

**Adicción a las Redes Sociales Virtuales por Parte de los Estudiantes de Bachillerato de
la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la Ciudad de Pasto**

Jenifer Andrea Beneth Benavides

Universidad de Nariño
Facultad de Ciencias Exactas y Naturales
Programa de Licenciatura en Informática
San Juan de Pasto

2022

**Adicción a las Redes Sociales Virtuales por Parte de los Estudiantes de Bachillerato de
la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la Ciudad de Pasto**

Jenifer Andrea Beneth Benavides

Trabajo de Grado Presentado como Requisito para Optar al Título de Licenciada en
Informática

Asesor:

Mg. Luis Eduardo Paz Saavedra

Universidad de Nariño
Facultad de Ciencias Exactas y Naturales
Programa de Licenciatura en Informática
San Juan de Pasto

2022

NOTA DE RESPONSABILIDAD

Las ideas y conclusiones aportadas en el siguiente trabajo son responsabilidad exclusiva del autor.

Artículo 1° del Acuerdo No. 324 de octubre 11 de 1966 emanado por el Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.

NOTA DE ACEPTACIÓN

Luis Eduardo Paz Saavedra
Firma del asesor

Karol Viviana Luna Zarama
Firma del Jurado

Jairo Omar Játiva Erazo
Firma del Jurado

San Juan de Pasto, 1 de marzo del 2022

AGRADECIMIENTOS

Principalmente a Dios por darme la vida, la salud y las fuerzas necesarias para levantarme ante cada tropiezo, a mis padres Luis Beneth y Marina Benavides quienes día a día me brindan su apoyo y están siempre pendientes de mi formación, agradezco especialmente a mi novio Jorge Muñoz, quien con su amor, paciencia y gran apoyo me acompañó incondicionalmente durante todo este proceso.

De igual manera a mi asesor y guía Luis Eduardo Paz, por sus grandes enseñanzas, sus valiosos aportes, su compromiso y entrega que me permitieron culminar satisfactoriamente este proyecto.

Agradezco al Rector, a los docentes, a los estudiantes y a la comunidad educativa en general de la I.E.M. Liceo Central de Nariño quienes me abrieron las puertas de la Institución y me permitieron desarrollar la presente investigación.

Finalmente quiero expresar mis más sinceros agradecimientos a los docentes Jairo Játiva, Luz Ángela Ordoñez y Martha Ibarra, quienes con sus aportes contribuyeron en gran medida en el desarrollo de este trabajo. A mis hermanos, amigos y demás familiares que aportaron su granito de arena para que hoy pueda finalizar de la mejor manera mi trabajo de grado.

DEDICATORIA

Quiero dedicar este triunfo principalmente a mis padres, quienes me han brindado su amor y apoyo incondicional en cada momento de mi vida, sus enseñanzas y buenos consejos han permitido que hoy pueda cumplir uno de mis sueños.

A mi novio, por haber contribuido tanto en la realización de este trabajo, como durante todo mi proceso educativo, quien con sus palabras de aliento me animó siempre a seguir adelante y con su ayuda me permitió la consecución de este logro.

RESUMEN

La presente investigación se llevó a cabo en la I.E.M. Liceo Central de Nariño, la cual tuvo como objetivo primordial identificar el nivel de adicción (alto, moderado, bajo) que tienen los estudiantes a las redes sociales virtuales, pues para nadie es un secreto que estas juegan un papel determinante en la cotidianidad de las personas. Así pues, se realizó un estudio cuantitativo, de tipo no experimental, con alcance descriptivo, en el cual se llevó a cabo una serie de pasos que permitieron alcanzar los objetivos propuestos.

En primer lugar se realizó un acercamiento al personal directivo y docente de la Institución mencionada para establecer los pormenores que permitieran el posterior abordaje de la temática con los alumnos, en segundo lugar se llevó a cabo la construcción, validación y prueba piloto de un instrumento de recolección de información acerca del uso que los estudiantes hacen de las redes sociales virtuales, y en tercer lugar, la aplicación de dicho instrumento a los estudiantes pertenecientes a la muestra establecida.

Una vez recolectada la información se procedió a hacer la tabulación y el respectivo análisis de la misma, lo cual permitió identificar y detallar el comportamiento de los estudiantes al momento de utilizar sus redes sociales teniendo en cuenta aspectos como: las redes de mayor uso, los tiempos de permanencia, actividades que realizan a través de estas, y por supuesto, el nivel de adicción que presentan, para finalmente realizar una serie de conclusiones y recomendaciones entorno a los resultados obtenidos.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, redes sociales virtuales.

ABSTRACT

The present research was carried out at the I. E. M. Liceo Central de Nariño, which had as its primary objective to identify the level of addiction (high, moderate, low) that students have to virtual social networks, because for no one it is a secret that these play a determining role in the daily life of people. Thus, a quantitative, non-experimental, descriptive study was carried out, in which a series of steps were carried out to achieve the proposed objectives.

Firstly, an approach was made to the management and teaching staff of the above Institution to establish the details that allow the posterior approach to the subject with the students.

Second, it was carried out the construction, validation, and pilot testing of an instrument for collecting information about the use that students make of virtual social networks. Finally, the application of the instrument to the students belonging to the sample set was made.

Once information has been collected, it proceeded to do the tabulation and the respective analysis of the same, which allowed to identify and detail the student's behaviour in the use of their social networks. Thus, taking into account aspects such as: most used social networks, the time spent in, activities they carry out through these, and of course, the level of addiction that they create, it was possible to collect a series of conclusions and recommendations regarding the results obtained

Keywords: Addiction, social networks, virtual social networks

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	16
1. ASPECTOS GENERALES	18
1.1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	18
1.1.1. Planteamiento del problema.....	18
1.1.2. Formulación del problema.....	22
1.2 OBJETIVOS	22
1.2.1. Objetivo General.....	22
1.2.2. Objetivos Específicos	22
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	22
2. MARCO REFERENCIAL	25
2.1. MARCO TEÓRICO	25
2.1.1. Las Tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC).....	25
2.1.2. Redes sociales vs. Redes sociales virtuales.....	27
2.1.3. Evolución de las redes sociales virtuales	28
2.1.4. Ventajas y desventajas de las redes sociales virtuales	29
2.1.4.1. Ventajas	29
2.1.4.2. Desventajas	31
2.1.5. Influencia de las redes sociales en el rendimiento académico	33
2.1.6. Adicción a las redes sociales virtuales.....	36
2.1.7. Señales de alarma.....	37
2.1.8. Niveles de adicción a las redes sociales virtuales.....	38
2.2. MARCO CONCEPTUAL.....	40

2.3. MARCO CONTEXTUAL	46
2.4. ANTECEDENTES	48
3. METODOLOGÍA	52
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO	52
3.1.1. Tipo de Investigación:	52
3.1.2. Tipo de diseño:	52
3.1.3. Población y muestra:	52
3.1.4. Tamaño de la muestra:	52
3.1.5. Instrumentos de recolección de información.....	53
3.2. DISEÑO PROCEDIMENTAL	54
4. RESULTADOS.....	64
4.1. Generalidades de la población y la muestra	64
4.1.1. Población:	64
4.1.2. Muestra:	64
4.2. Uso de redes sociales	67
4.2.1. Uso de redes sociales por género.	67
4.2.2. Uso de redes sociales por edad.....	68
4.2.3. Uso de redes sociales por grado.....	69
4.3. Redes sociales utilizadas	71
4.3.1. Horas de uso por cada red.....	71
4.4. Frecuencias de uso de las Redes Sociales.....	72
4.4.1. Frecuencia de uso por género.	72
4.4.2. Frecuencia de uso por edad.....	73
4.4.3. Frecuencia de uso para diferentes actividades.....	74

4.5. Características del uso de las redes sociales	76
4.5.1. Indicadores de posible adicción a las redes.....	76
4.6. Adicción a las Redes Sociales.....	79
4.6.1. Adicción a las Redes Sociales – Nivel Alto	80
4.6.2. Adicción a las Redes Sociales – Nivel Moderado	82
4.6.3. Adicción a las Redes Sociales – Nivel Bajo.....	84
4.7. Autopercepción sobre adicción a las redes sociales	85
CONCLUSIONES	88
RECOMENDACIONES.....	90
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	92
APÉNDICE	99

Lista de Tablas

Tabla 1	66
<i>Conformación de la Muestra de Estudiantes por Género</i>	66
Tabla 2	78
<i>Rangos de Puntuación para Cada Nivel</i>	78
Tabla 3	80
<i>Rangos por Frecuencia</i>	80

