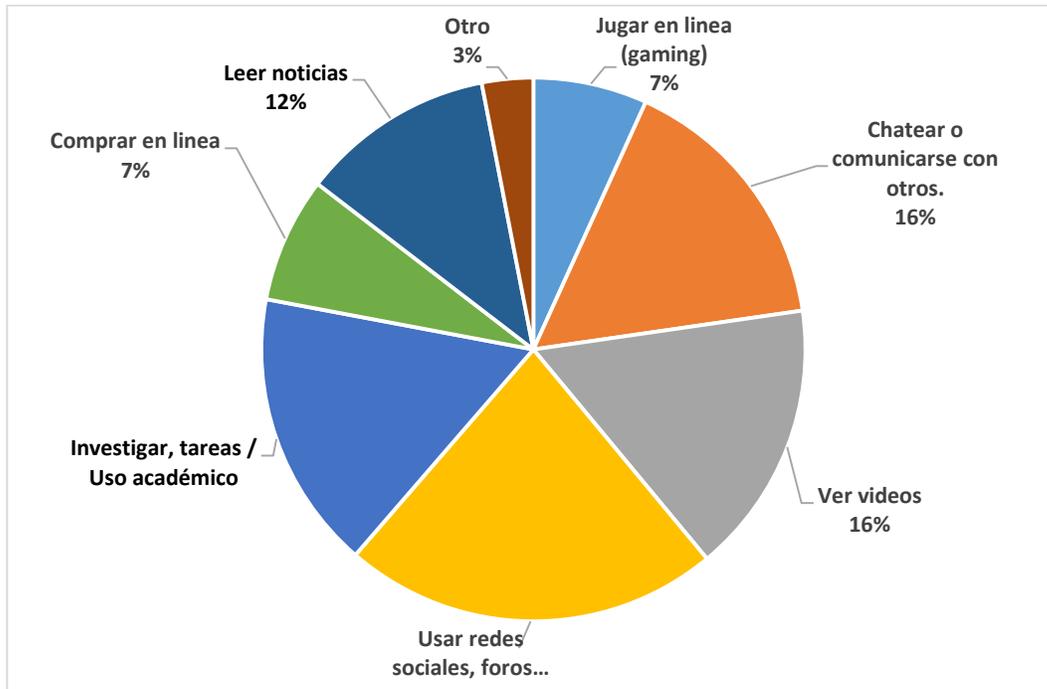
Pregunta No. 5

De estas actividades, ¿cuáles son las que le dedicas más tiempo a la semana?

Tabla No. 30

Opción	Cuenta	Porcentaje
Jugar en línea (gaming)	20	6.78%
Chatear o comunicarse con otros.	47	15.93%
Ver videos	48	16.27%
Usar redes sociales, foros etc.	66	22.37%
Investigar, tareas / Uso académico	49	16.61%
Comprar en línea	22	7.46%
Leer noticias	34	11.53%
Otro	9	3.05%

Gráfico No .29



Entre el rubro otro, se obtuvieron las siguientes respuestas:

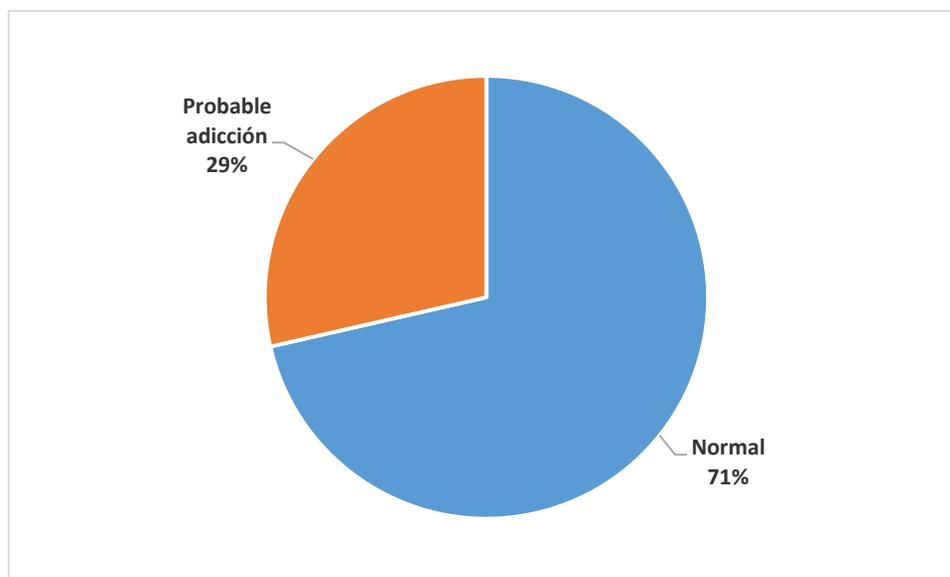
Tabla No.31

Respuesta	Cuenta
Sitios para adultos	3
Trabajar	4
Cursos en línea	1
Correo	1

III. Análisis comparativo entre hombres y mujeres de los resultados del Internet Addiction Test (IAT)

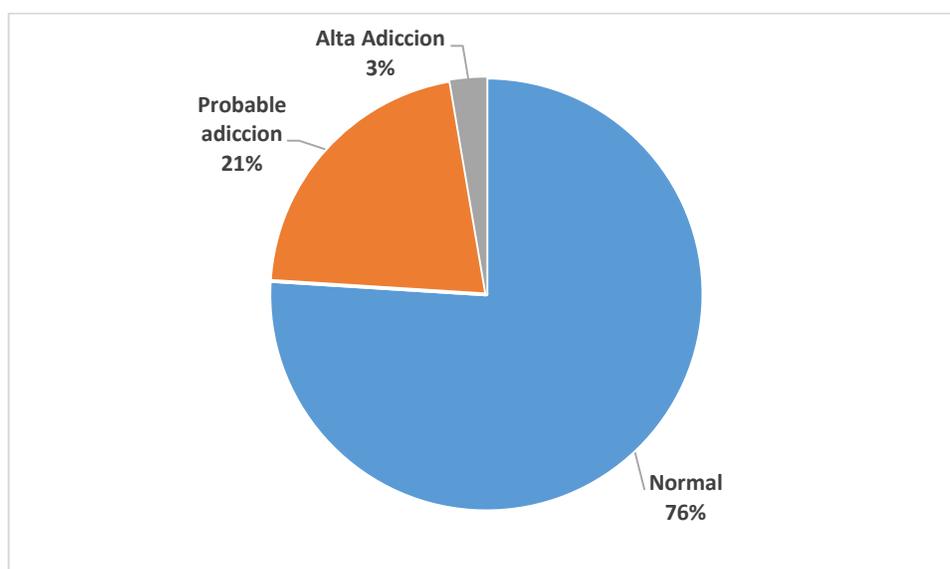
Mujeres:

Gráfico No.42



Hombres:

Gráfico No.43



Las gráficas presentan una probable adicción al internet de un 29 % de las mujeres frente a un 21% de los hombres. Sin embargo, hay un 3% de los hombres que muestran un alto grado de adicción al internet, mientras que ninguna de las mujeres lo muestra, lo cual resulta muy llamativo.

Al combinar los resultados de hombres y mujeres se tiene que el 75% de los individuos que respondieron el cuestionario mantienen una actividad normal en internet, un 23% muestra ya un grado de probable adicción y un 2% es considerado ya como altamente adicto al internet.

Estas cifras deben ser afinadas ya que entre los hallazgos de la investigación, el 68% de los sujetos de la investigación asegura pasar más tiempo navegando del que originalmente pretendía, y ese mismo 68% refiere haber desatendido las labores de su hogar por pasar más tiempo navegando en la computadora.

Llama también la atención que el 72% de los sujetos ha entablado relaciones de amistad por medio de la red.

Un 38% de las personas que llenaron el cuestionario refiere haber sido recriminada por otros, por dedicar mucho tiempo al internet y el 60% afirma que revisa su correo electrónico antes de realizar cualquier otra tarea.

