

Ciberadicción. Una aproximación bajo la perspectiva de la ingeniería

Cyberaddiction . An approach from the perspective of Engineerin

Maribel Aragón García¹

Instituto Politécnico Nacional ESCOM

aragon_hi@yahoo.com.mx

Elba Mendoza Macias.²

Instituto Politécnico Nacional ESCOM

emendozam@ipn.mx

Guillermo Márquez Arreguín³

Instituto Politécnico Nacional ESCOM

gmarquez@ipn.mx

¹ Maestra en Ciencias con Especialidad en Administración de Negocios, Licenciada en Relaciones Comerciales ESCA-IPN. Profesora Investigadora del Departamento de Formación Integral e Institucional de la ESCOM-IPN. Áreas de interés: Tecnología en Gestión Administrativa. Ext. 52049 aragon_hi@yahoo.com.mx

² Maestra en Alta Dirección Empresarial. Profesora Investigadora del Departamento de Ingeniería en Sistemas Computacionales de la ESCOM-IPN Áreas de interés: Investigación educativa. Ext. 52049 emendozam@ipn.mx

³ Maestro en Ciencias con especialidad en evaluación educativa, Ingeniero Industrial UPIICSA-IPN. Profesor Investigador del Departamento de Ingeniería en Sistemas Computacionales de la ESCOM-IPN .Áreas de interés: Investigación educativa. Ext. 52049 gmarquez@ipn.mx

Resumen

El internet es una herramienta que actualmente ayuda en aspectos laborales, escolares y personales, la cantidad de usuarios que tiene ha aumentado exponencialmente en los últimos años. Si bien, utilizada de manera correcta trae beneficios, como una comunicación a larga distancia más rápida, efectiva y económica, así como el fácil y rápido acceso a información y noticias recientes, también trae consecuencias, y es que en los últimos ha surgido entre los usuarios una dependencia hacia el mismo.

Se da un panorama general de la situación actual en el uso de internet y dispositivos electrónicos, se define el concepto de ciberadicciones, los diferentes tipos de ciberadicciones y se enumeran las características principales de cada una. Se describen los principales factores tanto sociales como personales que influyen al sujeto para el desarrollo de una ciberadicción, las consecuencias que éstas tienen en los ámbitos escolar, laboral, familiar y personal, así como consecuencias más graves como los crímenes sexuales. Basado en los indicadores se elabora una encuesta aplicada alumnos de la ESCOM para identificar los factores por los que los alumnos llegan a desarrollar alguna ciberadicción.

Palabras clave: Internet, ciberadicción.

Abstract

The Internet is a tool that currently helps in work, school and personal matters, in recent years its number of users has increased exponentially. Despite its correct use brings benefits such as faster, more effective and cheaper long distance communication, plus it provides easier and quicker access to information and recent news, it also brings consequences, in the past few years users have developed dependence to the internet and to other electronic devices.

This work offers an overview of higher education in Mexico, and its current situation in the use of internet and electronic devices. It is defined what does cyber addiction refers to, the different types of cyber addictions and the main characteristics of each one listed. The social and personal factors that influence the subject to develop a cyber addiction, It also described the consequences that the excessive use of internet and electronic devices have on school, work, family and personal relationships, as well as more serious consequences such as sexual crimes.

Based in the factors that lead to a cyber addiction it was structured a survey and it was applied to ESCOM students to identify the main factors why the students develop some type of dependence to internet or to electronic devices.

Key words : Internet, cyberaddiction.

Introducción

Planteamiento del Problema

Las posibilidades comunicativas del internet han evolucionado y revolucionado al mundo y siguen creciendo, es posible tener al mundo en nuestras manos con tan solo estar frente a una computadora. Como consecuencia de todos los beneficios que el Internet trae consigo, algunas personas incrementan significativamente las actividades que realizan a través de él, lo que empieza a generar una dependencia psicológica, independientemente de la edad de la persona, de la ubicación geográfica y/o de la cultura. Además, si sumamos esto, con otros factores como son, el aislamiento, el bullying, problemas familiares y/o adicción a algún tipo de droga, se encontrara a personas que son fuertemente vulnerables a ser adictos o dependientes.

Al no estar satisfechas las necesidades de los jóvenes, ya sea en el aspecto social, familiar, económico, etc., le trae decadencias, que trata de compensar con otras actividades, en este caso la adicción al Internet y a todo lo que se puede conseguir con el. Por esto es importante conocer los factores y razones que propician que alguien se vuelva adicto al Internet, los efectos que ocasiona esta adicción en el individuo, al igual que buscar las maneras de que el uso excesivo del Internet se disminuya entre los jóvenes.

En los últimos años se ha observado que ha habido un incremento exponencial en el uso del internet, lo que nos lleva a encontrar un uso excesivo que existe de las nuevas tecnologías, esto en los distintos círculos sociales donde nos desarrollamos (escuela, casa, grupos extracurriculares, etc.), por esto surge la interrogante sobre las adicciones a estas nuevas tecnologías, ¿cuándo se vuelven adicciones?, ¿cómo detectarlas?, y sobre todo en este nuevo ámbito como definimos la adicción a este producto o concepto que acaba de surgir. Dado a estas interrogantes se quiere conocer los diferentes factores que ocasionan que una persona se vuelva dependiente de las diferentes tecnologías con las que se cuenta hoy en día, basándose en los modelos establecidos por diferentes investigadores sobre las adicciones y su relación con la tecnología. Asimismo poder analizar las diferentes cuestiones psicológicas que los afectan en el medio donde se desenvuelven cada día, que los orilla a encontrar un refugio en el Internet y sus diferentes medios de propagación, al igual que mostrará hasta dónde llegan o en donde terminan los individuos que son adictos a la tecnología.

En la actualidad existe una utilización patológica del internet, según estadísticas internacionales entre 1.6% a 8.2% tienen adicción al Internet. Los jóvenes son el grupo más susceptible a este tipo de adicción, ya que son el 30% de la población mundial. A través del estudio realizado por el Foro Económico Mundial en el año 2011 se observa que el índice de aprovechamiento de la tecnología y sistemas digitales de parte de la población es muy bajo a comparación con el aprovechamiento a nivel mundial. Asimismo cabe destacar que México se encuentra en la posición número 78.

Según Wolak, Mitchell y Finkelhor, 2007, el internet proporciona oportunidades amplias del bullying, el cual se basa en infligir daños a través de la red. Además los resultados publicados por Aricak(2008) revelan que solo un 25% de los que sufren bullying lo reportan y solo el 30.6% de ellos logra darle una solución.

Menciona Avci(2008) que el uso de internet ocasiona efectos no deseados sobre los desempeños académicos y sociales. El abuso del internet comienza como un aislamiento que posteriormente los lleva a una compensación social con la búsqueda de un mejor estado de ánimo y generar relaciones estables.