Lista de Figuras

Figura 1	65
<i>Conformación de la Muestra de Estudiantes por Grado</i>	65
Figura 2	65
<i>Conformación de la Muestra de Estudiantes por Edad</i>	65
Figura 3	67
<i>Conformación de la Muestra de Estudiantes por Género</i>	67
Figura 4	68
<i>Uso de Redes Sociales por Género</i>	68
Figura 5	69
<i>Uso de Redes Sociales por Edad</i>	69
Figura 6	71
<i>Uso de Redes Sociales por Grado</i>	71
Figura 7	72
<i>Horas de Uso por Cada Red</i>	72
Figura 8	73
<i>Frecuencia de Uso por Género</i>	73
Figura 9	74
<i>Frecuencia de Uso por Edad</i>	74
Figura 10	76
<i>Frecuencia de Uso por Actividad</i>	76

Figura 11	79
<i>Porcentaje de Estudiantes por Niveles de Adicción de Acuerdo a la Encuesta</i>	79
Figura 12	81
<i>Adicción a las Redes Sociales – Nivel Alto</i>	81
Figura 13	82
<i>Tendencia de Nivel Alto</i>	82
Figura 14	83
<i>Adicción a las Redes Sociales – Nivel Moderado</i>	83
Figura 15	83
<i>Tendencia de Nivel Moderado</i>	83
Figura 16	84
<i>Adicción a las Redes Sociales – Nivel Bajo</i>	84
Figura 17	85
<i>Tendencia de Nivel Bajo</i>	85
Figura 18	86
<i>Porcentaje de Estudiantes por Niveles de Adicción de Acuerdo a la Autopercepción</i>	86
Figura 19	87
<i>Nivel de Adicción: Paralelo Resultados Cuestionario vs Autopercepción</i>	87

Lista de Apéndices

Apéndice A. Instrumento de recolección de información	99
Apéndice B. Enlace de acceso al cuestionario online:.....	103
Apéndice C. Carta de autorización de la Institución	104

INTRODUCCIÓN

El auge de la tecnología ha generado que las personas permanezcan gran parte de su tiempo empleando dispositivos tecnológicos para llevar a cabo múltiples actividades, hoy en día por ejemplo, mediante el uso de teléfonos inteligentes resulta cómodo acceder desde cualquier lugar y en cualquier momento al mundo virtual, especialmente a las redes sociales de internet, las cuales, con el transcurrir del tiempo se han convertido en aliadas indispensables para el ser humano en actividades como trabajar, estudiar, comprar, vender, comunicarse, compartir información, entre otras.

A nivel investigativo, un punto interesante para debatir es qué tan provechosas resultan estas herramientas especialmente para los estudiantes, quienes se preocupan por mirar y postear fotos o videos, chatear, o hacer nuevos amigos, más que por actividades relacionadas con el ámbito académico; sin embargo, teniendo en cuenta que actualmente el mundo virtual se convirtió en un gran aliado de las instituciones educativas para poder cumplir con su labor, resulta interesante conocer cuál es el uso que les dan los estudiantes, su tiempo de permanencia y si resultan o no benéficas en su vida académica.

En el presente estudio se pretendió además de conocer el uso que los estudiantes hacen de las redes sociales virtuales, identificar el nivel de adicción a las mismas que se presenta en el colegio Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto, a fin de conocer de primera mano aspectos relevantes acerca de esta temática.

Para dar cumplimiento a los objetivos planteados se elaboró un instrumento de recolección de información en el cual se anexó un cuestionario específico de medición de adicción a las redes sociales elaborado por Ecurra y Salas (2014). El instrumento

en general fue debidamente revisado y validado lo que permitió su correcta aplicación.

Además de lo anterior, el presente documento describe la metodología general utilizada en la investigación, que en términos generales consistió en un estudio desarrollado desde el enfoque cuantitativo con un diseño no experimental de alcance descriptivo, a fin de obtener datos que permitieran conocer el nivel de adición de los estudiantes y el uso que les están dando a las redes sociales virtuales.

Así mismo, se presentan los resultados alcanzados en torno a cumplir con los objetivos propuestos en el presente trabajo teniendo en cuenta las implicaciones de cada uno de ellos, con miras a realizar sugerencias que permitan tomar acciones por parte de la institución, en caso de ser necesario.

Los resultados aportados en el presente estudio pueden ser de interés para nuevas investigaciones en las cuales se busque desarrollar e implementar estrategias de intervención en caso de ser necesarias, a su vez que contribuyan a mejorar la utilidad productiva de las redes sociales virtuales en el ámbito educativo.

1. ASPECTOS GENERALES

1.1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.1. Planteamiento del problema

Con el transcurrir del tiempo la tecnología ha avanzado a pasos agigantados, y con ello el uso de las redes sociales virtuales, sobre todo en los adolescentes. Al respecto, Duque (2018) afirma:

Las redes sociales virtuales en la última década se han convertido en un gran impacto mundial por su objetivo de intercambio de información y comunicación, por lo tanto cada vez son más necesarias en el diario vivir; brindando a sus seguidores nuevas facilidades y ventajas de esta herramienta tecnológica, siendo esto realmente llamativo para algunos adolescentes puesto que son ellos los que han ido creciendo de la mano con estas redes, haciendo en algunos casos abuso o uso inadecuado de las funciones de dichas redes, generando algunas conductas que llevan a una posible adicción (p.10)

Actualmente la adicción a estas redes es un problema que se visualiza muy frecuentemente en la población joven debido a que entre ellos existe mayor facilidad de comunicación mediante dispositivos como celulares o tablets.

Si bien es cierto que la tecnología ha permitido el desarrollo de muchas actividades ya sea en el campo laboral o educativo de una manera más sencilla, y hablando específicamente de las redes sociales virtuales las cuales han facilitado la comunicación entre personas que se encuentran distantes, existen también aspectos negativos o ciertas desventajas; y es que, de alguna manera, generan distanciamiento con las personas que se encuentran cercanas. En relación a esto, Clairá (citado por Junquera, 2015) afirma que: “uno de los principales beneficios de las Tecnologías de la Información y Comunicación es que nos acerca a quienes están lejos, pero uno de sus peligros es que nos alejan de quienes tenemos más cerca” (p.3). Y es que, al estar

en constante conexión con estas redes y usando frecuentemente los dispositivos electrónicos de comunicación, se deja a un lado a quienes están a nuestro alrededor.

Hoy en día es común ver que los niños desde muy temprana edad tienen acceso a los dispositivos móviles, esto ha trascendido a tal punto que los padres de familia permiten que sus hijos lleven celulares a los colegios, quizá como una medida de seguridad, pero sin una adecuada educación del buen manejo de los mismos. Al respecto, Ruiz (2016) plantea:

...en las instituciones educativas se ha observado que la mayoría de los y las estudiantes tienen teléfonos móviles desde los cuales se conectan a sus redes, tanto en horas de descanso como en horas de clase, este último suceso provoca desatención en el proceso de aprendizaje de los alumnos a causa de su adicción. No cabe duda que es en los colegios en donde hay mayor actividad de esta problemática. (p.33)

El problema no está en las redes sociales como tal, más bien radica en que los estudiantes no hacen uso adecuado de estas, aun cuando su tiempo de conexión es muy prolongado. Salazar (2012) menciona que:

Dedican un gran tiempo en estar conectados en las Redes Sociales de Internet dejando de lado otras actividades que podrían realizar a diario como deporte, lectura de libros, diálogo familiar y sobretodo sus tareas escolares, entre otras actividades importantes para su desarrollo personal y académico; por estar inmiscuidos en el mundo de las redes e incluso en los colegios en horas de clases los estudiantes se comunican con sus amistades haciendo uso de la tecnología (p.4).

En consecuencia, se podría afirmar que los alumnos en lugar de sacar provecho de estas herramientas para su beneficio, prefieren dedicar gran parte de su tiempo al uso de las redes, descuidando sus responsabilidades escolares y otras actividades prioritarias.

Por otra parte, se podría considerar que muchos niños, niñas y adolescentes se preocupan por tener círculos de amistad amplios, para ellos, tener redes sociales virtuales donde puedan conocer más personas es de gran importancia, pues así es más sencillo publicar

lo que desean dar a conocer, enterarse de las publicaciones de sus “amigos”, compartir “memes”, buscar obtener mayor cantidad de “likes” en sus publicaciones y conectarse a juegos online, entre otros, ignorando el cuidado que se debe tener frente al uso de estas redes.

Los más pequeños navegan por redes sociales con la finalidad de chatear/enviar mensajes a sus compañeros, amigos o seguidores, y visualizar fotografías y videos para curiosear o entretenerse. Todo vale para hacer amigos, y por eso, en muchas ocasiones, descuidan lo más preciado: su intimidad. (DIDE,2018)

Para nadie es un secreto que, al ingresar al mundo virtual, las personas están expuestas a muchos riesgos, como por ejemplo participar en retos virales que desencadenan en atentar contra su propia vida, como en el reto de la ballena azul que hace poco estuvo en auge y cobró la vida de muchas de ellas (Ceballos, 2017, p.11).