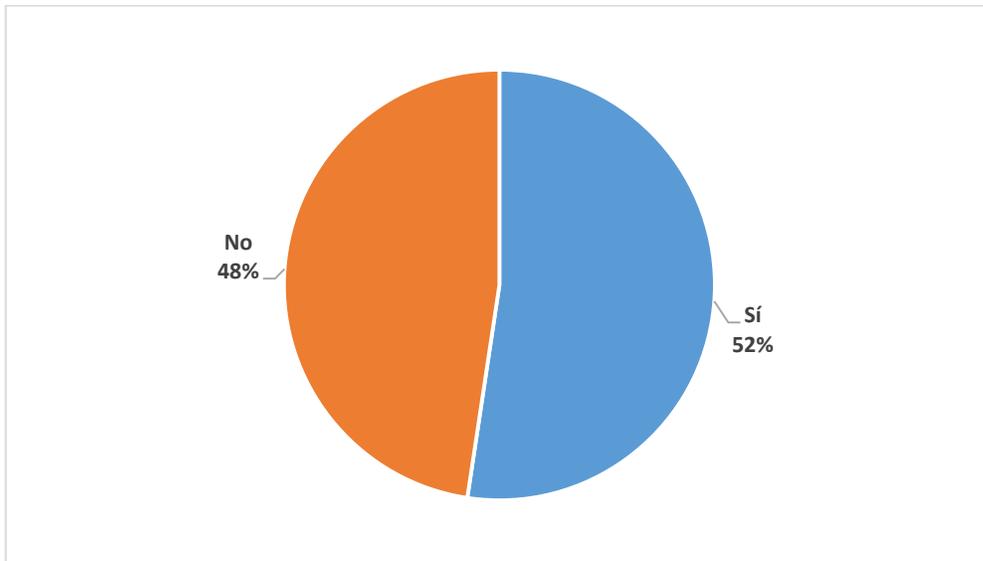
El 39.58% de los sujetos indica que su productividad percibida ha bajado a causa del uso de internet y el 37.5% percibe que para ellos la red es un medio de evadir sus problemas. El 60% refiere haber perdido horas de sueño por el uso de internet y el 67.71% afirma que siempre tratan de diferir el momento en que deben apagar la computadora o dispositivo móvil.

IV. Análisis de las diferencias entre hombres y mujeres.

Diferencias en los índices de empleo

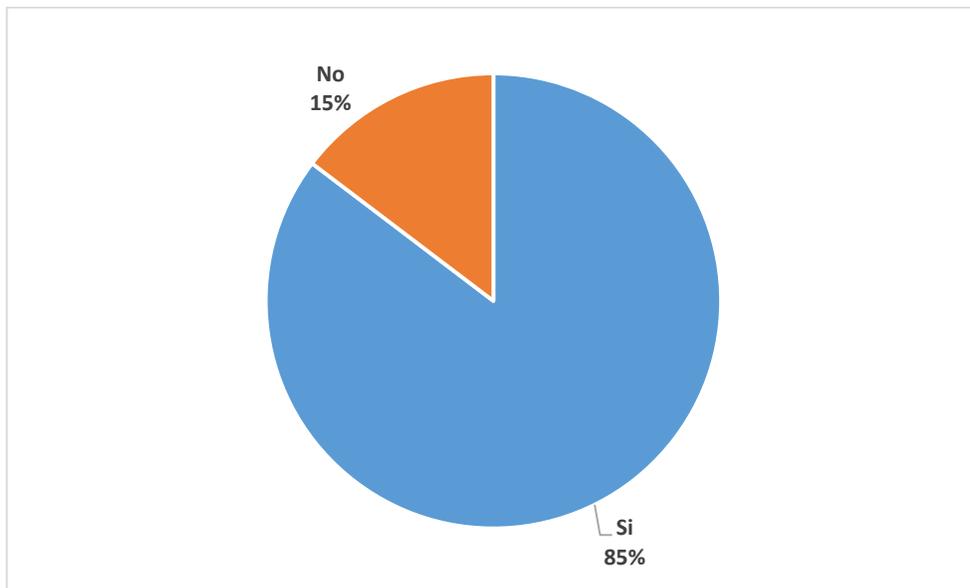
Mujeres (21)

Gráfico No.30



Hombres (75)

Gráfico No.31



Del total de las personas que respondieron el cuestionario, el 85 % de hombres (75 individuos) trabaja, mientras que del total de mujeres, el 52 % (21 personas) lo hace.

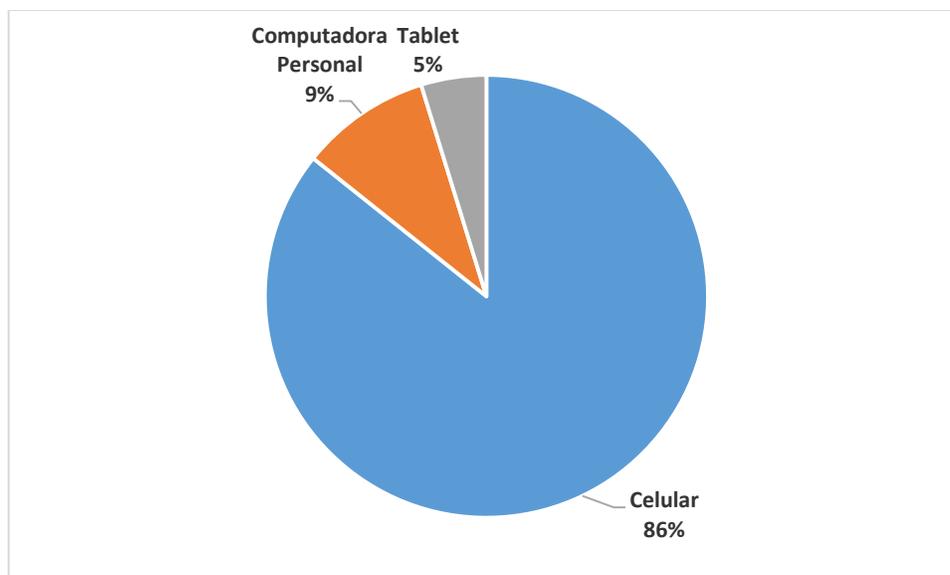
Los datos reflejan en primer lugar, el mayor número de hombres que se interesan por la carrera de Ingeniería, en comparación con el número de mujeres que, aun no se incorporan con la misma fuerza en las carreras tecnológicas. Este fenómeno obedece a que entre las mujeres, la comunicación y el contacto humano son considerados mucho más importantes que entre los hombres y, cabe señalar que, en el trabajo informático y mecánico se requiere poco o ningún contacto humano en el día a día.

En segundo lugar, hacen patente también, que sea por opción o por falta de oportunidades, el mercado laboral todavía muestra una marcada preeminencia de hombres ocupando los puestos de trabajo.

Dispositivos con los que acceden al internet.

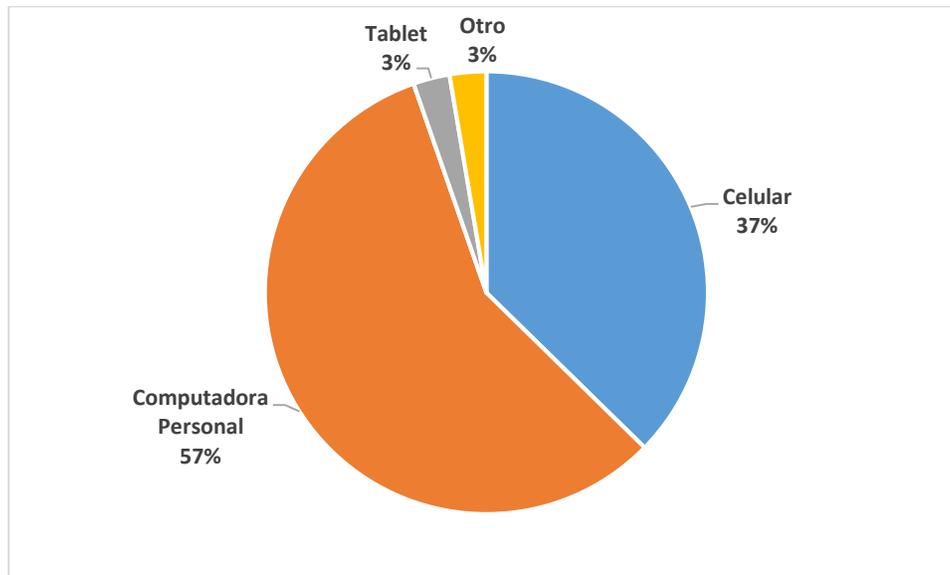
Mujeres

Gráfico No.32



Hombres

Gráfico No.33



La gráfica No.32 muestra cómo, entre las mujeres predomina el uso de celular con un 86% del total de quienes respondieron el cuestionario, mientras que entre los hombres, es la computadora personal - el 57% - la que aparece como medio preponderante de acceso al internet.