Los niños y jóvenes buscan sensaciones nuevas, por lo que según Echeburúa (2005). El abuso de internet se presenta como una manifestación secundaria a otra adicción principal o a otros problemas patológicos, como la depresión, fobias sociales u otros problemas.

La ciberadicción es un problema por el cual varias personas están pasando. Esta adicción se presenta en todas las edades y la ubicación geográfica no es factor, lo cual es muy preocupante, pues cualquier persona, en cualquier situación, la puede estar padeciendo, en este caso los estudiantes son quienes están más propensos a caer en esta adicción.

Al ser un problema constante, la ciberadicción se plantea como el detonador de la interrogante sobre la cual versa la presente investigación es ¿Cuáles son los factores que propician que los estudiantes de ISC puedan tener una ciberadicción?

Objetivo General

Identificar las razones por las cuales los estudiantes de Ingeniería en Sistemas Computacionales en el nivel superior llegan a padecer una ciberadicción.

Objetivos específicos

- ☐ Determinar el marco teórico referencial temático.
- ☐ Diseño del instrumento de recopilación de información en torno a las ciberadicciones.

Metodología

El propósito de la investigación está encaminado a identificar las razones por las cuales los estudiantes llegan a padecer una ciberadicción, por lo que se plantea como hipótesis: Los estudiantes de la Escuela Superior de Cómputo son vulnerables a las ciberadicciones, y un factor que marca la diferencia es el tiempo que se utilizan estas nuevas tecnologías, resaltando el uso del internet a través de los distintos dispositivos que hace posible el acceso, dando esto pie a que las fobias sociales la depresión y el aislamiento sean causa y consecuencia de este uso excesivo, inclusive esto es una alteración de la persona y sus círculos sociales.

Se considera como entorno especial y temporal para fines de la investigación a la Escuela Superior de Cómputo, (Escuela de nivel superior del área de Ingeniería en Sistemas Computacionales). En el periodo escolar 2015 - 2016, específicamente en el semestre Septiembre 2015 – Enero 2016.

Se trata de un estudio descriptivo. Que Dankhe(1986) describe de la siguiente manera: Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis (Dankhe, 1986). Miden y evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno o fenómenos a investigar.

El sujeto de investigación contemplado corresponde a los estudiantes de la Escuela Superior de Cómputo que cursan el primer semestre de la carrera Ingeniería en Sistemas Computacionales,

cubriendo el rango de edad de 17 a 25 años. Se sexo indistinto con acceso a la red, mediante algún dispositivo electrónico ya sea computadora o dispositivo móvil.

Marco Teórico

La adicción al internet se define como una dependencia psicológica caracterizada porque la persona adicta incrementa significativamente las actividades que realiza en este medio. En las últimas décadas se ha tenido una gran expansión tecnológica la cual ha permitido que la mayoría de personas tenga acceso a internet, siendo la segunda tecnología más usada después de la telefonía móvil (Navarro, Álvaro, Germán, Rueda 2007), y que toda la información sea fácil de encontrar y accesible para todo el mundo.

Si bien el internet es una herramienta que favorece la comunicación y la difusión de información y de conocimiento su uso excesivo puede traer consecuencias similares a las del uso de drogas por ejemplo: problemas con la familia y demás grupos sociales, disminución del rendimiento académico, déficit de atención e hiperactividad, ansiedad, algunos casos han sido tan graves que han llegado al suicidio. El uso patológico de internet también conocido como UPI suele definirse como un trastorno de control de impulsos (Mitchell, 2000).

En los adolescentes las ciberadicciones surgen cuando las persona emplean la mayor parte de su tiempo navegando por internet, esto les genera un estado de excitación que les impide parar limitando sus horas de sueño y obligándolos a restar importancia a otras actividades que deberían de ser primordiales como la escuela.

Es importante destacar que las ciberadicciones se caracterizan por un fuerte malestar cuando la persona no está en línea. Se han encontrado algunas semejanzas entre la adicción a internet y el juego

patológico esto debido a que comparten algunas similitudes entre las que se encuentran: tolerancia, abstinencia, incremento en el uso, continuación de la conducta a pesar de los problemas que esto le pueda ocasionar al individuo.

Actualmente el progreso social sucede en paralelo con el desarrollo de la tecnología y la comunicación. Las TIC promueven nuevas formas de entablar relaciones tanto nuevas como una alternativa en las relaciones ya establecidas (Castells, 2001) citado por (Sánchez, Beranuy, Castellana, Chamarra y Oberst, 2008) internet favorece la aparición de un modelo social de relación que se podría denominar Individualismo en red, es decir, individuos que construyen, en Internet, sus redes de intereses y afinidades.

- Clasificación de ciberadicciones

Existen diferentes clasificaciones de las llamadas ciberadicciones, sin embargo no existe una oficial ya que el término “ciberadicción” todavía no es acuñado formalmente por la psiquiatría. El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales según American Psychiatric Association y la clasificación internacional de las enfermedades de la Organización Mundial de la Salud (Sánchez, 2008), no reconocen las adicciones conductuales como trastornos mentales, excepto el juego patológico. Sin embargo en la literatura científica actual se encuentran términos como adicción a internet acuñado por la doctora Young y adicción a la computadora adoptado por Charlton en 2002 (Sánchez, 2002)

La principal es la adicción al internet que es considerada como una dependencia psicológica, esta actividad se convierte en la más importante para el usuario a tal grado que llega controlar sentimientos y pensamientos. Se presenta una preocupación por Internet cuando el usuario no está conectado además de sentir una gran ansiedad al no estar en línea, estos síntomas traen como consecuencia una reacción agresiva si el usuario pasa periodos prolongados de tiempo lejos de un dispositivo con acceso a internet. Para los usuarios adictos a este medio, sus relaciones suelen ser a

través de salas de chat o redes sociales, y su tiempo de ocio y esparcimiento es dedicado completamente a internet.

Dentro de la misma clasificación se encuentra la dependencia al teléfono móvil la cual puede generar cambios radicales en el estado de ánimo así como altos grados de ansiedad, sentimiento de inseguridad, y un miedo irracional a salir sin teléfono móvil ya que se siente que sin él no se puede hacer nada.

Se puede apreciar que a pesar de los efectos perjudiciales se mantiene la conducta. Algunos de los efectos perjudiciales del uso excesivo del teléfono móvil son: deudas con las empresas operadoras, de manera específica los adolescentes y pre adolescentes tienden a robar, mentir y engañar a sus padres para conseguir dinero y así poder recargar saldo a su teléfono según Criado, (2005) citado por (Navarro,2007)

Además uno de los riesgos más evidentes de hoy en día por el uso adictivo del celular, es el poner en peligro la seguridad propia y la de terceros al no poder dejar el celular incluso a momento de manejar. Cada vez son más frecuentes los accidentes automovilísticos provocados por la distracción del conductor con el celular.