Además de esto, lo fácilmente influenciables que son los niños hace que se potencie el riesgo que corren al utilizar estas herramientas virtuales, pues hay individuos mal intencionados que se aprovechan de esto, entablan conversaciones suplantando identidades o fingiendo ser de edad similar para lograr sus fines delictivos, como por ejemplo: extorsiones, secuestros, violaciones y homicidios.

El mal uso que se hace de las redes sociales virtuales es preocupante, pues los estudiantes están tan pendientes del acceso a ellas, que viven prácticamente en otro mundo, es por eso que en este trabajo se pretende conocer el nivel de adicción a las redes sociales que tienen los estudiantes de bachillerato, identificar cuáles son las redes a las que acceden, la frecuencia con la que se conectan a estas, el tiempo que les dedican, entre otros.

Específicamente, en la I.E.M Liceo Central de Nariño durante el desarrollo de práctica docente, se pudo evidenciar que sí se presenta la problemática descrita anteriormente. En ocasiones se pudo observar en horas de descansos a algunos

estudiantes principalmente de grados superiores haciendo uso de sus dispositivos móviles aun cuando estaban rodeados de sus compañeros, otros preferían dirigirse a la biblioteca donde tenían acceso a los computadores y a la red Institucional para poder conectarse a sus redes.

La problemática se hace más notoria cuando los estudiantes ingresan a las aulas de informática, quienes las ocupan son más propensos a utilizar los computadores para navegar accediendo a sus redes sociales, juegos, chats, etc. Fue así como se pudo apreciar que el uso de las redes sociales virtuales aparta del círculo personal dejando de lado la comunicación directa, distanciando a quienes se encuentran cerca, como se mencionó anteriormente. Estas situaciones, en ocasiones obligaban al docente a hacer un llamado para que los alumnos presten atención a la clase, cortando así la concentración tanto de aquellos que estaban atentos, como la del docente, quien debía retomar lo que venía diciendo para reorientar sus ideas.

Además de esto, el uso de redes sociales virtuales por parte de los estudiantes en horas de descanso, o en clases especialmente de Informática, no solo va ligado a chatear, hacer amigos o jugar, pues también se evidenció que había problemas de ciberbullying, ya sea hacia estudiantes, docentes o a la comunidad educativa en general. Por ejemplo, a través de la red social Facebook, se presentaron casos en los cuales uno o varios estudiantes subían alguna foto con un sentido burlesco o también llamado “meme” sin autorización o consentimiento de la persona afectada, convirtiéndose en motivo de burla. En este sentido, se describen dos problemas principales, el primero es la falta de conciencia que tienen los estudiantes al momento de usar las redes sociales, y segundo, no dimensionan la cantidad de daño que pueden causar en las personas víctimas de bullying, pues es muy notoria la afectación del estado psicológico que pueden llegar a tener las personas que sufren estos ataques.

1.1.2. Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales virtuales que tienen los estudiantes de bachillerato de la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto?

1.2 OBJETIVOS

1.2.1. Objetivo General

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales virtuales que tienen los estudiantes de bachillerato de la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto

1.2.2. Objetivos Específicos

- Identificar las redes sociales virtuales más utilizadas por los estudiantes de bachillerato de la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto.
- Determinar la frecuencia con que utilizan las redes sociales virtuales los estudiantes de bachillerato de la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto.
- Determinar el uso que les dan a estas redes los estudiantes de bachillerato de la I.E.M. Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto.

1.3 JUSTIFICACIÓN

El ser humano en su constante evolución y en su afán por abrir nuevos horizontes que le permita obtener mayores rentabilidades en menor tiempo, está constantemente innovando en todos los campos del saber; uno de estos, y quizá el que más fuerza tiene actualmente, es el tecnológico, pues le permite realizar tareas de manera más efectiva y eficiente. Para nadie es un secreto que actualmente las personas en general en todo el mundo tienen acceso permanente a un dispositivo

electrónico de comunicación, así como a internet, pareciera tendencia primordial el hecho de querer estar a la vanguardia en cuanto a lo último en tecnología, así como hacer uso de las herramientas que ésta provee.

Si bien es cierto que a cualquier persona le puede crear una adicción tanto a la tecnología como a los contenidos de esta, los menores son los más vulnerables, pues no tienen la madurez ni la responsabilidad suficiente para hacer uso adecuado de ello, sumado al precario control que ejercen los adultos responsables. Es relativamente sencillo para un padre de familia regalarle artefactos tecnológicos a sus hijos, sin percatarse de la buena o mala utilización que hagan de los mismos, generándoles en algunos casos una dependencia excesiva, que posteriormente pueden causar efectos negativos en su salud. Bermello (2016) menciona que:

La tecnología además de tener aspectos positivos tiene aspectos negativos como llegar a depender de aparatos tecnológicos (celulares, reproductores de música, computadoras, televisor, entre otros...), de las redes sociales (videojuegos en línea, foros de discusión, uso indiscriminado del chat, etc.) que genera dependencia psicológica, es decir, evasión de los problemas, modificación del estado de ánimo, pérdida de control y focalización, además se han dejado de utilizar como fuente de información los libros, ya que son reemplazados por páginas de Internet que nos brindan la información que deseamos.(p.166)

Es por lo anterior que este trabajo se dirigió a realizar un análisis con el fin de identificar el nivel de adicción a las redes sociales virtuales que presentan los niños, niñas y adolescentes de la I.E.M. Liceo Central de Nariño, partiendo de la percepción que tienen ellos del mundo virtual, indagando acerca del conocimiento de las consecuencias que este acarrea, así como también teniendo en cuenta cómo influye el entorno virtual al que ya están inmersos los estudiantes en el ámbito familiar, escolar, social y psicológico.

El interés que motivó a la realización del presente trabajo surgió debido a que el uso de la tecnología en especial las redes sociales virtuales es un fenómeno en auge para el ser

humano y en especial por parte de los menores de edad; además, teniendo en cuenta que esta población no tiene un control suficiente sobre sus emociones, puede haber una tendencia a que sean los más propensos a tener problemas de adicción (Parra, 2016), por tanto, estas herramientas tecnológicamente avanzadas, en lugar de ser de utilidad quizá sean el dolor de cabeza de las nuevas generaciones, pues desde ya se puede observar una sociedad alejada del contacto físico, interactuando con mayor frecuencia en el mundo virtual.

Como beneficio para el plantel educativo se puede mencionar el conocer un poco más el entorno virtual de los estudiantes, llevando así a tomar medidas que puedan ayudar a una evolución educativa adentrándose un poco más en el aspecto virtual, es decir, sacarle provecho a las redes sociales con fines educativos y formativos, habría la posibilidad de generar más contenido virtual y así aprovechar la conexión de los estudiantes para su formación y desarrollo personal.

Por otra parte con respecto a los estudiantes, esta investigación representa un paso para entender quizá un poco más su actuar, así como utilizar estos medios con fines reorientativos, en los cuales el estudiante pueda sacar provecho de una manera más efectiva y eficaz del mundo virtual, permeando en su conocimiento que las redes no son solo un instrumento de diversión en muchos casos insana, ni los artefactos electrónicos que generalmente usan como tablet o celulares son simplemente para jugar sino que son herramientas realmente valiosas con las cuales se puede aprender y evolucionar en los conocimientos.

Este proyecto beneficiaría al programa de Licenciatura en Informática de la Universidad de Nariño, así como también a las demás carreras afines con la educación, pues el contenido permite establecer qué tan arraigado está el uso de internet, redes y dispositivos móviles en las generaciones estudiantiles, abriendo

camino a la utilización de estos medios como herramienta indispensable para llevar a cabo objetivos y planes de clase que fácilmente podrían captar la atención de los estudiantes de una manera más eficiente.

El proyecto resulta atractivo, pues abre camino a la construcción de un sistema educativo fortalecido, donde la tecnología juegue en favor de la población educativa, ya que claramente hoy en día se puede tener acceso a la información de una manera más fácil, esto en pro de potenciar el interés de los estudiantes por la buena utilización de internet.

Partiendo de que el mundo virtual tiene un estrecho vínculo con la educación, con la realización de proyectos como este se podría contribuir también al fortalecimiento del aprendizaje de los estudiantes por parte de los docentes, pues si estos hacen uso adecuado de las herramientas digitales educativas que tienen a su alcance y que brinda internet se podría lograr mayor nivel de motivación hacia los alumnos.

2. MARCO REFERENCIAL

2.1. MARCO TEÓRICO

La temática atinente a las redes sociales de internet es relativamente nueva, las más conocidas datan sus inicios aproximadamente desde el año 2003 (Mejía, 2015), y con su llegada permitieron conectar a todo el mundo instantáneamente; sin embargo, a través del tiempo y a pesar del potencial de estas herramientas se les empezó a dar netamente uso para el ocio y la diversión y a su vez permeando en las nuevas generaciones la cultura del mal uso.