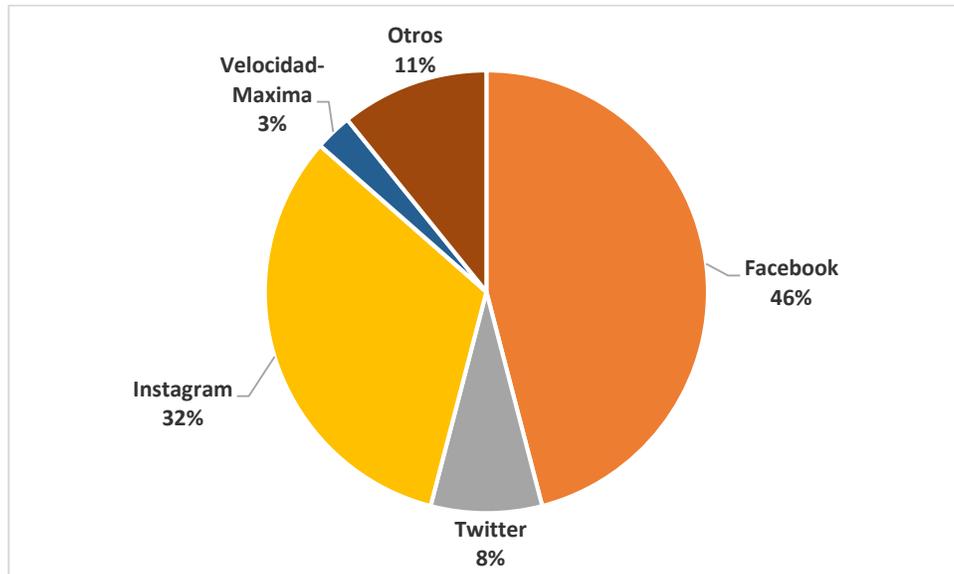
Estos datos pueden comprenderse desde distintas perspectivas. La primera que surge, es la de que debido a que entre las personas que se dedican a la informática y mecánica destaca la presencia masculina y por tanto, el acceso a internet se ve facilitado a través de las computadoras, desde el mismo lugar de trabajo.

Las mujeres de la muestra en tanto, establecen conexión a internet por medio del teléfono celular ya que, su interés está más centrado en la comunicación y la interacción humana.

Sitios que visitan

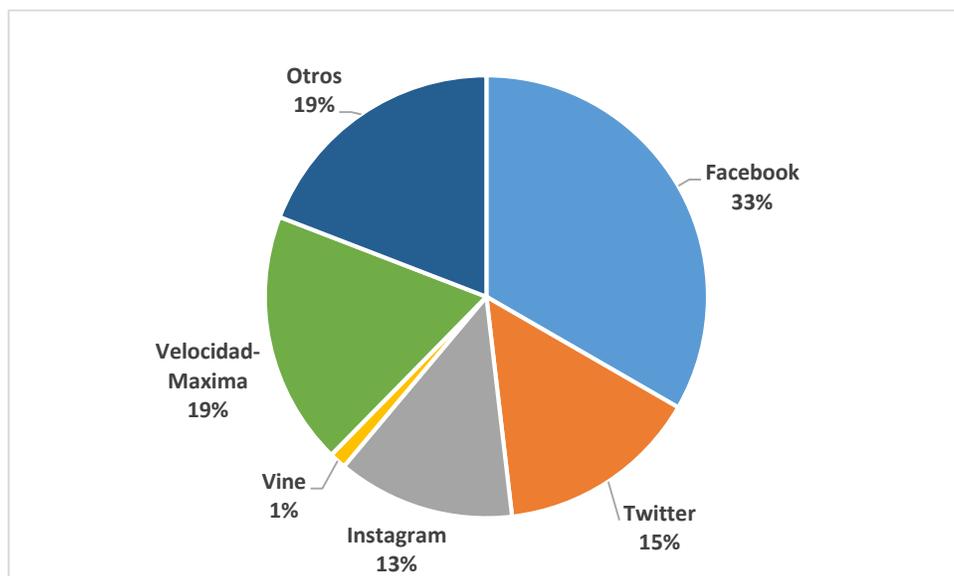
Mujeres

Gráfico No.34



Hombres

Gráfico No.35

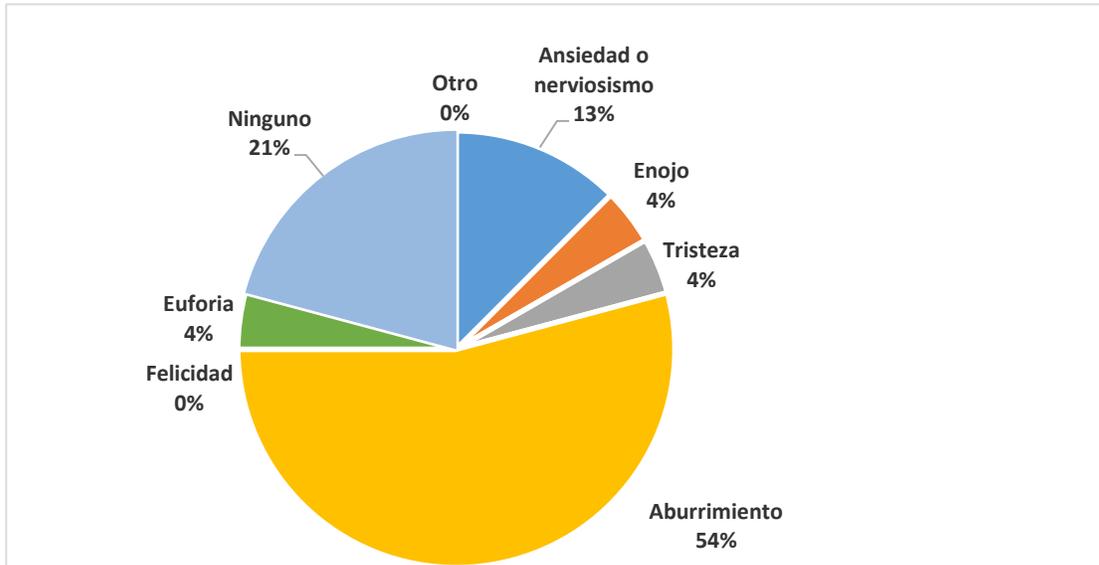


La página preferida por los sujetos de estudios, tanto hombres como mujeres es Facebook. Sin embargo, para las mujeres Facebook e Instagram alcanzan la cifra de 78% de las preferencias mientras que entre los hombres solo llegan al 46%.