- Factores que favorecen el desarrollo de la ciberadicción

El uso de internet (así como cualquier otro comportamiento) puede crear una adicción en el sujeto, esto se da en función de la relación que establezca el usuario con ese uso (Sánchez e Iruarrizaga, 2009). Así es como existen distintas variables, que dependiendo de los valores que tomen estas sellegue a una ciberadicción o a otra. En añadidura, estas variables también definen los síntomas que padecería una persona con alguna ciberadicción. Por lo tanto, algunas personas tienen cierta predisposición a padecer una ciberadicción, ya que cumplen con algunos patrones que propician la

patología. En este sentido, es de suma importancia el identificar las variables que favorecen la ciberadicción, así como relacionarlas con los síntomas que presenta el afectado, dado que con base en esto, se podrá tratar la ciberadicción de la manera más óptima y efectiva posible. Por lo tanto hay ciertas características de personalidad, estados emocionales, circunstancias, y un largo etcétera de circunstancias que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones (Echeburúa, 1999).

Por ejemplo un factor que favorece a todos los tipos de ciberadicciones estudiadas, evidentemente es el acceso a la tecnología, pero este factor no solo se debe limitar a esta definición, dado que el solo hecho de que algún individuo tenga acceso a la tecnología no es un factor determinante, sino que se deben de dar las circunstancias para que el individuo se vuelva ciberadicto. Un ejemplo de estas circunstancias sería que únicamente el usuario tiene acceso al dispositivo electrónico. Por esto es determinante el no solo especificar el factor, sino que además definir las circunstancias en las que se deben de dar estos factores.

Según Sánchez e Iruarrizaga (2009), la adicción a internet resultar ser únicamente un trastorno secundario a otros trastornos los cuales normalmente se originan por razones muy variadas. Ejemplos de estos trastornos principales serían fobia social, depresión, adicción al sexo o diversas parafilias. Por lo tanto, internet puede contribuir a una patología anterior, todo esto por su enorme cantidad de recursos disponibles para el mundo que permiten aumentar la intensidad de su adicción o compulsión (Griffiths citado por Sánchez e Iruarrizaga, 1998). Fundamentalmente, el padecer una patología, ya sea adicción o compulsión, o haber padecido alguna con anterioridad, es un factor bastante determinante para padecer una ciberadicción.

De acuerdo con Echeburúa (1999) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009), hay bastantes déficits que hacen a una persona más vulnerable a padecer alguna ciberadicción. Algunas de ellas son:

Déficit de personalidad. Por ejemplo introversión o baja autoestima. Estos comportamientos psicológicos aíslan a la persona, les complica relacionarse con la sociedad de manera personal, entonces usan internet para entablar conversaciones que en persona no serían capaces de relacionar.

Déficit en las relaciones Interpersonales. Por ejemplo timidez o fobia social. Aunque en un principio puedan parecer muy parecidos con los anteriores, la mayor diferencia es que quienes padecen estos déficit normalmente tienen problemas serios para comunicarse, no solo en persona sino que en cualquier medio. Por lo tanto en internet no buscan socializar, sino que solo buscan ser observadores, teniendo la ventaja que en internet no pueden ser observados.

Déficit cognitivo. Ejemplos de este déficit son la fantasía descontrolada, atención dispersa y tendencia a la distracción.

Las personas más vulnerables son las mujeres y hombres que padecen depresión, desorden bipolar, ansiedad, autoestima baja, o las personas que tratan de recuperarse de una adicción anterior, muchos admiten abiertamente tener una personalidad adictiva y que previamente abusaron de la medicación, alcohol, tabaco o comida. (Sánchez e Iruarrizaga, 2009).

En conclusión, los factores de riesgo para padecer una ciberadicción, de manera general son: tener problemas al socializar, presentar problemas de socialización en persona, padecer o haber padecido una adicción anteriormente, tener algún mal psicológico que impide la integración total con la sociedad, ser víctima de algún tipo de aislamiento, tener acceso a internet a un dispositivo con un dispositivo personal, o haber perdido la movilidad psicomotriz, limitando y encerrando al individuo. Como se puede observar, estos factores son muy distintos entre sí, por lo tanto la combinación de algunos de ellos orillan a una ciberadicción o a otra.

- Síntomas de una ciberadicción

En el diagnóstico del padecimiento de alguna ciberadicción, así como en el diagnóstico de cualquier enfermedad hay que identificar ciertos síntomas para tener un diagnóstico certero. Pero como se ha abordado en este trabajo de investigación, hay diversos tipos de ciberadicciones, y por lo tanto cada uno de ellos tendrá síntomas propios, pero bien como han demostrado los análisis de estudios realizados a pacientes por Golberg(1995) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009), hay bastantes síntomas que comparten las ciberadicciones entre sí. Otro autor que ha hecho estudios sobre estos síntomas es Young(2001) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009), el cual los maneja como comportamientos que funcionan como señales de advertencia para llegar a la conclusión de que la persona tiene alguna ciberadicción.

Para comenzar, lo ideal sería mostrar los que con base a las investigaciones son los síntomas que presenta una persona es ciberadicta. Los síntomas más trascendentes según Golberg(1995) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009) son:

- ☐ Necesidad de incrementar notablemente la cantidad de tiempo en internet para lograr satisfacción.
- ☐ Notable disminución de los efectos con el uso continuado de la misma cantidad de tiempo en internet.
- ☐ Presentar dos o más de los siguientes comportamientos después de una abstinencia al internet: agitación psicomotora, ansiedad, pensamientos obsesivos acerca de lo que estará sucediendo en internet, fantasías o sueños acerca de internet, movimientos de tecleo voluntarios o involuntarios, los síntomas causan malestar o deterioro en las áreas sociales, laborales u otra área importante de funcionamiento.
- ☐ El uso de internet está dirigido a aliviar o evitar los síntomas de la abstinencia.

- ☐ Se accede a internet con más frecuencia o por períodos más largos de los que inicialmente se pretendía.
- ☐ Deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el uso de internet.
- ☐ Se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con el uso de internet.
- ☐ Actividades sociales, ocupacionales o recreativas se dejan o reducen a causa del uso de internet.
- ☐ Internet se continúa usando a pesar de saber que se tiene un persistente o recurrente problema físico, social, ocupacional o psicológico que parece ser causado o exacerbado por el uso de internet.

Ahora bien el autor Young(2001) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009) establece algunas advertencias de riesgo a tener una adicción a internet, específicamente al sexo por internet, pero se pueden generalizar estas señales de advertencia, las más importantes son:

- ☐ Habitualmente gastan cantidades significativas de tiempo en internet consumiendo su contenido.
- ☐ Se sienten ansiosos por realizar actividades que se hacen en línea.
- ☐ Prevén la próxima sesión en línea con la expectativa de encontrar satisfacción.
- ☐ Esconden sus interacciones en línea a su entorno más significativo.
- ☐ Sienten culpa o vergüenza acerca del uso de la red.
- ☐ Invierten menos tiempo en sus relaciones reales, interactuando más con personas ficticias.