Para lograr cumplir el objetivo del presente proyecto fue necesario mencionar algunos aspectos teóricos que sirvan como sustento para el desarrollo del mismo. Ellos son los siguientes.

2.1.1. Las Tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC)

Para referirse a las TIC existen muchas definiciones, sin embargo, se tomó las más relevantes y que tienen mayor significancia para el presente proyecto.

Las TIC son una herramienta que abarca la tecnología usada por el ser humano para crear, almacenar, procesar e intercambiar información, por ende, estas están directamente relacionadas con la informática, la computación y las telecomunicaciones. Estas están encaminadas a mejorar la competitividad y a su vez la productividad del ser humano, permitiendo que la información sea tratada de una manera más eficiente (Tello, 2007).

El comunicarse con personas a grandes distancias es una realidad que quizá muchos años atrás hubiera parecido imposible, no obstante, la evolución tecnológica ha permitido que esas distancias físicas no sean objeto obstructor de la comunicación. Actualmente existe gran variedad de artefactos tecnológicos que mediante internet hacen posible la unión entre las personas, así como acceder a la información y por ende a un conocimiento más amplio con lo cual se busca que se pueda satisfacer las necesidades del ser humano de una manera más fácil, entre ellas una tan indispensable como la educación.

Parafraseando a Cruz et al., (2019) para la educación en la actualidad es indispensable hacer uso de las TIC, pues éstas contribuyen en la realización de gran cantidad de tareas de manera simultánea en diversos campos, así como la realización de trabajos colaborativos más organizados, articulando procedimientos, métodos y formas que conlleven a concluir las tareas más rápido y con mejor calidad, pues el acceso a la información se realiza de una manera más eficaz.

Para el caso de las comunicaciones, mediante las TIC se puede tener acceso a las redes sociales de internet. El ser humano está condicionado a formar parte de una sociedad, es decir, necesita de la sociedad para poder progresar, por ende, hoy en día son indispensables tanto los círculos sociales físicos, como los círculos sociales dentro de las comunidades virtuales.

Las TIC desempeñan un papel fundamental en la sociedad pues permiten acceder a información y al conocimiento, a su vez que permiten contribuir al fortalecimiento de los mismos a nivel mundial en pro de la evolución y sin distinción de la rama solicitante de esta información volviéndola de dominio público (Cobo, 2009).

2.1.2. Redes sociales vs. Redes sociales virtuales

El término red social hace referencia a las relaciones que existen entre los individuos, el ser humano es un ser sociable por naturaleza y esta es una característica que con el pasar del tiempo va aumentando permitiéndole forjar lazos de amistad y fraternidad con sus semejantes en pro del progreso individual y colectivo. Por mencionar un ejemplo, se puede observar una red social en un conjunto de personas aglomeradas en un lugar específico, en una reunión de barrio, en un evento de cualquier índole, etc.

La imagen que tengo en la cabeza está formada por un conjunto de puntos, algunos de los cuales están conectados por líneas. Los puntos de la imagen son personas y, en ocasiones, grupos, y las líneas indican qué personas interactúan mutuamente. (Barnes citado por González et al., 2015)

Siguiendo la teoría de Barnes, es válido afirmar que esta consideración es aplicable hoy en día, pues si cada punto representa a un individuo o persona y al interconectarse con otros puntos se estaría formando una red, lo cual básicamente se traduciría como sociedad.

Actualmente la humanidad se encuentra inmersa en una era digital, y por tanto las redes sociales físicas también pasan al ámbito virtual, surgiendo así las redes sociales virtuales (RSV) o redes sociales de internet, estas son utilizadas mediante herramientas tecnológicas y su acceso está condicionado a una conexión a internet.

Si bien en ambos casos sean presenciales o virtuales es posible la interacción social y aunque las RSV facilitan la comunicación a grandes distancias, en materia de comunicación privada las más efectivas son las presenciales, pues en las virtuales siempre va a estar presente un participante extra, que es el desarrollador de la aplicación por la cual se está

interactuando además de estar de por medio los intereses propios de las empresas (González et al., 2015) así pues, quien desee utilizar la plataforma debe adaptarse a que esa situación siempre va a ser igual, no puede pretender una privacidad plena en un mundo virtual.

2.1.3. Evolución de las redes sociales virtuales

Si bien es cierto que las redes sociales se han convertido en una de las herramientas fundamentales en la web, el nacimiento de estas redes no va de la mano con la aparición de internet, la primera red social virtual data de 1997, esta llevaba por nombre classmates, fue desarrollada por Randy Conrads y su función se basaba en interconectar amigos en todo el mundo (Muñoz et al., 2013).

Algunos autores como Monge (2016), Caldevilla (2010), Agila (2017), consideran el nacimiento de las redes sociales hacia el 2003, quizá porque las desarrolladas hacia esta fecha tuvieron más auge en la población, a su vez que la funcionalidad de las mismas aumentaba, pues también se creaban con el fin de intercambiar información, intereses, gustos, ideas y opiniones, además de entablar amistad con personas quizá desconocidas. Algunas de las principales redes fueron Tribe.net, Myspace y Friendster, considerándose Myspace quizá como el más recurrido. La acogida fue tan buena que muchos desarrolladores quisieron crear sus propias redes y fue así como en el año 2004 surge la mayor revolución con la llegada de Facebook (Ayala, 2014) convirtiéndose en una de las redes con mayor cantidad de suscriptores y por ende una de las más adictivas (Mejía, 2015).

Desde la llegada de facebook surge un movimiento creacionista de otras redes sociales entre las cuales cabe mencionar, Youtube creada en 2005, utilizada principalmente para compartir videos, Twitter en 2006, el servicio de microblogging. Sumado a esto, y teniendo en cuenta que la comunicación es indispensable para la sociedad, surge la aplicación para videoconferencia Skype en 2003 y también la aplicación de mensajería Whatsapp creada en 2009, una de las más utilizadas en smartphones. Aunque las mencionadas anteriormente

generaron una completa revolución, no se puede olvidar algunas redes como MNS messenger la cual por muchos años fue la aplicación favorita alrededor del mundo y que cerró definitivamente en 2013, Flickr creada en 2004 e Instagram en 2010 (Ayala, 2014).

2.1.4. Ventajas y desventajas de las redes sociales virtuales

Las redes sociales presentan un sinnúmero de aplicabilidades, entre ellas facilitan la comunicación e integración de todos los sectores que conforman la sociedad. Hoy en día internet se ha convertido en una herramienta fundamental en educación, en empresas, en el ámbito político, en el sector comercial, incluso en corporaciones policíacas, con ello se puede apreciar que el mundo virtual ha contribuido al progreso social, en cierto modo ejerce un gran impacto en la formación de las personas (Agila, 2017).

Así como las RSV ofrecen aplicabilidades que se podrían considerar ventajas, no implica que todo lo que brinda sea bueno, pues su uso inadecuado (dependiendo de cada persona) también genera riesgos y/o desventajas, todo esto se aborda a continuación.

2.1.4.1. Ventajas

Las redes sociales virtuales son un fenómeno que pueden contribuir en los ámbitos académico y empresarial, en el primero se parte esencialmente de que el aprendizaje se realiza de manera autónoma e independiente, con ello se marca la corresponsabilidad de los adolescentes por hacer un buen uso de las mismas aprovechando al máximo las herramientas que las RSV proveen, por supuesto teniendo como premisa que este fenómeno ya hace parte de la cultura ciudadana y por tanto el adaptarse a estas es casi que una obligación (Simba, 2017). En el ámbito empresarial la importancia de las herramientas virtuales se ve reflejada en las oportunidades de negocio, pues suponen mejores relaciones para las partes, así como el intercambio interno de contactos con clientes por parte de las corporaciones, y de esta manera poder aprovechar cada oportunidad de negocio para progresar, afianzar marcas y crecer como empresa (Tenzer et al., 2009). Para el ámbito laboral también representa potenciales ventajas

pues facilita en gran medida la oferta y demanda de servicios, permitiendo el emprendimiento, la competitividad y el acceso a bienes y servicios abriendo puertas a nuevos negocios que quizá fuera del contexto virtual no se podrían presentar.

Es claro que en la actualidad quienes más cercanos están al mundo virtual son los adolescentes, y se puede decir que en las RSV han encontrado el aliado perfecto para construir una identidad más personal, centrada en intereses netamente propios, un poco apartados de la costumbre tradicionalista. “Contemporáneos de las nuevas tecnologías, los jóvenes dominan los medios de producción digital, crean, comparten y se relacionan. La Red es para ellos un espacio de socialización y de construcción de identidad” (Tenzer et al., 2009, p.13).