Apego a Internet

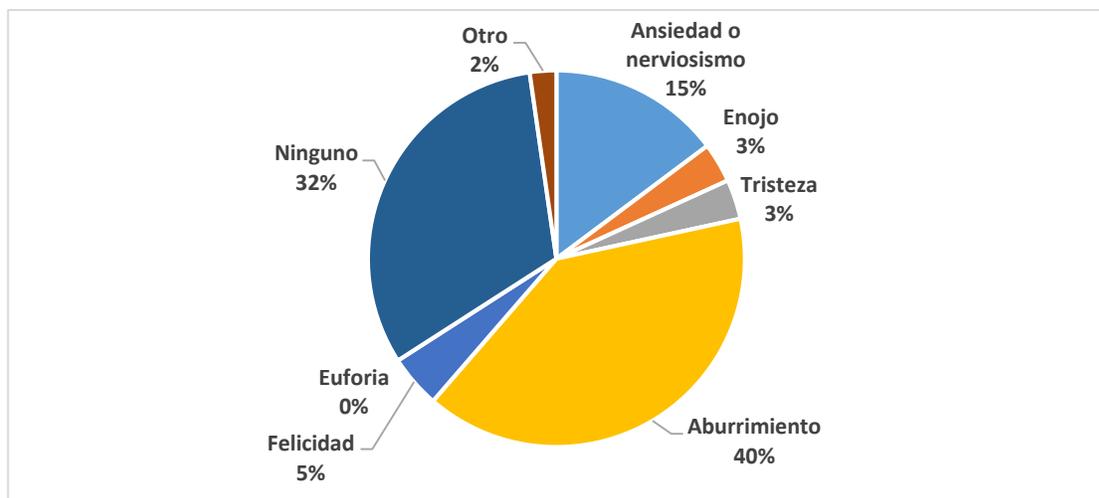
Mujeres

Gráfico No.36



Hombres

Gráfico No.37



Los sentimientos que invaden a los sujetos del estudio al abandonar la conexión a las redes de internet son interesantes:

Entre las mujeres predomina el aburrimiento con un 54% mientras que entre los hombres, este mismo sentimiento alcanza un 40%.

La ansiedad domina a un 13% a las mujeres y a un 15% de los hombres.

Según el estudio, deja indiferentes al 32% de los sujetos masculinos mientras que solo a un 21% de los femeninos.

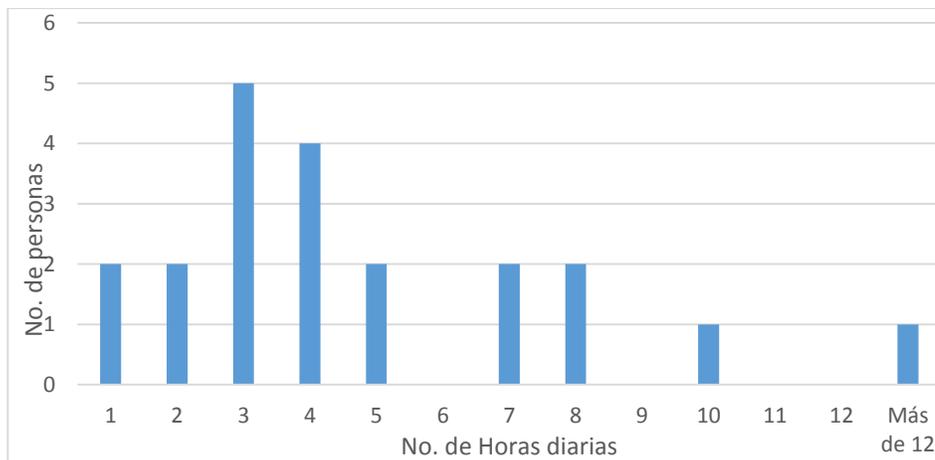
En cuanto a los demás sentimientos, las respuestas entre hombres y mujeres son bastante más cercanas. Así, un 4% de las mujeres experimentan sentimientos de euforia mientras ninguno de los hombres refirió un sentimiento semejante. En cambio, un 5% de los hombres siente felicidad a abandonar la conexión, mientras ninguna de las mujeres refiere algo parecido.

Un 4% de las mujeres y un 3% de los hombres dicen sentirse tristes al abandonar las redes, y las mismas cifras para ambos grupos aparecen al evaluar los sentimientos de enojo, 4% mujeres y 3% hombres. Y, por último, las mujeres no señalan ningún otro sentimiento mientras los hombres refieren un cierto alivio.

Tiempo que pasan en internet

Mujeres

Gráfico No.38



Hombres

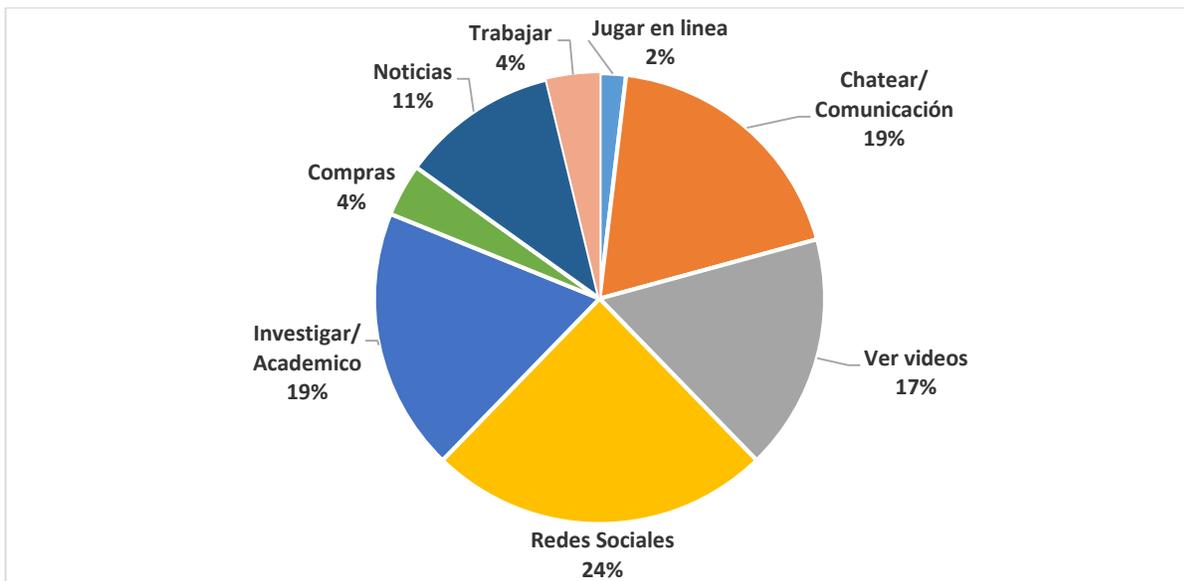
Gráfico No.39



Empleo del tiempo en internet

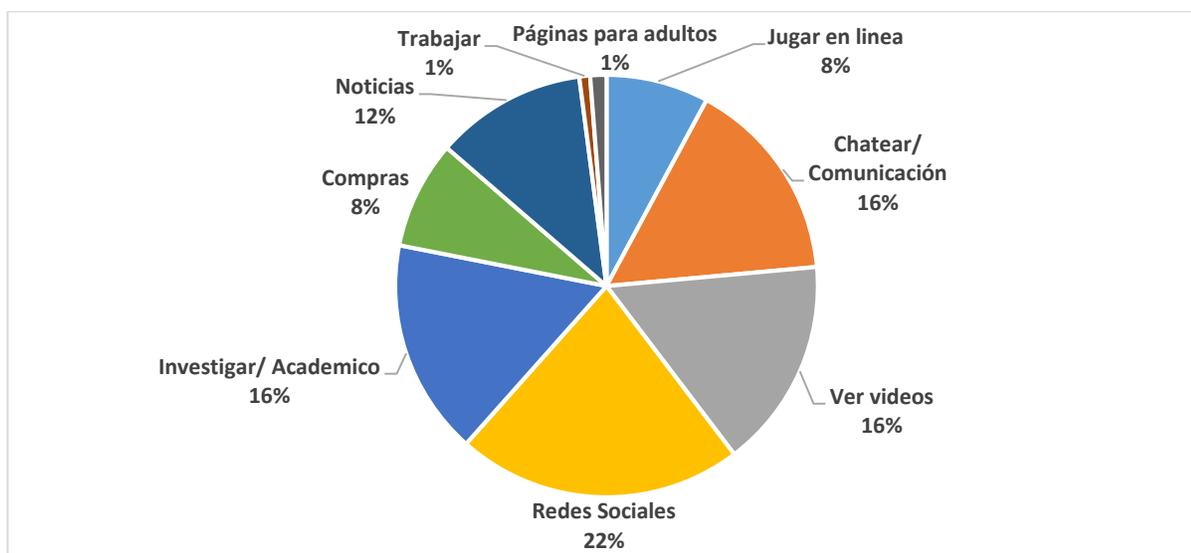
Mujeres:

Gráfico No.40



Hombres:

Gráfico No.41



Entre los sujetos de la muestra, tanto hombres como mujeres emplean el tiempo en internet, mayoritariamente al acceso a las redes sociales, el 24% de las mujeres y el 22% de los hombres.