Como explica Young(2001) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009), no todos los síntomas deben de ser presentados para padecer alguna ciberadicción. Aunque se puede dar el caso de que se presenten todos los síntomas, pero unos en mayor medida que otros.

Posterior a analizar las señales de advertencia de Young(2001) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009) y los síntomas más generales que definió Golberg(1995) citado por Sánchez e Iruarrizaga(2009), para fines de esta investigación se definieron los siguientes síntomas de una ciberadicción.

- ☒ Gastan bastante tiempo de su día en internet.
- ☒ Con el paso del tiempo se desea pasar más y más tiempo en internet.
- ☒ Presentan ansiedad cuando no tienen acceso a internet.
- ☒ Se usa el internet para aliviar algún dolor.
- ☒ Sienten pena por su uso excesivo de internet, así como por las actividades que realizan, deteriorando sus relaciones interpersonales en la vida real.
- ☒ Se vuelven incapaces de dejar internet aun sabiendo el daño que les genera su uso.

Para concluir, estos síntomas son unos indicadores útiles para saber si una persona presenta una ciberadicción, con base en esto si se desea realizar un diagnóstico sobre si una persona presenta una ciberadicción, buscar la presencia de algunos de estos síntomas es un buen inicio para el diagnóstico, ya que si se tiene algún nivel de dependencia a internet se verá reflejado en algunos de estos síntomas.

- Efectos Perjudiciales

El internet, es una herramienta extraordinaria, se puede ir a cualquier sitio, ser cualquier tipo persona, y encontrar información referente a cualquier tema. el uso que se le ha dado al internet empieza a ser problemático cuando alguien hace uso indiscriminado ya no importando el momento o el lugar donde

se encuentre, a esto le sumamos los lazos tan débiles de las relaciones interpersonales de estos tiempos, la búsqueda de protección, y la necesidad de alejarse de lo que molesta o incómoda tratando de evadir la realidad, surgen problemas psicológicos, físicos, económicos y en su círculo social, por lo tanto, el individuo comienza a tener un declive en su calidad de vida.

Uno de los orígenes de estos problemas con el internet es el anonimato y a la accesibilidad, así un gran número de individuos hacen uso de la red para dañar, difamar a otras personas con el fin de sentirse superior a los demás, este fenómeno es lo que conocemos como Cyber-Bullying, el cual ocasiona problemas a ambas partes (víctima y victimario) (Maldonado 2015), en este rubro

Otro riesgo importante y que va en aumento, es el encontrarse con diferentes tipos de contenidos inapropiados e incluso ser víctimas de delitos sexuales, ya que a los adictos al Internet pretenden mostrar un perfil acorde con sus intereses, además están interesados en comunicarse de manera on-line, que según Lei & Wu (2007), buscan una compensación social, es decir reconocimientos y la posibilidad de establecer relaciones más estables, debido al aislamiento y los eventos estresantes de su vida cotidiana.

Es importante conocer que ocasionó la adicción y el grado de ella que tiene el individuo, al igual que las variantes que ha tomado en dicha adicción, para poder darle un tratamiento adecuado, y una solución definitiva con distintas técnicas ya conocidas.

- Manejo de la adicción

Al ser una adicción como tal, la ciberadicción puede ser tratada de manera multidisciplinaria, haciendo necesario el uso de medicamentos para tratar algún daño físico causado durante el tiempo de adicción; como también puede ser necesario un tratamiento en el campo psicológico, en el cual será

necesario el apoyo del afectado como también se puede requerir el apoyo de algunos conocidos o familiares.

Para poder tratar la adicción primero debemos de reconocer cuáles fueron las causas por las cuales el afectado cayó en ella. Estos suelen ser en su mayoría temas psicológicos, como: sus capacidades personales, sociales y culturales. Desde la perspectiva de Aguirre y Zurita (2015) se pueden contemplar los siguientes 4 componentes:

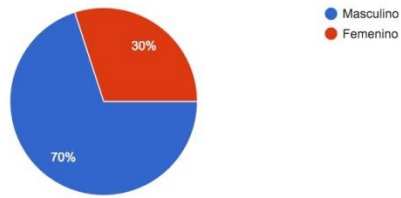
El uso excesivo, se asocia con frecuencia a la pérdida de la noción del tiempo, lo cual lleva a la privación de necesidades básicas (comer, dormir, etc.). Síntomas de abstinencia, se incluyen sentimientos de ira o depresión cuando no se conecta al internet. Anhelar y la tolerancia, incluyendo una necesidad dominante para consumir de productos tecnológicos cada vez más sofisticados y pasar más horas en línea.

Las repercusiones negativas pueden incluir:

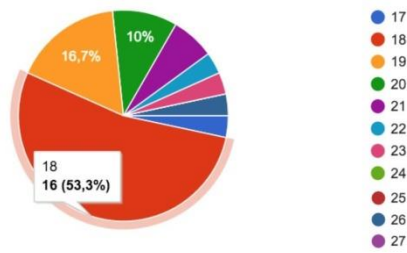
- ☐ Discusiones con personas cercanas lo cual causa tensión en ambiente familiar u ocupacional.
- ☐ Necesidad de mentir para esconder los hechos acerca del uso de internet para evitar discusiones.
- ☐ Aislamiento social y pérdida de amistades.

Por el momento no se cuenta con un tratamiento válido en los 2 campos, tanto psicológico como farmacológico.

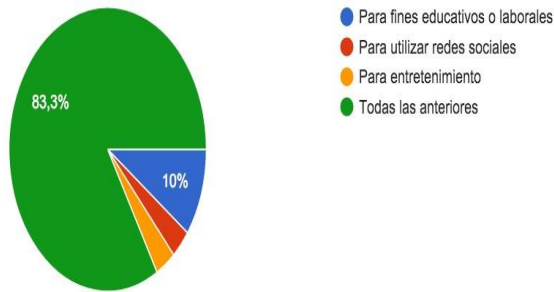
Selecciona tu sexo. (30 respuestas)



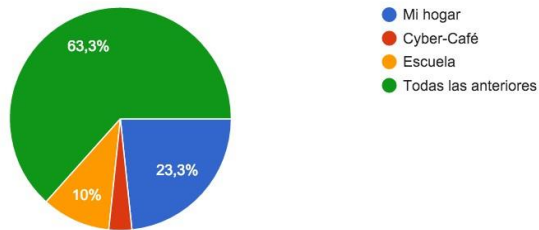
Selecciona tu edad (30 respuestas)



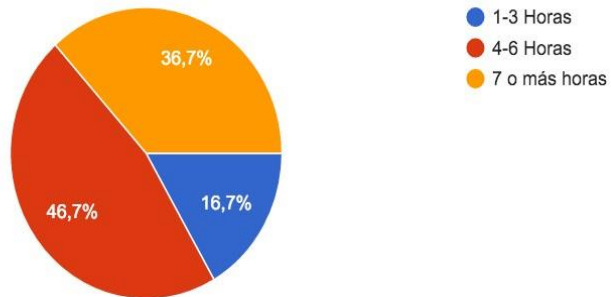
¿Para qué utilizas el Internet? (30 respuestas)