Cabero et al., (2016) estima que el trabajo colaborativo y/o cooperativo representa una estrategia o un recurso formativo, recalcando que no solo se colabora para aprender, sino que al mismo tiempo se aprende a colaborar, y estando en plena era tecnológica se hace menester la incorporación de las RSV a los procesos sociales. En este orden de ideas, las personas están en capacidad de realizar trabajos en equipo sin importar las distancias físicas o barreras geográficas.

Además de permitir mantener una comunicación constante, existen múltiples plataformas o herramientas que permiten la creación y edición de documentos o archivos por cuanto se facilita la realización de trabajos en línea desde cualquier lugar, al mismo tiempo y por varios usuarios a la vez.

Un plus que tiene el mundo virtual es que permite expresar ciertas emociones y poder visualizarlas, por ejemplo, mediante los chats con ayuda de los emoticones, estas expresiones generan cierta comodidad, aunque no se esté en un plano físico pues son fáciles de adaptar y entender. A pesar de que la escritura es más simple y se omiten ciertas palabras que se deben utilizar en una correcta escritura, los interlocutores pueden entenderse, logrando así ganar

confianza tanto para el que transmite el mensaje como para receptor del mismo y a su vez de cierta manera esto contribuye a fortalecer más la creatividad e imaginación (Gordo y Megías, 2006).

2.1.4.2. Desventajas

Las connotaciones negativas que se puedan atribuir al uso de las redes sociales están directamente relacionadas con el mal uso que se haga de ellas, lo cual claramente se podría considerar como desventajas; a continuación, se mencionan algunas de ellas.

Al estar conectados a la red, se puede encontrar con gran cantidad de peligros que pueden poner en riesgo la integridad de las personas y más si se trata de hacer uso de las RSV, pues es aquí donde se da a conocer información privada, sin percatarse de que pueden existir usuarios malintencionados que suplantan identidades de otros usuarios con el fin de conseguir una amistad o ganarse la confianza y posteriormente cometer sus actos delictivos con la información obtenida como por ejemplo robos, secuestros, chantajes, extorsiones, etc.

Para algunas personas es difícil ingresar a la web y no acceder a sus RSV, por tanto podrían catalogarse como un agente distractor y una pérdida de tiempo especialmente para los adolescentes, quienes terminan dedicando tiempo valioso en otras actividades no relacionadas con el estudio, desencadenando en que estos bajen su rendimiento escolar (Simba, 2017).

Muchos adolescentes hoy en día han adoptado malos hábitos frente a la utilización de las redes sociales debido al desconocimiento que tienen de las mismas, algunos únicamente las utilizan para encontrar pareja, hacer publicaciones sin sentido, querer hacer notar su estado emocional, hacer críticas a comentarios de otros usuarios, o incluso ofenderlos (Díaz, 2014). Es quizá tan hipnótico el efecto de las RSV como el de los videojuegos que los adolescentes son una población muy propensa a la adicción. Pasan mucho más tiempo del planeado conectados a sus redes pendientes por si les llega alguna notificación inclusive

estando en clase con lo cual pierden la noción de tiempo y los aleja de sus responsabilidades (Reyna, 2017).

Para nadie es un secreto que en internet y más específicamente en las redes sociales se puede encontrar gran cantidad de información, de la cual no siempre se puede tener la certeza que sea verdadera o real. Pues, al no haber un control estricto sobre lo publicado, gente mal intencionada al estar en el anonimato y quizá con fines de diversión postea información carente de verdad u objetividad. Este problema se agudiza cuando estas publicaciones son reposteadas, pues como lo refieren Karlova & Fisher (2012) las personas disfrutan replicar la información simplemente por el hecho de llamarles la atención aun sabiendo que podría no ser verídico, de esta manera esa difusión llega a más personas las cuales claramente podrían terminar creyéndolas como una verdad inamovible.

Otra de las desventajas y quizá entre las más relevantes y preocupantes está en que el uso excesivo de las RSV puede generar daños o afectaciones en la salud mental de los usuarios, siendo los adolescentes quienes nuevamente tienen amplia desventaja pues al ser la población que están en construcción de una identidad propia y autónoma dentro de la sociedad, los vuelve prácticamente más vulnerables e influenciados por los contenidos que se topan en el ambiente virtual.

Entre las afectaciones más comunes se encuentran las asociadas a la depresión, insomnio, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, que pueden conllevar a fallas en los procesos de aprendizaje, bajas en el rendimiento escolar, posteriormente repitencias y desencadenar hasta en la misma deserción (Arab y Díaz, 2015). Pueden llegar a padecer modificación del estado de ánimo, donde adquieren profundos sentimientos de culpa y soledad llevándolos a bajar su autoestima (Agila, 2017). De esta manera se crea una especie de dependencia a lo virtual cada vez más agravada en busca de satisfacer sus necesidades emocionales.

Por tanto, se puede considerar que el uso de las RSV está directamente relacionado con la madurez que tenga la persona para acceder a las mismas, y la educación que se reciba sobre estas redes teniendo en cuenta todas las implicaciones, pues como se pudo notar, así como hay cosas positivas que podrían potenciar las capacidades humanas, existen los riesgos que podrían ser altamente nocivas para el ser humano y su integridad en la sociedad.

2.1.5. Influencia de las redes sociales en el rendimiento académico

Si bien es cierto que las redes sociales virtuales han facilitado la realización de muchas tareas cotidianas del ser humano, también podrían cumplir un papel fundamental en la educación; siendo los docentes y los estudiantes quienes podrían sacar mayor provecho de esto. Compartir material educativo, resolver inquietudes, apoyarse en las tareas, investigar, acceder a la información y la posibilidad de lograr un mayor aprendizaje, son algunos de los beneficios que se pueden obtener de estas redes, con el fin de buscar el mejoramiento del nivel educativo, a la vez que sirven como agentes motivacionales para los alumnos. En síntesis, es una puerta abierta a la evolución humana en el conocimiento, que utilizada de buena manera puede llevar a la sociedad a un progreso colectivo que esté por encima de los bienes particulares.

Los docentes pueden aprovechar las oportunidades de convocatoria que tienen las redes sociales mientras sus estudiantes interactúan en ellas. Los docentes pueden alimentar videos de clase invertida en su blog o en su cuenta de Facebook para lograr que sus estudiantes aprovechen de mejor manera el tiempo que dedican a interactuar en red. Es importante ir creando una cultura educativa en estos espacios virtuales. (Monge, 2016)

No hay duda que el mundo virtual puede aportar significativamente a la educación y a la formación de los individuos y las sociedades, pues la información está al alcance de todos sin importar el día, la hora o el momento.

Las redes sociales permiten también que los padres de familia tengan una comunicación directa con los docentes o con otros padres, para así poder estar pendientes del

rendimiento tanto académico como disciplinario de sus hijos, o solicitar la colaboración en las diferentes actividades estudiantiles. Aunque esto se debería aplicar frecuentemente, la realidad dista bastante, pues realmente se observa muy poco, los padres de familia ya sea por poco interés en estos canales de comunicación o por desconocimiento de los mismos, no se involucran y prefieren tener la plena confianza de que sus hijos se están educando de forma correcta.

Es innegable que la llegada de las redes sociales en efecto ha ayudado al ser humano a cubrir algunas de las necesidades básicas y principalmente la comunicación, pero cabe resaltar que todo esto va de la mano con la buena utilización de las mismas, pues, caso contrario resultaría en efectos contraproducentes para las personas. Por ejemplo, para un adolescente en etapa académica puede convertirse fácilmente en un factor distractor en su estudio.

En la actualidad los estudiantes simultáneamente realizan tareas y usan internet. En el ámbito educativo es casi necesario el uso de esta herramienta, pero los estudiantes no dedican su tiempo completo a este propósito, sino que paralelamente tienen abierta una red social en su navegador, lo cual puede conllevar a que se retrase la realización de las tareas impuestas por los docentes (Nuñez, 2014).

En muchas ocasiones la esencia humana hace del hombre un ser individualista, el cual busca su propio beneficio, nace por supuesto el uso erróneo o incorrecto de la tecnología, específicamente de las RSV. Este uso indebido o inadecuado va permeando en la sociedad, y con mayor facilidad en las generaciones más jóvenes, permitiendo que funcionen más como un ente distractor y a su vez nocivo. Hay que tener en cuenta que los niños, jóvenes y adolescentes tienden a seguir los comportamientos de los adultos como eje en la formación de su personalidad, por tanto, el modelo que ellos van a seguir como ejemplo es directamente proporcional a las buenas o malas conductas que perciban.