En segundo lugar, refieren que el 19% de las mujeres y el 16% de los hombres que respondieron el cuestionario usan el tiempo para realizar investigaciones académicas.

Se dedican a sostener conversaciones –chats- el 19% de las mujeres y el 16% de los hombres. Estas cifras llaman la atención por su similitud, aunque haría falta determinar la manera en que se comunican y el tiempo que emplean para esta actividad. Da la impresión de que, el filtro de la red, podría jugar un papel importante, especialmente para los hombres, en facilitar las interacciones sociales.

Con el fin de entretenerse viendo videos, el porcentaje de hombres y mujeres es muy similar, con un 17% para las mujeres y un 16% para los hombres.

Es importante también destacar que, un 11% de las mujeres y un 12% de los hombres dedican tiempo a la lectura de la prensa en línea, para mantenerse informados.

Tanto las compras por internet, 4% de las mujeres y 8% de los hombres, así como el juego en línea, 3% de mujeres y 8% de hombres, son dominados por los hombres con amplia ventaja.

Ninguna de las mujeres que respondió el cuestionario dijo acceder a páginas consideradas para “adultos” mientras un 1% de hombres aceptó hacerlo. Un porcentaje realmente muy bajo.

En total, 3 personas refirieron dedicar su tiempo de acceso internet para trabajar, aunque se tiene la impresión de que se trate de trabajo de tipo académico.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo, se analizaron los resultados obtenidos en la presente investigación, la cual tuvo como objetivo establecer el nivel de adicción a internet de los jóvenes estudiantes de ingeniería.

Para el conocimiento de los niveles de adicción, se aplicó a 96 jóvenes de 4to y 5to año de las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica, un cuestionario que incluía el Internet Addiction Test, además de otras preguntas que profundizan en la naturaleza de la problemática. El objetivo principal de esta investigación fue el de establecer una base y conocer cuáles son los niveles de adicción a internet entre los estudiantes de las carreras antes mencionadas, en una universidad privada ubicada en la ciudad de Guatemala, por lo que al final se logró el objetivo principal.

Como fue establecido previamente, la Superintendencia de Telecomunicaciones de Guatemala (2015) estima que a partir de Junio de 2014 el porcentaje de penetración del internet en Guatemala era del 16%. Sin embargo no establece qué tipo de conexión consideró para el estudio. Se tiene la impresión de que esto está cambiado considerablemente, ya que según la misma Superintendencia de Telecomunicaciones de Guatemala en el año 2014 existen 21 millones 716 mil 357 líneas de teléfonos móviles en el país. Actualmente la mayoría de teléfonos que se ofrecen en el país tienen capacidades de conexión de internet y es algo que las telefonías están propulsando, creciendo así el número de personas con acceso a internet, e incrementando el riesgo.

La mayoría de los estudios realizados presentados como antecedentes, sus objetivos eran buscar relacionar la adicción al internet con otros factores, partiendo de la noción de que la adicción a internet es un fenómeno real. En Guatemala, no se han realizado investigaciones de este tipo por lo que fue necesario establecer cuáles son los niveles de adicción. Al calificar el test, se observó que el 75% de los estudiantes hacen un uso normal de internet mientras que el 23 % presentan una posible adicción y el 2 % una alta adicción. Lo que se asemeja a los datos que Tsimtsiou et al. (2008) obtuvieron al investigar la prevalencia de adicción a internet en estudiantes de pregrado de la carrera de medicina de la universidad de Aristóteles donde obtuvo una prevalencia de adicción leve al internet en un 24,5 %. Se debe mencionar que la muestra no es representativa ni de la

población en general, ni de la universidad. Los datos obtenidos solamente reflejan a las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica, y posiblemente sean representativas de la facultad.

Otro objetivo del presente estudio fue el de determinar el tiempo promedio que los jóvenes dedican al uso de dispositivos tecnológicos a tecnología de comunicaciones. Se obtuvieron cifras que pueden considerarse alarmantes si se toma en cuenta el estudio de Juan Alberto Estallo del Instituto Municipal de Psiquiatría, Barcelona realizado en el año 2001 que considerara como plenamente normales las cifras de tiempo de conexión a internet, aquellas comprendidas entre las 7 y las 14 horas semana. Estos valores que según otros autores pueden ampliarse hasta las 20 horas. En el presente estudio se pudo constatar que aproximadamente el 48% de los participantes afirma hacer uso del internet por más de 6 horas al día, lo que excede las cifras propuestas por Estallo (2001). Si bien la mayoría no presentan síntomas de deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos necesarios para diagnosticar una adicción, se considera que este es un indicador de riesgo.

Otro aspecto investigado fue el de determinar si el uso excesivo de internet afecta la productividad en el aspecto laboral o académico. Los datos obtenidos indican que el 29.17% los sujetos de estudio no perciben que el uso de internet afecte su productividad y el 31.25 % considera que raramente lo hace. Esto suma un 60.42 % de la muestra. Pero al contrastar estas cifras con que 67.71% afirma ocasionalmente o más a menudo, decir "solo unos minutitos más" antes de apagar la computadora o dispositivo móvil. Y que el 60.42 % informa que ocasionalmente o más a menudo pierde horas de sueño, se puede inferir que posiblemente haya una disminución de la productividad aunque no sea percibida por los mismos sujetos. Según un estudio realizado por la Universidad de Cambridge a más de 21.000 empleados, la falta de sueño afecta a la productividad y eficiencia laboral, ya que si se duerme menos de 6 horas la productividad de los empleados disminuye considerablemente. Aunque no se han especificado cuantas horas duermen los sujetos, es un indicador importante el hecho de que hayan perdido horas de sueño por navegar. Es prudente profundizar sobre este aspecto en próximos estudios, para corroborar si existe una posible disminución en la productividad laboral.

Además, se buscó determinar si el uso excesivo de internet afecta la vida social. Como se observa en la Tabla No. 07 la mayoría de los sujetos, 72.91% menciona que prefieren no entablar amistad con personas que solo conocen a través de internet lo que se asemeja a lo observado en la tabla No.06 que muestra que el 78.12% prefieren intimar personalmente con sus parejas, por lo tanto se puede afirmar que la vida social no se ve afectada por uso de internet. La mayoría de los sujetos no busca establecer nuevas relaciones de amistad o pareja, que sean primordialmente virtuales. Utilizan el internet como un medio para comunicarse con las personas que ya conocen en la vida real.

También se precisó si el uso de internet afecta la rutina diaria de los sujetos de estudio. Considerando la tabla No. 27 en la cual se puede apreciar que aproximadamente el 48 % de las personas que respondieron el cuestionario, pasan más de 6 horas conectadas al internet, por lo cual se puede inferir que más que alterar la rutina diaria, el acceso a internet se ha convertido en parte de la rutina cotidiana. Sin llegar a niveles patológicos, algunos sujetos refieren que reciben recriminaciones de sus círculos sociales, por pasar demasiado tiempo en internet, como se puede ver en la gráfica No. 7.