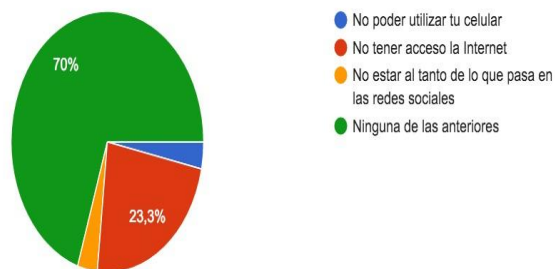
¿En dónde tienes acceso a internet? (30 respuestas)



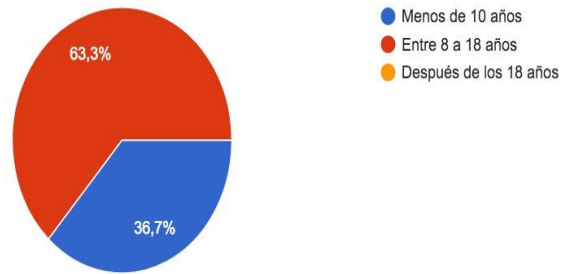
¿Cuánto tiempo pasas en Internet? (30 respuestas)



¿Cuál de las siguientes situaciones te causa ansiedad? (30 respuestas)



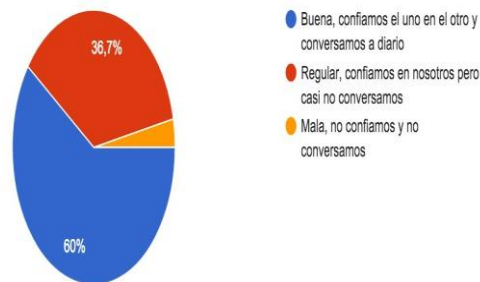
¿Desde que edad tuviste tu primer acercamiento a internet? (30 respuestas)



¿Por qué medio se te hace mas fácil el entablar relaciones interpersonales? (30 respuestas)

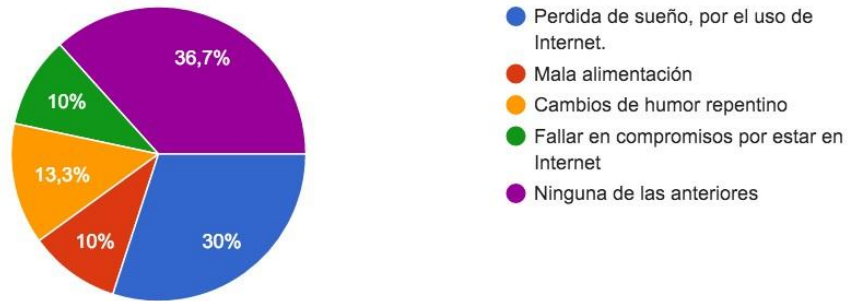


¿Cómo consideras la relación con tu familia? (30 respuestas)

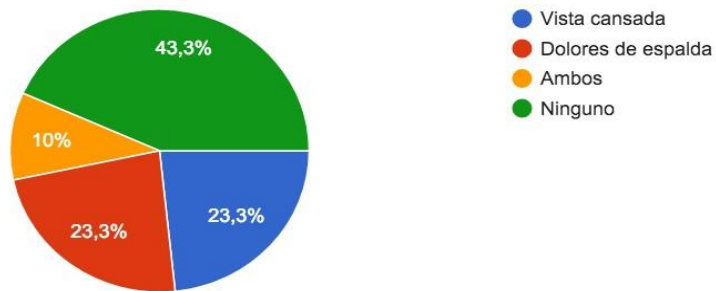


¿Cuál de las siguientes problemáticas se han presentado con mayor frecuencia en tu vida diaria?

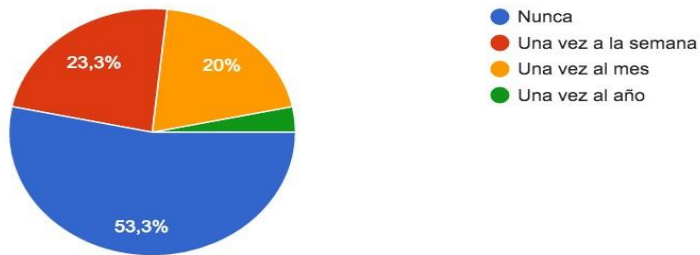
(30 respuestas)



¿Cuál de las siguientes malestares físicos padeces? (30 respuestas)

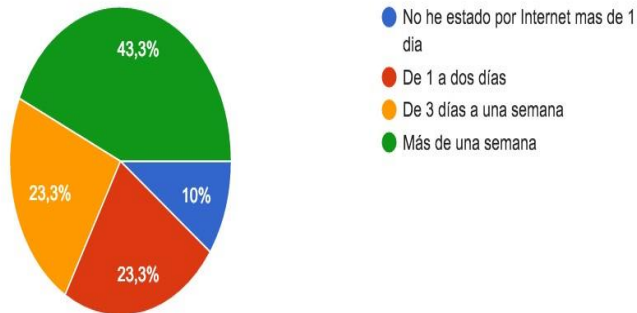


¿Con qué frecuencia tienes comunicación con extraños? (30 respuestas)

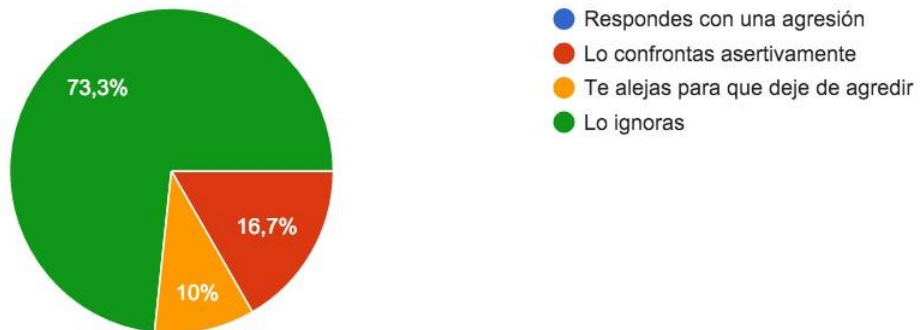


Desde que tienes acceso a Internet, ¿Cuánto a durado el periodo más largo sin que te conectes?