Al hacer referencia a las redes como agente distractor para los niños, jóvenes y adolescentes es verosímil pensar que cumplen esa función, y esto se ve reflejado en el rendimiento académico de los estudiantes, pues el uso excesivo de las RSV aparta totalmente el foco educativo y lo centra más en la diversión y el ocio, claro está no son los únicos efectos negativos, pero sí los más trascendentales en el ámbito educativo.

Mejía (2015), menciona que cuestionarse acerca de la influencia de las redes en el rendimiento académico de los estudiantes es una duda frecuente. Considera que estas pueden estarse utilizando para herir o provocar discordias que terminan en peleas, es allí donde surge la incógnita de si esto puede conllevar a una adicción.

El Ministerio de Educación (citado por Llerena, 2016) afirma que entre más se permanece en las redes sociales virtuales, más se distancia del mundo exterior, en cierto modo visibilizándose en los estudiantes comportamientos apáticos, incumplimiento en la realización de sus actividades, lo cual de cierta manera los obliga a cambiar sus hábitos, se vuelven cuasi introvertidos y quieren mostrar su personalidad en la comodidad de su habitación o más específicamente detrás de su computador. Para Llerena, si no se corrige estas actitudes a tiempo van a generar mayores inconvenientes como la disminución del rendimiento académico.

Además, se ha podido establecer mediante estudios que las redes sociales y el mundo virtual no solo están implicadas con el bajo rendimiento académico y el aislamiento social, (Agila, 2017), (Llerena, 2016, sino que también en las habilidades cognitivas del estudiante (Ramírez, 2014).

La tecnología a través de la historia ha marcado un criterio importante en el funcionamiento de la mente, así pues la exposición constante a redes sociales puede generar cambios en la funcionalidad del cerebro alterando tanto la parte sensorial como la cognoscitiva, estos cambios permiten entre otras cosas crear nuevas conexiones neuronales

perdiendo otras ya existentes que quizá pudieron ser de más valor, entre las que pueden estar relacionadas con los procesos de memoria, aprendizaje y atención (Carr, 2010).

Profundizando lo anterior, Martín (2016) afirma:

En opinión de los expertos, la realidad de los adolescentes de hoy pasa por internet y las redes sociales. Consideran que no se está desarrollando una nueva inteligencia en sí misma, sino que los cambios a nivel cerebral se entienden como una adaptación al ambiente en la que se han potenciado ciertos procesos cognitivos que ya se tenían en detrimento de otros. (p.3)

2.1.6. Adicción a las redes sociales virtuales

Las adicciones pueden ser consideradas como apegos patológicos que pueden causar dependencia y pérdida de control, coartando la libertad a las personas llevando la consciencia y los intereses a niveles mínimos lo cual podría causar afectaciones a nivel social, familiar, escolar, e inclusive en la salud de los involucrados. Una persona adicta busca en cierto modo sanar un mal momento o un malestar de tipo emocional; el aburrimiento, la soledad y la ira están entre los más frecuentes (Echeburúa y Corral, 2010).

Siguiendo a Echeburúa y Requesens (2012), internet posee una serie de factores que quizá fomentan la capacidad adictiva, entre los cuales se puede mencionar el fácil acceso, la constante disponibilidad de red, el hecho que no hayan unos límites de acceso lo cual puede generar que se pierda la noción del tiempo mientras se está dentro de la red, en ocasiones el anonimato que se puede tener genera una desinhibición que puede resultar placentera así como también se puede mencionar que los costos son realmente asequibles.

La ciberadicción o adicción a internet se genera cuando el mundo virtual cobra más importancia que el real, pues las personas dejan de lado el contacto físico con sus semejantes por estar más pendientes de sus teléfonos, revisando correos, chats, redes sociales, o videojuegos. Lo anterior genera consecuencias negativas en la vida diaria de cada persona (Estallo citado por Illescas, 2014).

Martín (2016) menciona que cada vez es más frecuente notar o conocer casos de adicción a las redes sociales imposibilitando el llevar a cabo actividades cotidianas como el trabajo o el estudio de manera adecuada, lo cual remarca la connotación negativa que estas redes pueden tener en la vida de las personas. Como en cualquier adicción existe el síndrome de abstinencia en el cual se perciben los cambios en la conducta y respuestas negativas como agresividad, estrés, retraimiento, de las cuales el afectado no puede tener un control que las evite. Esto a su vez podría conllevar a una disfuncionalidad en sociedad, pues la interacción con otras personas en un entorno físico está relegada y la noción de la realidad como tal es variante dependiendo de la emoción que se tenga en el momento, es decir, un niño o adolescente fácilmente podría estar en un lugar determinado pensando o sintiendo que éste es el mismo al de su videojuego favorito.

Definitivamente, cuando existe un uso excesivo de redes sociales, se puede hablar de una adicción a estas y al no poder hacer uso en un determinado tiempo, aparecen los síntomas de abstinencia ya mencionados, pues el foco de atención es precisamente el mundo virtual, generando así una transrealidad para el adicto como cualquier otra adicción la provocaría, a su vez la necesidad de conexión va aumentando en el sentido de buscar satisfacción o placer (Greenfield & Griffiths citados por Illescas, 2014).

2.1.7. Señales de alarma

Es claro que una adicción no se genera de la noche a la mañana, esta depende de un proceso continuo en el que cada vez hay una mayor necesidad. En este proceso se van generando cierto tipo de señales que se podrían considerar de alarma y de las cuales se podría hacer una intervención que tenga como finalidad evitar el desarrollo de esa adicción. Según Echeburúa y Requesens (2012), algunas de las señales de alarma son:

1. Privarse de sueño para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.

2. Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
3. Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
4. Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
5. Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
6. Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

2.1.8. Niveles de adicción a las redes sociales virtuales

Brizuela, Fernández y Murillo (citados por Haeussler, 2014) establecen que para llegar a una adicción se atraviesa por diferentes niveles como son:

a) Experimentación: hace referencia a la acción espontánea de un ser humano para realizar una actividad específica, y puede controlarse o detenerse en cualquier momento según el deseo de la persona.

b) Uso: es la acción de llevar a cabo una actividad de manera frecuente y quizá rutinaria.

c) Abuso: es llevar a cabo una acción al límite, sobrepasando los niveles de normalidad requeridos por el mismo organismo, lo cual puede desencadenar que el cuerpo se acostumbre y genere una dependencia.

d) Adicción: se presenta cuando para una persona ya no es posible controlar voluntariamente las actividades realizadas, conllevando a una adicción.

Así mismo Haeussler (2014) en su cuestionario establece unos parámetros de medición por puntos para determinar el nivel adictivo a las redes sociales contemplando lo siguiente: si los resultados arrojan entre 20 a 39 puntos, el encuestado se ubicaría en el nivel

“sin adicción”, si se obtiene un puntaje entre 40 y 69, su nivel de adicción sería “moderado”, y si está en el rango de los 70 a 100 puntos, la persona presentaría nivel de adicción “grave”.

Por otra parte, Escurra y Salas (2014) describen la adicción en 3 factores, de este modo obtienen:

a) La obsesión por las redes sociales: hace alusión a la conexión mental de forma constante a las redes sociales, lo cual lleva a la persona a fantasear con las mismas, y preocuparse por acceder a estas.

b) Falta de control personal en el uso de las redes sociales: se presenta cuando la persona descuida o interrumpe sus actividades cotidianas por permanecer conectado a sus redes de una manera descontrolada.

c) Uso excesivo de las redes sociales: se presenta cuando la persona no puede controlar la cantidad de uso o su permanencia en las redes sociales.

De igual manera Cabero et al., (2020) contempla cuatro factores que influyen para generar una adicción, así:

a) Satisfacción/tolerancia: tiene que ver con el gusto que le encuentra la persona a la red social por encima del mundo real, pues encuentra motivos que quizá le ayuden a estar anímicamente de una mejor manera.

b) Problemas: hace referencia a las dificultades que afronta la persona cuando mantiene un contacto prolongado con las redes sociales, estos contemplan tanto lo físico como lo emocional.

c) Obsesión por estar informado: utiliza de manera excesiva las redes sociales como medio de consulta ya sea de tipo académico, laboral o cuestiones personales sin tener en cuenta otros medios de información.

d) Necesidad/obsesión de estar conectado: cuando se pierde el control sobre cuán realmente es necesario el uso de las redes sociales, pues literalmente se contempla todo el tiempo estar conectado a estas.

Reyna (2017) en su trabajo de investigación denominado “Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste” utiliza el cuestionario llamado “Cuestionario de Adicción a las Redes sociales”, del cual explica el autor que mide tres dimensiones: La obsesión por las redes sociales, la falta de control personal por el uso de redes sociales y la dificultad para disminuir las horas en cuanto al uso de redes sociales, cada una de estas categorizada en 3 niveles: bajo, moderado y alto. Esto con el fin de poder determinar con mayor facilidad en cuál de los 3 niveles se encuentra una persona después de responder el cuestionario.