Como quedo establecido anteriormente, el 60.42 % de los sujetos de estudio, informan que ocasionalmente o más a menudo pierden horas de sueño por estar conectados a internet. Esta es una muestra clara de que los patrones de sueño cotidianos, se ven alterados por el uso de esta tecnología. Según Cline (2011), el uso excesivo de internet tiene muchas implicaciones en la alteración de los patrones de sueño. La falta de un sueño reparador, puede repercutir y disminuir la efectividad o productividad en el trabajo, y puede contribuir a agravar los síntomas de depresión y aumento de peso. Es evidente que aunque los sujetos de estudio no refieren padecer de trastornos del sueño, sí manifiestan los primeros síntomas de adicción ya que disminuyen las horas de sueño.

Relacionado con las alteraciones de patrones de sueño, al indagar acerca de los sentimientos que les produce la falta de internet, se hizo patente que la mayoría de los sujetos (57%), se ven afectados por aburrimiento, ansiedad o tristeza cuando no están conectados a la red. El aburrimiento cuando se convierte en un sentimiento habitual, puede producir serias patologías que provocan o agravan cuadros depresivos, tendencia a crear adicciones y otros problemas psicológicos. En el caso de los sujetos de estudio, llama la atención que el 71% hace uso del internet, para fines de relaciones sociales y primordialmente de entretenimiento. No extraña entonces que el 57 %

mencione aburrirse si por alguna razón no puede conectarse a internet. Esto es muestra de cuanto ha permeado en internet en sus vidas diarias, que les es difícil recrearse sin recurrir a la red.

Anteriormente quedó asentado que, algunos de los síntomas de privación cuando se tiene adicción a internet son cambios de actitud, humor, irritabilidad, tiempo de uso de Internet cada vez más prolongado, repetidos e infructuosos esfuerzos para reducir o suspender el uso de internet entre otros. Como se observa en la Tabla No. 20 y el Gráfico No.19, un 46.88 % de los sujetos de estudio, ocasionalmente o más a menudo han intentado pasar menos tiempo conectados a Internet y no lo han logrado. Esto es un indicador de que los usuarios están conscientes de que pasan bastante más tiempo del que realmente desean, sin embargo los síntomas de privación no se observan, ya que pasan mucho tiempo conectados. Al tomar en cuenta las capacidades de los teléfonos inteligentes, los bajos precios del internet, la creciente disponibilidad de señal Wi-Fi en diversos lugares, hace suponer que pasan poco tiempo desconectados de la red. Adicionalmente se intuye que muchos de los entrevistados no tienen claro que al tener un teléfono celular encendido con el plan de datos y/o la conexión Wi-Fi activados, están conectados a internet. Por lo tanto no hay síntomas reales de privación puesto que la mayor parte del tiempo los sujetos están conectados.

Otro de los objetivos del presente estudio fue determinar si existen diferencias entre las preferencias y niveles de adicción tecnológica, según el género. Se pudo establecer con el presente estudio que la página preferida por los sujetos de estudios, tanto hombres como mujeres es Facebook. Sin embargo, para las mujeres Facebook e Instagram alcanzó la cifra de 78% de las preferencias mientras que entre los hombres solo llegó al 46%. Esto concuerda con los datos que proporciona la página encargada de medir el tráfico de internet Alexa, específicamente en aquellas cifras que arroja sobre el tráfico de internet en Guatemala. Fue llamativo, que Twitter sea usado por un 15% de los usuarios masculinos y un 8% de las usuarias femeninas. Esto concuerda con un estudio realizado por Duggan y Brenner (2013) sobre la demografía del internet, en el cual establece que los hombres tienden a buscar temas específicos, mientras que las mujeres buscan otro tipo de temas más generales. Ya que el foro Velocidad máxima y Twitter, son medios en los que se discuten temas de interés específicos. En Twitter por ejemplo la persona sigue a personas o entidades que le interesan. Según un estudio por Fallows (2005) las mujeres son más propensas que los hombres a valorar el correo electrónico con amigos, familiares y compañeros de trabajo ya que según ellas, mejora la relación y el clima de trabajo. Se estableció que un 86% de las mujeres

de la muestra, establecen conexión a internet por medio del teléfono celular ya que su interés está más centrado en la comunicación. Según Henson (2002) tradicionalmente, a las mujeres se les ha educado para ser más sociables y en general tienden a estar más inclinadas hacia la interacción social. En cambio, el 57 % de los hombres prefiere acceder al internet por medio de una computadora personal; tal y como se observa en el gráfico No.33. Algo que llama la atención es que según el IAT el 29% de las mujeres encuestadas tienen posibilidad de tener Adicción al Internet, mientras que en los hombres la cifra es menor, con un 21%, pero a pesar de ello hubo 2 personas que tuvieron un resultado de Alta Adicción.

Se concluye entonces, que considerando los criterios de adicción y los datos obtenidos en el presente estudio, que la prevalencia de la adicción a internet en la población, es baja con tan solo 23% de probable adicción y un 2 % de alta adicción. Se reitera que la mayoría de los estudios nacionales e internacionales realizados, sus objetivos eran buscar relacionar la adicción al internet con otros factores, partiendo de la noción de que la adicción a internet es un fenómeno que existe en la cultura. En Guatemala, se han realizado estudios sobre la adicción a redes sociales, como el estudio que elaboró Cuyún en el año 2013, pero no se han hecho estudios del internet en general. Por ende fue prioritario establecer cuáles son los niveles de adicción, y los datos obtenidos en esta investigación servirán como base para futuros estudios o estrategias preventivas que se emprendan.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo con los objetivos planteados en 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, la prevalencia de la adicción a internet entre los estudiantes de 4to y 5to año de las carreras de Licenciatura en Ingeniería en Informática y Sistemas, Licenciatura en Ingeniería Mecánica Industrial y de Licenciatura en Ingeniería Mecánica es baja con tan solo 23% de probable adicción y un 2 % de alta adicción.
2. El 48% de los participantes afirma hacer uso del internet por más de 6 horas al día, el 48.96% hace uso del internet entre 3 y 6 horas y el 22.92% entre 1 a 3 horas. Si bien la mayoría no presentan síntomas de deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos necesarios para diagnosticar una adicción, se considera que este es un indicador de riesgo.
3. Dado que el 60.42 % de los encuestados informa que ocasionalmente o más a menudo pierde horas de sueño, es posible que haya una disminución de la productividad, aunque no sea percibida por los mismos sujetos.
4. Ya que 72.91% de los sujetos mencionan preferir no entablar amistad con personas que solo conocen a través de internet y que 78.12% prefieren intimar personalmente con sus parejas. Se concluye que la vida social de los sujetos de estudio no se ve afectada por uso de internet.
5. Se puede inferir por las horas de uso, que más que alterar la rutina diaria, el acceso a internet se ha convertido en parte de la rutina cotidiana.
6. El 57 % de los sujetos, se ven afectados por aburrimiento, ansiedad o tristeza cuando no están conectados a la red.

7. El 71% de los sujetos hace uso del internet, para fines de relaciones sociales y primordialmente de entretenimiento. La página preferida por los sujetos de estudios, tanto hombres como mujeres es Facebook. Sin embargo, para las mujeres Facebook e Instagram alcanzó la cifra de 78% de las preferencias mientras que entre los hombres solo llegó al 46%.
8. Dado que 68% pasa más tiempo navegando del que pretendía, que un 60% ha perdido horas de sueño debido al uso de internet, que 73% visita sitios como Facebook y que el uso más alto reportado, es para usar redes sociales; se cree que existe un alto riesgo de crear una adicción a internet.
9. Se cree que no hay síntomas reales de privación entre los estudiantes, considerando las capacidades de los teléfonos inteligentes, los bajos precios del internet, la creciente disponibilidad de señal Wi-Fi en diversos lugares, hace suponer que pasan poco tiempo desconectados de la red.
10. Las mujeres de la muestra, establecen primordialmente conexión a internet por medio del teléfono celular y los hombres por medio de computadoras personales.
11. El 29% de las mujeres encuestadas tienen posibilidad de tener Adicción al Internet, mientras que en los hombres la cifra es menor, con un 21%, pero a pesar de ello hubo 2 personas que tuvieron un resultado de Alta Adicción.