(30 respuestas)

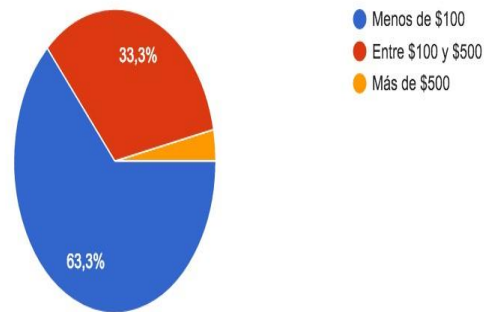


Cuando alguien te insulta vía Internet. ¿Qué haces? (30 respuestas)

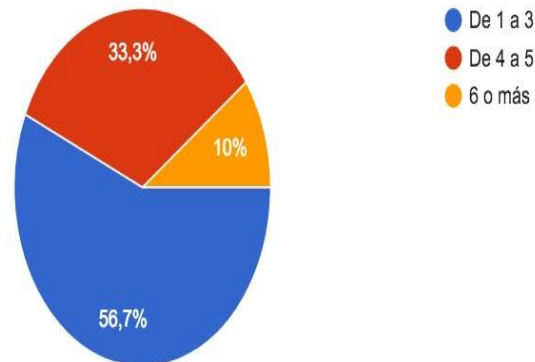


¿En promedio cuánto dinero inviertes al mes en actividades relacionadas con Internet?

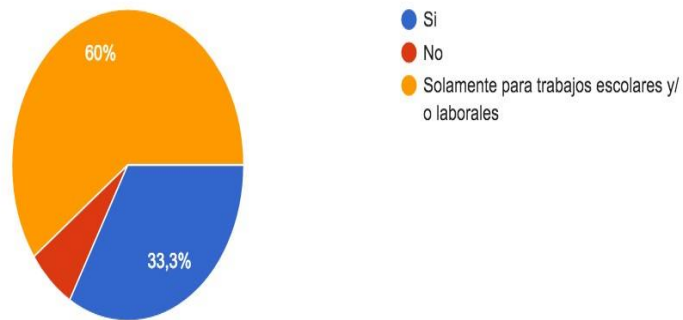
(30 respuestas)



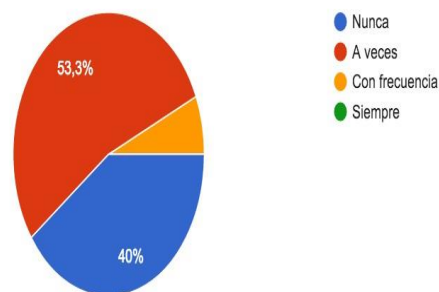
¿Cuántos dispositivos con acceso a internet tienes? (30 respuestas)



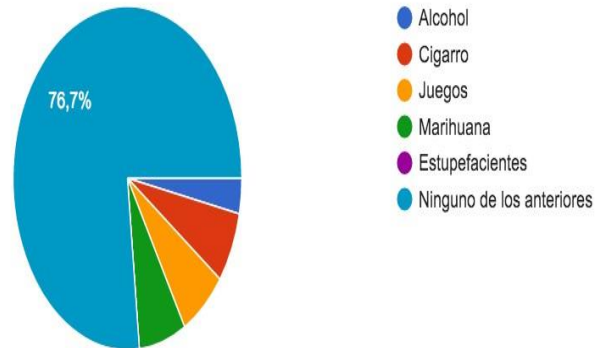
¿Consideras que Internet es indispensable en tu vida cotidiana? (30 respuestas)



¿Con qué frecuencia tienes discusiones con tus amigos o familia por el uso de Internet? (30 respuestas)



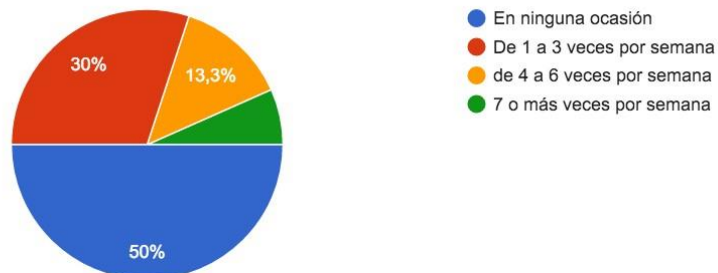
Sientes algún tipo de dependencia a... (30 respuestas)



¿Tienes alguno de los siguientes padecimientos? (30 respuestas)

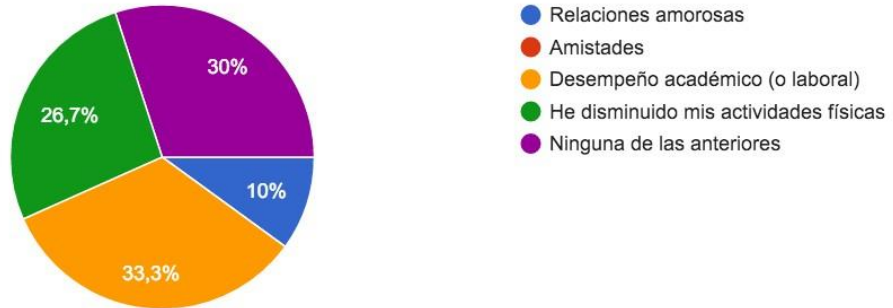


¿Con qué frecuencias accedes a contenido pornográfico? (30 respuestas)

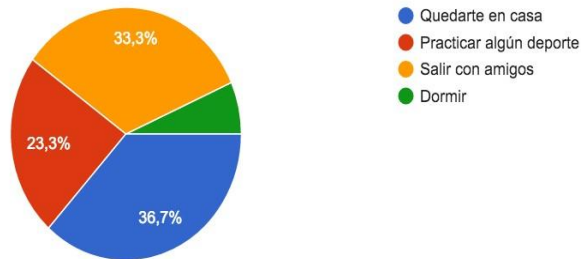


¿Alguno de los siguiente aspectos de tu vida ha sido afectado por el uso de Internet?

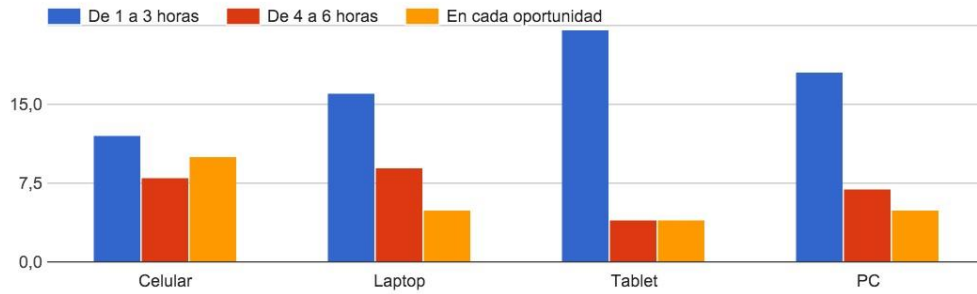
(30 respuestas)



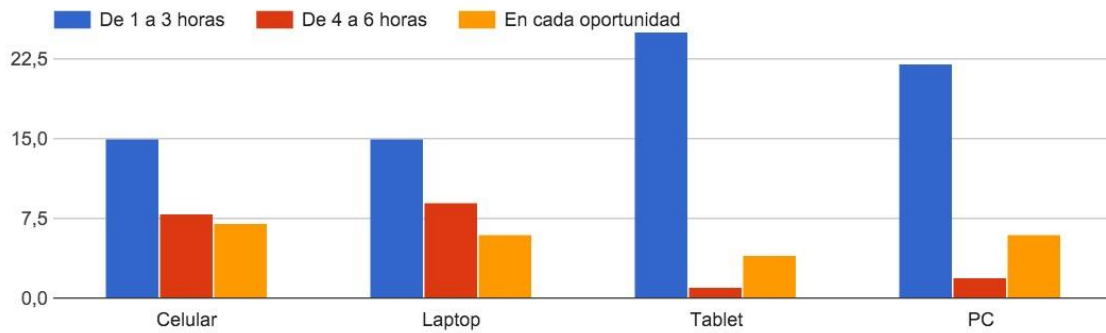
En tu tiempo libre prefieres: (30 respuestas)



¿Cuántas horas utilizabas el dispositivo con el que accedas a Internet cuando era nuevo?