Loyola (2019) en su trabajo investigativo para el diseño de una escala de medición de adicción a RSV tipifica los niveles de adicción como alto, promedio y bajo; siendo nivel bajo cuando la persona, posterior a realizar el test obtiene un puntaje entre 9 a 13, de la misma forma al obtener entre 14 a 18 puntos, lo denomina como promedio y finalmente si el puntaje oscila en el rango de los 19 a 33, se cataloga como alto.

2.2. MARCO CONCEPTUAL

Redes sociales

Según Agila (2017) el concepto red social puede estar definido como un conjunto de personas, grupos, organizaciones o sociedades interrelacionadas mediante un patrón. En la actualidad se puede hablar de redes informáticas, eléctricas, sociales; estas últimas hacen referencia a los vínculos relacionales que pueden mantener las personas. Para Simba (2017) estos vínculos pueden ser: afectivos, amistosos, laborales o simplemente de intereses en común. Todos los seres humanos tenemos la predisposición a pertenecer a una red social (Fernández, 2013). Estas redes tienen como característica fundamental la interacción y el

diálogo para el fortalecimiento de la comunicación y el conocimiento de las sociedades (Campos, 2008).

Perilla y Zapata (2009) por su parte señalan que las redes están ligadas a las relaciones sociales considerando las acciones, las emociones y el significado de las cosas entre personas, dentro de una sociedad. No tiene porqué haber una invención o creación de estas redes, pues estas se vuelven visibles con la simple interacción humana.

Bartolomé (citado por Cuyún, 2013) expresa que las redes sociales se pueden comparar con sociogramas en los cuales cada punto representa un individuo y las líneas conectoras serían las relaciones existentes, y éstas se van formando por factores asociados a sexo, gustos o intereses que tengan en común los involucrados.

Hoy en día las redes sociales no solo se limitan al mundo físico, la virtualidad se ha convertido en un fenómeno llamativo para el ser humano y por ende se han creado también las redes sociales virtuales.

Redes sociales virtuales

Luengo (citada por Rodríguez y Fernández, 2014) define estas redes como comunidades que interactúan socialmente de manera virtual, mediante plataformas de comunicación utilizando como herramienta primordial la red de redes (internet), su ventaja radica en que las barreras físicas podrían considerarse inexistentes al momento de la interacción con lo cual se podría facilitar el desarrollo social y cognoscitivo.

Así mismo, Cortés (2014) considera que las redes sociales virtuales son entendidas como el conjunto de relaciones interpersonales teniendo como medio facilitador la tecnología y a su vez plataformas digitales como por ejemplo Facebook, Instagram, Twitter, entre otras. Cada persona que utiliza estas plataformas pasa a ser un usuario y sus relaciones con amigos se catalogan como contactos.

Para Mendoza y Vargas (2017) las redes sociales virtuales representan innovación en la interacción y comunicación de las personas, permitiendo que estas se puedan realizar de una forma más novedosa, debido a que contempla el uso de un nuevo lenguaje comunicacional.

Gonzales, Merino y Cano (citados por Cuyún, 2013) manifiestan que el auge de las redes sociales va en aumento y su utilización cada día es mayor gracias a que estas se manejan desde la virtualidad, uniendo personas con intereses comunes mediante plataformas que requieren de conexión a internet con el propósito de que esa interacción sea continua.

Redes sociales virtuales más utilizadas

Para Reyna (2017) entre las RSV más usadas a nivel mundial se encuentran: Facebook, Facebook Messenger, YouTube, Instagram, Twitter, Whatsapp y Snapchat. Además, tal y como lo menciona Terrádez (2020) en estos últimos dos años ha cobrado gran importancia la red social denominada TikTok.

- **Facebook:** Nuñez (2014) afirma que esta red es uno de los pilares de la “Social Media”, la idea original estaba orientada a una red interna para estudiantes de Harvard, pero en 2004 Mark Zuckerberg su creador desvió esta idea y la aplicó para ser utilizada por el mundo entero, y como principal requisito solo se debía tener una cuenta de correo electrónico. Posteriormente, lo que nació como una idea de distracción y ocio se convirtió en un potenciador de empresas, pues también inició servicios corporativos. Por su parte Martín (2016), menciona que la principal característica de Facebook es el “muro” donde se puede publicar fotografías, videos, entablar conversaciones, además brinda la posibilidad de crear eventos, jugar online, entre otros.

- **Facebook Messenger:** representa una aplicación derivada de la red social Facebook, cuyo propósito radica en mantener en constante comunicación a los usuarios de

esta aplicación. Es un servicio de mensajería instantánea el cual permitía inicialmente enviar textos y fotografías, pero con el pasar del tiempo se fueron anexando funciones como mensajes de voz, videos, gifs, entre otros (Tafur, 2017).

- **Youtube:** para Ramírez (2016) representa un servicio para almacenar, administrar y difundir contenido audiovisual, el cual puede ser visto y/o descargado por otros usuarios en calidad de video o audio.

El contenido compartido en esta red social es “Contenido Generado por el Usuario” adaptado a la multiculturalidad universal, por tanto, las características de los videos son diversas y de cualquier índole, inclusive es utilizada por instituciones para compartir contenido educativo aún sin ser una plataforma netamente educativa (Roque y Encinas, (2020).

- **Instagram:** Salomon (citada por Prades y Carbonell, 2016) señala que es una aplicación diseñada principalmente para dispositivos móviles que cuenten con sistema operativo tanto Android como iOS la cual permite compartir imágenes en sí misma y en las demás redes sociales de internet. Así mismo, Martín (2016) destaca entre las características principales de esta red poder aplicar a las fotografías diversos efectos, marcos, tonalidades de color, etc, lo cual la vuelve muy atractiva para los adolescentes y artistas.

- **Twitter:** es una herramienta tecnológica muy funcional y de gran aceptabilidad entre las personas, pues permite una comunicación más sencilla entre los partícipes (Restrepo, García y Arboleda, 2020).

Esta red fue lanzada el 15 de julio de 2006 y se ha convertido en otra de las redes más utilizadas a nivel mundial, su característica principal es que cada mensaje o publicación contiene un número limitado de caracteres, por lo cual los usuarios deben reducir al máximo la idea a plasmar, además, se debe utilizar los símbolos “@” y “#” el primero para contactar

directamente a una persona y el segundo para hacer énfasis en lo que se está diciendo y con lo cual se agrupará en una sola parte las menciones que se hagan con este (Salcedo, 2016).

- **Whatsapp:** pese a que no cuenta con todas las funcionalidades que tienen las redes antes mencionadas, también es considerada una red social, pues como afirma Crovi (citada por Gudiño et al., 2019) el uso de Whatsapp, medios de comunicación o la web 3.0 que por su modalidad de uso pueden considerarse redes sociales, cumplen un papel fundamental, pues son un gran aliado para la creación y distribución de temáticas o contenidos de interés para las personas de una manera efectiva y eficaz; además, cabe destacarla por el gran auge que posee actualmente, su inmediatez en el envío de mensajes, fotos, videos, hacen de esta aplicación una herramienta indispensable para las personas; es necesario contar con un dispositivo móvil con conexión a internet para su uso, así como conocer el número de contacto de la persona con quien se desea hablar (Martín, 2016).

- **Snapchat:** es una aplicación para compartir imágenes y videos caracterizada por ser la primera en permitir que el contenido publicado sea temporal, no superior a 24 horas (Cevallos, (2019). Además, como lo menciona Salinas (citado por Morais, 2020) uno de los principales atractivos de esta red es la modificación de los contenidos mediante filtros dinámicos en los cuales se puede agregar múltiples características a las fotos como lentes, stickers, etc.

- **Tik Tok:** es una red social relativamente nueva, pues como menciona Martín (citada por Terrádez, 2020) su creación data hacia el año 2016 bajo el nombre de Douyin, un año después, la compañía china Bytedance propietaria original de esta aplicación compró la red social Americana musical.ly, lo que permitió la creación de Tik Tok como resultado de la fusión de las aplicaciones antes mencionadas. Se destaca que su auge comienza hacia el año 2019, superando un año más tarde a Instagram. Tik Tok se caracteriza por ser una aplicación para subir contenido audiovisual, pero a diferencia de plataformas como Youtube, los videos

subidos solo contemplan un lapso de 6 a 15 segundos cada uno, además permite unir hasta 4 videos para una duración total de 60 segundos (Quiroz, 2020).

Adicción

Echeburúa y Corral (2010) catalogan una adicción como un interés patológico desproporcionado hacia alguna actividad que desencadena en la dependencia hacia esta. Además, mencionan que los hábitos generados en una adicción pueden concebirse inicialmente como inofensivos, aunque realmente interfieren gravemente en la calidad de vida de los afectados.