VII. RECOMENDACIONES

Basándose en las conclusiones del estudio, se recomienda:

Al Departamento de Psicología de la Facultad de Humanidades

- Realizar comparaciones de la información obtenida en este estudio, con otras variables para encontrar posibles correlaciones entre la adicción y otras patologías.
- Realizar estudios similares en otras facultades y/o carreras, para contrastar los resultados obtenidos y establecer las bases necesarias para futuros estudios.
- Realizar estudios similares en otras universidades, para contrastar los resultados interinstitucionalmente.
- Complementar el estudio contemplando y analizando los patrones de sueño de los sujetos para determinar realmente si la productividad de los sujetos se ve afectada.

A la Facultad de Ingeniería

- Informar a los estudiantes del riesgo que representa el uso excesivo de internet por medio de afiches y otro tipo de material de fácil lectura.

Al Centro Landivariano de Salud Integral (CELASI)

- Implementar un programa para concientización o prevención acerca de la adicción a internet entre los jóvenes universitarios.

VIII. REFERENCIAS

- A. Tom Horvath, Ph.D., ABPP, Kaushik Misra, Ph.D., Amy K. Epner, Ph.D., and Galen Morgan Cooper, Ph.D. , edited by C. E. Zupanick, Psy.D. (s.f.). *The Many Causes of Addiction and Bio-Psych-Social-Spiritual Model*. Obtenido de <http://www.pvmhmr.org/1408-addictions/article/48341-the-many-causes-of-addiction-and-bio-psych-social-spiritual-model>
- Aboujaoude, E. (s.f.). *Problematic Internet use: an overview*. *World Psychiatry*, 9(2), 85–90. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2911081/>
- Alexa. (s.f.). *Alexa Web Ranking*. Obtenido de <http://www.alexa.com/topsites/countries/GT>
- Al-Gamal, E., Alzayyat, A. and Ahmad, M. M. . (2015). *Prevalence of Internet Addiction and Its Association With Psychological Distress and Coping Strategies Among University Students in Jordan Perspectives in Psychiatric Care*. doi: 10.1111/ppc.12102. Obtenido de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ppc.12102/abstract?deniedAccessCustomisedMessage=&userIsAuthenticated=false>
- American Society of Addiction Medicine. (2015). *ASAM*. Obtenido de Definition of Addiction: <http://www.asam.org/for-the-public/definition-of-addiction>
- Barke, A., Nyenhuis, N., & Kröner-Herwig, B. (2012). *The German Version of the Internet Addiction Test: A Validation Study*. *Cyberpsychology, Behavior & Social Networking*, 15(10), 534-542. doi:10.1089/cyber.2011.0616. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23002984>
- Bernardia, S., & Pallantia, S. (2009). *Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms*. Obtenido de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010440X0800179X>
- Canan F, Yildirim O, Ustunel TY, Sinani G, Kaleli AH, Gunes C, Ataoglu A. (2014). *The relationship between internet addiction and body mass index in Turkish adolescents*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23952625>
- Carnes, P., Bailey, J., & Carnes, S. (2011). *Facing Addiction: Starting Recovery from Alcohol and Drugs*. Carefree: Gentle Path Press.
- Carver, V., & Harrison, S. (2004). *Alcohol & Drug Problems: A Practical Guide for Counsellors*. Addiction Research Foundation;

- Chong Guan N, I. S. (2012). *Validity of the malay version of the internet addiction test: a study on a group of medical students in malaysia*. *Asia Pac J Public Health*. 2015 Mar;27(2):NP2210-9. doi: 10.1177/1010539512447808. Obtenido de www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22652253
- Cline, J. (11 de 09 de 2011). *Psychology Today*. Obtenido de Sleep and the Internet Addict : <https://www.psychologytoday.com/blog/sleepless-in-america/201109/sleep-and-the-internet-addict>
- Cuyun Echeverría, M. I. (2013). *Tesario URL*. Obtenido de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>
- Duggan, M., & Brenner, J. (14 de Febrero de 2013). *The Demographics of Social Media Users 2012*. Obtenido de http://www.pewinternet.org/files/old-media/Files/Reports/2013/PIP_SocialMediaUsers.pdf
- Estallo Marti, J. A. (2001). Usos y abusos de Internet. *Anuario de Psicología*, 32(2).
- Fallows, D. (28 de 12 de 2005). *Pew Resaearch Center*. Obtenido de How Women and Men Use the Internet: <http://www.pewinternet.org/2005/12/28/how-women-and-men-use-the-internet/>
- Fu KW, C. W. (2010). *Internet addiction: prevalence, discriminant validity and correlates among adolescents in Hong Kong*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20513862>
- Ghamari F, M. A. (2011). *Internet addiction and modeling its risk factors in medical students*, doi: 10.4103/0253-7176.92068. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22345841>
- Ha JH1, Kim SY, Bae SC, Bae S, Kim H, Sim M, Lyoo IK, Cho SC. (2007). *Depression and Internet addiction in adolescents*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17709972>
- Han DH, L. Y. (2008). *The effect of methylphenidate on Internet video game play in children with attention-deficit/hyperactivity disorder*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19374970>
- Henson, V. (29 de 10 de 2002). *HOWTO Encourage Women in Linux*. Obtenido de <http://tldp.org/HOWTO/Encourage-Women-Linux-HOWTO/>
- Jang KS, H. S. (2007). *Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18307612>
- Jelenchick LA, B. T. (2011). *Assessing the psychometric properties of the Internet Addiction Test (IAT) in US college students*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22386568>

- Jelenchick, L., Eickhoff, J., Christakis, D., Brown, R., Chong, Z., Benson, M., & Moreno, M. (2014). *The Problematic and Risky Internet Use Screening Scale (PRIUSS)*. Obtenido de http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=8&ved=0CFEQFjAH&url=http%3A%2F%2Fwww.epc.ntnu.edu.tw%2Fdownload.php%3Ffilename%3D1263_0d0fd70e.pdf%26dir%3Dnews%26title%3D%25E9%259D%2596%25E5%25A8%259F%25E9%2599%2584%25E4%25BB%25B6&ei=x6NHVYyP
- Kalke, J. (2004). *Learning by doing: 'initiated abstinence', a school-based programme for the prevention of addiction. Results of an evaluation study*. Obtenido de http://www.researchgate.net/publication/8099944_Learning_by_doing_%27initiated_abstinence%27_a_school-based_programme_for_the_prevention_of_addiction._Results_of_an_evaluation_study
- King, D., Delfabbro, P., Griffiths, M., & Gradisar, M. (2012). *Cognitive-Behavioral Approaches to Outpatient Treatment of Internet Addiction in Children and Adolescents*. Obtenido de http://www.researchgate.net/publication/230849636_Cognitive-Behavioral_Approaches_to_Outpatient_Treatment_of_Internet_Addiction_in_Children_and_Adolescents
- Korkeila J, K. S. (2009). *Attached to the web--harmful use of the Internet and its correlates*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19556111>
- Kuss, D., van Rooij, A., Shorter, G., Griffiths, M., & van de Mheen, D. (2013). *Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors*. Obtenido de <http://internetscience.nl/wp-content/uploads/2013/06/Kuss-et-al-2013.-Internet-addiction-in-adolescents-Prevalence-and-risk-factors.pdf>
- KW, B. (2005). *Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15738688>
- Lawrence T. Lam, Z.-w. P.-c. (2009). *CyberPsychology & Behavior*. Obtenido de <http://online.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cpb.2009.0036>
- Lejoyeux, M., & Weinstein, A. (2010). *Internet Addiction or Excessive Internet Use. The American Journal of Drug and Alcohol Abuse, 277–283*.
- Li W, O'Brien JE, Snyder SM, Howard MO. (2015). *Characteristics of Internet Addiction/Pathological Internet Use in U.S. University Students: A Qualitative-Method Investigation. PLoS ONE 10(2): e0117372. doi:10.1371/journal.pone.0117372*. Obtenido de <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0117372>
- Miller, W., Forcehimes, A., & Swen, A. (2011). *Treating Addiction a Guide for Professionals*. New York: The Guilford Press.