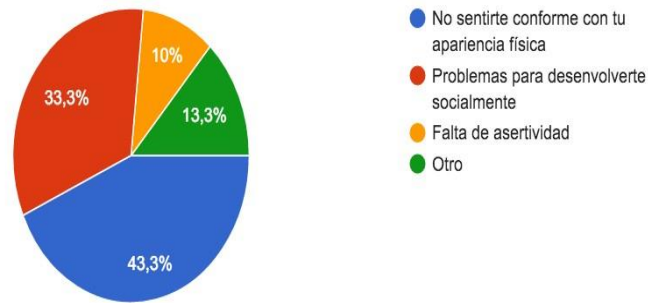


¿Cuántas horas lo utilizas actualmente?



¿Que factores consideras que influyen para que alguien tenga baja autoestima?

(30 respuestas)



Análisis de resultados

Se obtuvo que la mayoría tienen una edad de 18 años, que representan un 53.3%, con dos minorías de 26 y 17 años que representan el 6.66%.

El 70% de los estudiantes son de género masculino, esto es evidente debido a que es una escuela de ingeniería,

La tendencia para el acceso internet se da de una manera más personal, siendo representada por el 56.7%, y esto influye a la desconfianza de las personas y por lo mismo al aislamiento del individuo.

El 83.4% pasan 4 o mas horas en Internet

La mayoría utiliza el internet para realizar las 3 diferentes acciones, mientras que una minoría lo utiliza sólo para fines educativos o laborales.

El 70% comenta no sufrir ningún tipo de ansiedad al no tener acceso a internet o al celular. Mientras que un 23.3% dice sufrir ansiedad al no tener acceso a internet.

A pesar de la facilidad de poder establecer una relación en línea, el 66.7% prefiere relacionarse en persona, mientras un 13.3% prefieren hacerlo por medio de las redes sociales o no hacerlo.

El 60% tiene una buena relación con su familia, mientras el 36.7% considera tener una relación regular, quienes pueden ser más propensos a una adicción.

La edad del primer acercamiento al internet puede ser un factor importante en el desarrollo de una ciberadicción. Con esta gráfica nos damos cuenta que los participantes empezaron a una temprana edad o durante su adolescencia a usar el internet.

Mientras 2 de las opciones (Pérdida de sueño y fallar en compromisos) están relacionadas completamente al internet vemos que juntas tienen un 40%. Mientras que el 36.7% no presenta ninguna de estas problemáticas.

Esta gráfica muestra que el 43.3% de los estudiantes no padecen malestares físicos, del 56.7% que padecen malestares físicos padecen ya sea vista cansado o dolores por igual, y únicamente el 10% padecen ambos malestares físicos. Los malestares físicos como vista cansada son debidos a un uso excesivo de la computadora, mientras que el dolor de espalda puede ser dado por una mala postura la sentarse o caminar.

A pesar de lo fácil que es entablar conversaciones con extraños por internet, el 53.3% de los estudiantes no lo hace nunca. Mientras que los que se comunican con extraños vía internet lo hacen con cierta frecuencia, ya que el 23.3% lo hace mínimo una vez a la semana.

La manera de reaccionar ante una agresión por internet que la mayoría de los encuestados presenta es ignorando a quien agrede, y ningún encuestado afirmó responder con una agresión. Esto nos muestra que para la mayoría de los estudiantes evaden las agresiones en internet.

El 50% de los estudiantes encuestados no acceden a contenidos pornográficos en ninguna ocasión por semana. De los estudiantes que acceden a este tipo de contenidos, al parecer lo hacen con una frecuencia de 1 a 3 veces por semana en su mayoría.

El 43.3% de quienes tienen acceso a internet, han dejado de realizar actividades en el mismo más de una semana, queriendo decir que no presentan dependencia al mismo. Mientras que un 10% afirma que no ha estado sin acceder a internet más que un día.

Como la gran mayoría de quienes acceden a internet lo hacen para entretenimiento y cuestiones laborales, el 60% consideran que internet únicamente es indispensable en su vida laboral o académica. En gran parte esto es debido a que hay más medios de entretenimiento. Mientras que el 33.3% piensa que internet es indispensable en su vida en general.

El 76.7% de los estudiantes no han presentado ningún tipo de adicción en su vida. El cigarro, los juegos y la marihuana son adicciones que tienen el 6.7% cada una de ellas, siendo las más comunes, y por último lugar está la dependencia al alcohol con un 3.3%.

El número de dispositivos con los que se tiene acceso a internet son determinantes, como podemos observar en la gráfica el 56.7% tiene de 1 a 3 dispositivos con acceso a internet. Por el lado contrario únicamente el 10% tienen 6 o más dispositivos con acceso a internet.

El dinero que se invierte en internet tiene mucha dependencia en el uso que le dan a internet, el 63.3% de las personas gastan menos de \$100 en actividades relacionadas con el internet, lo cual es un gasto bastante bajo. Además el 33.3% gasta entre \$100 y \$500 mensuales, probablemente este 33.3% que gastan tales sumas sean por gastos en juegos online o pago de servicios de entretenimiento.

El 53.3% de los encuestados tienen de vez en cuando discusiones con sus conocidos acerca de su uso del internet, esto muestra que más de la mitad de los encuestados tienen comportamientos relacionados con internet que no les parecen correctos a los demás. Mientras que el 40% no ha presentado discusiones.

El 90% de los encuestados no presentan ninguna discapacidad física, ni trastornos psicológicos. Únicamente el 6.6% presenta una discapacidad física y el 3.3% un trastorno de personalidad, esto es debido en gran parte por el entorno donde se aplicó el cuestionario, ya que fue realizado en una escuela.

Se puede apreciar que el uso excesivo del internet afecta el desempeño académico y laboral del 33.3% de los encuestados, así mismo el 26.7% de los encuestados a disminuido la cantidad de actividad física que realizaba por el uso de internet. Las relaciones amorosas del 10% se vieron afectadas, y el 30% de los encuestados dice no haber sido afectado en ninguno de los aspectos anteriores.