- Mittal, V. A., Dean, D. J., & Andrea, P. (2013). *Internet addiction, reality substitution and longitudinal changes in psychotic-like experiences in young adults*. Obtenido de https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=es&user=sfXfERAAAAAJ&citation_for_view=sfXfERAAAAAJ:d1gkVwhDpl0C
- Ni X, Y. H. (2008). *Factors influencing internet addiction in a sample of freshmen university students in China*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19445631>
- Niemz K, G. M. (2005). *Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16332167>
- Ogbourne, A. (s.f.). *Theories of Addiction and Implications for Counselling*. Obtenido de http://knowledgex.camh.net/amhspecialists/guidelines_materials/adp/Documents/adp_chapter1.pdf
- Pallanti S, B. S. (2006). *The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high-school population: prevalence and related disability*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17146410>
- Petersen KU, W. N. (2009). *Pathological Internet use--epidemiology, diagnostics, co-occurring disorders and treatment*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19418384>
- Pies, R. (2009). *Should DSM-V Designate "Internet Addiction" a Mental Disorder?* Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2719452/>
- Ran, T., Xiuqin, H., Jinan, W., Huimin, Z., Ying, Z., & Mengchen, L. (2010). *Proposed diagnostic criteria for internet addiction. Addiction, 105(3), 556-564. doi:10.1111/j.1360-0443.2009.02828.x*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20403001>
- Rasool, H. (2011). *Understanding Addiction Behaviours, Theoretical and Clinical Practice in Health and Social Care*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Rosenberg, K., & Curtiss Feder, L. (2014). *Behavioral Addictions. Criteria Evidence and Treatment*. Salt Lake City: Academic Press.
- Rumpf HJ, Vermulst AA, Bischof A, Kastirke N, Gürtler D, Bischof G, Meerkerk GJ, John U, Meyer C. (2013). *Occurrence of internet addiction in a general population sample: a latent class analysis*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24401314>
- Ryan, F. (2013). *Cognitive Therapy for Addiction: Motivation and Change*. New York: Wiley-Blackwell.

- Shaw, M., & Black, D. (2008). *Internet Addiction Definition, Assessment, Epidemiology and Clinical Management*. Obtenido de http://www.researchgate.net/publication/5452434_Internet_addiction_definition_assessment_epidemiology_and_clinical_management
- Shek DT, T. V. (2009). *Evaluation of an Internet addiction treatment program for Chinese adolescents in Hong Kong*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19764272>
- Soy 502. (2015). *Guatemala, con baja penetración de Internet entre países de C.A.* Obtenido de <http://www.soy502.com/articulo/guatemala-baja-penetracion-internet-entre-paises-ca>
- Superintendencia de Telecomunicaciones. . (2014). *Superintendencia de Telecomunicaciones*. . Obtenido de <http://www.sit.gob.gt/index.php/2014-05-28-20-40-11/situacion-de-la-telefonía-en-guatemala>
- Tambawal, U. (s.f.). *Factors for Alcohol and Substance Abuse and Implications for Counselling*. Obtenido de http://www.academia.edu/3759356/Factors_for_Alcohol_and_Substance_Abuse_and_Implications_for_Counselling
- Tsimtsiou Z, Haidich AB, Spachos D, Kokkali S, Bamidis P, Dardavesis T, Arvanitidou M. (2015). *Internet Addiction in Greek Medical Students: an Online Survey*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25669634>
- Van Rooj, Prause. (2014). *A critical review of “Internet addiction” criteria with suggestions for the future*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4291825/>
- Wanajak, K. (2011). *INTERNET USE AND ITS IMPACT ON SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN CHIANG MAI, THAILAND*. Obtenido de <http://ro.ecu.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=1394&context=theses>
- Weinstein A, Lejoyeux M. (2010). *Internet addiction or excessive internet use*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20545603>
- Whang LS, L. S. (2003). *Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12804026>
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). *The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test*. Obtenido de <http://www.netaddiction.com/articles/InternetAddictionTestResearch.pdf>
- Winkler A, D. B. (2013). *Treatment of internet addiction: a meta-analysis*. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23354007>

- World Wide Web Consortium (W3C)). (2003). *World Wide Web Consortium (W3C)*.
Obtenido de World Wide Web Consortium Glossary: <http://www.w3.org/Glossary>
- Yellowlees, P., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction?
Computers in Human Behavior, 1447-1453 .
- Young, K. (1998). *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction--
and a Winning Strategy for Recovery*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Young, K. (2001). *Tangled in the Web: Understanding Cybersex from Fantasy to
Addiction*. Bloomington Indiana: AuthorHouse.

ANEXOS

CUESTIONARIO DIGITAL

Cuestionario

Información básica

En esta sección se le pedirán algunos datos básicos.

* ¿Cuales son sus iniciales?

 Por ejemplo:
Si se llama Luis Alberto por favor poner L.A

* ¿Cuál es su género?

Seleccione una de las siguientes opciones

Por favor escoja...



* ¿Cuál es su edad?



 Su respuesta debe estar entre 10 y 40

 Solo se puede introducir un valor entero en este campo.

* ¿Actualmente trabaja?

Sí

No

Siguiente

Continuar después

Salir y borrar la encuesta

This free surveytemplate is lovingly crafted by the people of [Tools for Research](#)

TOOLS FOR RESEARCH

Cuestionario

IAT

Internet Addiction Test

¿Con que frecuencia pierde horas de sueño pasándolas conectado a Internet?

¿Se encuentra a menudo pensando en cosas relacionadas a Internet cuando no está conectado?

¿Le ha pasado alguna vez eso de decir "solo unos minutitos más" antes de apagar la computadora o dispositivo móvil?

¿Ha intentado alguna vez pasar menos tiempo conectado a Internet y no lo ha logrado?

¿Trata de ocultar cuanto tiempo pasa realmente navegando?

¿Prefiere pasar mas tiempo online que con sus amigos en la vida real?

¿Se siente ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no está conectado a Internet?

Siguiente

Continuar después

Salir y borrar la encuesta

This free surveytemplate is lovingly crafted by the people of [Tools for Research](#)

TOOLS FOR RESEARCH

68%

Cuestionario

Preferencias

¿Qué usas más?

* ¿Qué dispositivo usas más para acceder a internet?

Seleccione una de las siguientes opciones

Computadora Personal

Tablet

Celular

Otro:

Otro:

* ¿Qué sitios usas más?

 Por favor seleccione al menos una respuesta

Facebook

Twitter

Instagram

Vine

Badoo

Velocidadmaxima

Otro:

Promedio de tiempo que pasas conectado a internet al día.

Seleccione una de las siguientes opciones

Por favor escoja... 

*
¿Cuáles de estos síntomas experimenta cuando por cualquier circunstancia, no puede conectarse a internet?

Marque las opciones que correspondan

Ansiedad o nerviosismo

Enojo

Tristeza

Aburrimiento

Felicidad

Euforia

Ninguno de los anteriores

Otro:

*
De estas actividades, ¿cuáles son las que le dedicas más tiempo a la semana?

De estas actividades, ¿cuáles son las que le dedicas más tiempo a la semana?

Marque las opciones que correspondan

- Jugar en línea (gaming)
- Chatear o comunicarse con otros.
- Ver videos (Youtube,vimeo etc.)
- Usar redes sociales, foros... (Facebook, twitter etc.)
- Investigar, tareas / Uso académico
- Comprar en línea
- Usar redes sociales, foros... (Facebook, twitter etc.)
- Investigar, tareas / Uso académico
- Comprar en línea
- Leer noticias
- Otro:

Enviar

Continuar después

Salir y borrar la encuesta

This free surveytemplate is lovingly crafted by the people of [Tools for Research](#)

TOOLS FOR RESEARCH

CUESTIONARIO A MANO