El celular es el dispositivo que se utiliza con mayor frecuencia cuando es nuevo, mientras que la tablet es el que menos se utiliza, por lo menos 5 de las 30 personas encuestadas utilizaron todos los dispositivos los dispositivos en cada oportunidad.

La cantidad de que utilizaban el celular en cada oportunidad disminuyó después de que éste dejó de ser nuevo, de igual forma el número de horas de uso de la tablet, fenómeno que también se observa en el uso de la PC.

El 36.7% de los encuestado prefiere pasar su tiempo libre en casa, 33.3% sale con sus amigos en su tiempo libre y solamente el 23.3% realiza algún deporte mientras que el 6.7% prefiere dormir.

Poco menos de la mitad de los encuestados considera que el no sentirse conforme con la apariencia física es el principal factor para tener una baja autoestima, esto denota la importancia que los jóvenes le dan a la apariencia física. El 33.3% piensa que el principal problema es el no saber desenvolverse socialmente por otro lado el 10% piensa que el factor más importante es la falta de asertividad

Conclusión

Se determina que las razones por las cuales los estudiantes de Ingeniería en Sistemas Computacionales en el nivel superior llegan a padecer una ciberadicción son: la relación con su familia, la falta de sueño, cambios de humor, miedo a salir sin el celular, incapacidad de suspender el uso del teléfono, la reducción de actividades físicas, limitadas formas de divesión, insomnia, problemas en las relaciones intrapersonales e interpersonales, ansiedad, obesidad, irritabilidad y depresion.

Por lo que, las ciberadicciones son un problema realmente presente en el sujeto de estudio, considerándose un grupo de riesgo ya que varios han presentado algún síntoma de padecimiento de una ciberadicción, además que los efectos perjudiciales de las mismas cada vez son más notorios en nuestra comunidad, tal es el caso de que el 33.3% de los alumnos afirmaron que su desempeño académico o laboral se ha visto afectado por el uso de internet, siendo este porcentaje mayor que el 30% quienes respondieron que no han visto afectado algún aspecto de su vida por el uso de internet.

Al ser una escuela de nivel superior de ingeniería se observó que se accede internet bastantes horas al día, con el 46.7% que pasan de 4 a 6 horas al día, en gran medida debido al aspecto académico, ya que el 60% únicamente considera indispensable al internet para trabajos escolares o laborales. Además los alumnos han mostrado ciertos malestares físicos como vista cansada y dolores de espalda con el 23.3% cada uno, esto ha afectado su relación con las personas dado que el 53.3% ha tenido discusiones con su familia y amigos por su uso de internet.

el uso excesivo del internet afecta el desempeño académico y laboral del 33.3% de los encuestados, así mismo el 26.7% de los encuestados ha disminuido la cantidad de actividad física que realizaba por el uso de internet. Las relaciones amorosas del 10% s vieron afectados, y el 30% de los encuestados dice no haber sido afectado en ninguno de los aspectos anteriores.

Bibliografía

- E, & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. (Sociedad Científica Española de Estudios sobre Alcohol, el alcoholismo y las otras toxicomanías.) Obtenido de Redalyc: <http://redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>.
- Marciales Vivas, G. P., & Cabre Torres, F. (3 de Septiembre de 2011). Internet y pánico moral: revisión de la investigación sobre la interacción de niños y jóvenes con los nuevos medios. (Pontificia Universidad Javeriana) Obtenido de Redalyc: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64722377017>.
- Navarro, M., Álvaro, A., Jaimes, R., & Germán, E. (2007). Adicción al internet: revisión crítica de la literatura. Revista Colombiana de Psiquiatría, 691-700.
- Sánchez- Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción al internet y al móvil ¿trastorno o moda? adicciones, 149-159.
- F. Labrador y S. Villadangos Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problemas de adicción. Psicothema 2010. Vol. 22 n°2, pp 180-188 issn 0214-9915 CODEN PSOTEG
- M. Hernández. Adolescentes y nuevas adicciones. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq 2015. aceptado 03/11/2014 doi 10.4321/S0211-57352015000200006
- Milani, L. Osualdella, D. & Di Blasio, P. (2009). Quality of interpersonal relationships and problematic internet use in adolescence. CyberPsychology and Behavior, 12 (6), 681-684.
- S. Sánchez. e I. Iruarrizaga. Nuevas Dimensiones, Nuevas Adicciones: La Adicción al Sexo en Internet. Psychosocial Intervention, vol. 18, núm. 3, diciembre, 2009, pp. 255-268. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, Madrid, España. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179814227005>.
- Cabús Piñol, Gemma; Geijo Uribe, Soraya; Imaz Roncero, Carlos; Sánchez Lorenzo, Isabel; Domínguez Martín, Cristina; (2012). Revisión de los mecanismos implicados en el uso problemático de Internet. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, Sin mes, 691-705. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265025475011>

- C. Domínguez; S. Geijo; I. Sánchez; C. Imaz; G. Cabús. Revisión de los mecanismos implicados en el uso problemático de Internet. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, vol 32, núm. 116, 2012, pp. 691-705. Asociación Española de Neuropsiquiatría. Madrid, España. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265025475011>

- LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN MÉXICO. Tendencias y desafíos
Yazmín Cruz López; Anna Karina Cruz López;
Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior 2008, 13 (2)
da Avaliação da Educação Superior 2008, 13 (2)

- Narro Robles, José; Martuscelli Quintana, Jaime y Barzana García, Eduardo (Coord.).(2012) Plan de diez años para desarrollar el Sistema Educativo Nacional. [En línea]. México: Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial, UNAM
<<http://www.planeducativonacional.unam.mx>>

- World Economic Forum, Las Economías Latinoamericanas todavía están atrasadas en el Aprovechamiento de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, a pesar de estar avanzando según un nuevo Informe Global Sobre Tecnología[En línea], Disponible en:<http://www.weforum.org/news/las-econom%25C3%25ADas-latinoamericanas-todav%25C3%25ADa-est%25C3%25A1n-atrasadas-en-el-aprovechamiento-de-las-tecnolog%25C3%25ADas>

- Ybarra, M. L. & Mitchell, K. J. (2005). Exposure to internet pornography among children and adolescents: A national survey. CyberPsychology and Behavior.

- Lei, L. & Wu, Y. (2007). Adolescents' paternal attachment and internet use. CyberPsychology and Behavior, 10 (5), 633-639.

- Aguirre, M & Zurita, M (2015). Ciberadicción y funcionalidad familiar en adolescentes de octavo de básica y tercer año de bachillerato en el Colegio Militar Miguel Iturralde de Portoviejo y Colegio Militar Eloy Alfaro de Quito en el mes de enero de 2015. Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/8874>

- Mendoza, J (2015). La cultura digital en la comunicación social: uso de la red social Facebook en adolescentes de 14 a 17 años del sur de Quito, estudio de caso “Las caídas”. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/5018>