La adicción es catalogada como la realización repetitiva de una acción, la cual a través del tiempo genera una afectación al ser humano, pues quien la padece es incapaz de controlar el impulso para realizar dicha acción (Mendoza y Vargas, 2017).

Cugota (citado por Villafuerte, 2019) indica que la adicción hace referencia a un comportamiento que requiere de un lapso, una intensidad y una frecuencia prolongados que tengan la capacidad de interferir en la cotidianidad de la persona afectada.

Por su parte Young (citada por Vilca y Gonzales, 2013) postula que la adicción a las redes sociales está directamente relacionada con la psicología, pues altera patrones conductuales, afectivos y de pensamiento causados generalmente por la falta de un control adecuado de su utilización.

Ciberadicción

Cuando una persona no controla de manera consciente el tiempo de conexión a una red de internet obviando sus obligaciones e inclusive sus horas de descanso, sueño o alimentación se puede considerar ciberadicto (Llinares y Lloret, 2008).

Para Echeburúa y Requesens (2012) se puede hablar de ciberadicción cuando se dejan de lado actividades cotidianas para el ser humano por el gusto de estar frente a una pantalla de computador o de celular ya sea jugando, revisando sus redes o haciendo uso del correo

electrónico; todas estas, actividades que claramente interfieren negativamente en el diario vivir de los afectados.

Así mismo Milla y Rojas (2018) consideran que estar constantemente conectado a redes sociales tiende a propiciar los efectos estimulantes producidos por las drogas, lo cual podría provocar alteraciones anímicas y de consciencia desencadenando en cambios fisiológicos del cerebro.

Adicción a las redes sociales virtuales

Garcés y Ramos (s. f.) refieren que cada vez son mayores los casos de adicción que presentan las personas a las redes sociales, desarrollando dependencia a estas y generándoles ciertos comportamientos erráticos con el fin de encontrar una estimulación placentera principalmente en usuarios jóvenes, esto a su vez provoca tanta ansiedad que los lleva a perder la noción del tiempo y dejar de lado sus obligaciones.

De igual manera los autores mencionan que cada vez es más frecuente el uso de las redes sociales para interactuar mediante los juegos que estas puedan ofrecer, conllevando a que se genere una obsesión directa hacia una red específica, o a la obsesión compulsiva por suscribirse a las redes habituales o a las que vayan apareciendo.

Los comportamientos generados en una adicción cuando ésta va creciendo empiezan a manifestarse de manera involuntaria. La persona adicta generalmente está pendiente a la recompensa inmediata que pueda obtener, sin tener en cuenta los efectos adversos que le puedan causar a futuro, tales como aislamiento social, bajo rendimiento en los estudios y/o trabajo, bajo interés por actividades diferentes, sedentarismos y obesidad (Milla y Rojas, 2018).

2.3. MARCO CONTEXTUAL

La Institución Educativa Municipal Liceo Central de Nariño es un establecimiento académico técnico de carácter oficial y de género mixto ubicado en la zona urbana del

municipio de Pasto (Nariño-Colombia). Su sede principal la cual presta los servicios de educación básica secundaria y media se encuentra ubicada en la Carrera 22F No. 11-62 en inmediaciones del Barrio Santiago y la Avenida Boyacá, la Institución cuenta con sedes alternas: la Escuela Integrada No. 3 y la Escuela No. 4 ubicadas en la zona central de la ciudad, estas últimas prestan los servicios de educación preescolar y básica primaria.

Los servicios educativos que presta la Institución abarcan:

- Educación Preescolar
- Educación Básica Primaria
- Educación Básica Secundaria
- Educación Media (dividiéndose ésta en Técnica y Académica)

La I.E.M Liceo Central de Nariño orienta sus acciones hacia la excelencia en la formación integral de líderes con un perfil ético, investigativo, tecnológico, científico, humanista y empresarial. Además, a través de programas articulados con instituciones de educación técnica, superior y mediante alianzas con el sector productivo busca formar integralmente personas competentes de alta calidad apoyados de la ciencia y la tecnología.

Al hablar de los estudiantes, la gran mayoría pertenecen a estratos 0, 1 y 2 de los cuales un gran porcentaje tienen un nivel cultural bajo, a su vez las familias presentan problemas como desempleo, violencia y abandono por parte del estado, los alumnos principalmente provienen de las comunas 1, 6, 10 y 12 de Pasto. La Institución atiende población de barrios aledaños y de la periferia de la ciudad, como por ejemplo: Santiago, Obrero, Mijitayo, Bachue, San Vicente, Popular, Corazón de Jesús, Nueva Aranda, San Diego, Río Blanco, Simón Bolívar, entre otros. De igual manera atiende estudiantes provenientes de veredas y corregimientos como: Mapachico, Morasurco, Buesaquillo, Catambuco, Genoy, Jamondino, Jongovito, y Obonuco.

La institución cuenta con aproximadamente 1.130 estudiantes matriculados. De ellos, 816 alumnos equivalentes al 72.2%, estudian sólo en la mañana, 314 estudiantes que representan el 27.8%, asisten en la jornada de la tarde. Por otra parte, la institución tiene 53 docentes, distribuidos en las tres sedes.

El enfoque educativo en la Institución se realiza a través de la formación por competencias, en el cual cada disciplina proponga estrategias metodológicas que conlleven a un aprendizaje significativo, con lo cual se logre la integralidad de los tres saberes: ser, conocer y hacer, para posteriormente desarrollar en pleno la capacidad de sentir, pensar y actuar en pro del desarrollo de habilidades que le permitan aprender a vivir y a convivir, buscando progresar y mejorar su calidad de vida.

Este enfoque se rige bajo los principios de Humanismo, Ciencia y Trabajo, y busca la formación de estudiantes íntegros, que protejan el medio ambiente, que sean emprendedores y trabajadores, deseosos de superación personal, exploradores e indagadores de la ciencia y tecnología, recreadores del conocimiento, animadores de la recreación y el deporte, imaginativos en el arte.

Para el éxito del proceso educativo, la Institución se apoya de fundamentaciones teóricas pedagógicas como: teoría pedagógica de Piaget, teoría del desarrollo del pensamiento y del aprendizaje de Vigotsky, el aprendizaje significativo en la teoría de Ausubel, la pedagogía conceptual, teoría de las Inteligencias múltiples de Gardner, teoría del pensamiento complejo de Edgar Morín, la escuela transformadora de Giovanni Iafrancesco, entre otras.

2.4. ANTECEDENTES

Partiendo de que el uso de la tecnología es un fenómeno con una aceptación muy marcada en la sociedad y su auge es cada vez mayor, surge la necesidad de investigar las causas o efectos adversos que puede conllevar el uso indiscriminado de sus contenidos, por

cuanto revisando antecedentes que puedan servir como punto de referencia enriquecedor para el tema tratado en esta investigación, se encontraron los siguientes.

"Nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad" esta investigación de enfoque cuantitativo realizada en el año 2014 por Maria Fernanda Haeussler Quezada, tiene como objetivo establecer los niveles de adicción a las redes sociales, los niveles de ansiedad y la relación entre estas variables en la población mencionada. Para su desarrollo se contó con la participación de 50 adolescentes con acceso a un dispositivo móvil, la edad de los partícipes oscilaba entre los 13 a 18 años, de los cuales 32 eran mujeres y 18 eran hombres.

Esta investigación es relevante puesto que contiene un instrumento llamado "Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías" el cual es de gran importancia, pues incluye gran variedad de ítems que se relacionan directamente con adicción a redes sociales, además, brinda información específica acerca de cómo una persona puede desarrollar una adicción.

Otra investigación que se tiene en cuenta, es la realizada por Mercedes Villafuerte la cual se denomina **"Adicción a redes sociales y la conducta psicosocial en adolescentes"**, esta tiene como objetivo determinar el nivel de adicción a las redes sociales que tienen los adolescentes, además su efecto en la conducta psicosocial de los mismos. Se analizaron las causas que conllevan a esa adicción, las redes más utilizadas y los efectos psicosociales que causa.

El estudio comprende un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo. La muestra poblacional estuvo conformada por 243 estudiantes, la recolección de la información fue realizada mediante encuestas utilizando un cuestionario de preguntas, arrojando como resultado que las redes más utilizadas fueron Facebook, WhatsApp y Messenger. Así mismo

da a conocer que el tiempo estimado que los estudiantes dedican en promedio a la utilización de estas redes ronda las 4 horas, o es superior a las mismas, haciendo que haya una mayor vulnerabilidad a la generación de una adicción.

La investigación realizada por Villafuerte sirve como guía para el presente proyecto, puesto que brinda pautas importantes para la identificación de los niveles de adicción, la utilización de un cuestionario bien enfocado al grado de escolarización objeto de estudio en este trabajo permite encaminar hacia la búsqueda de un instrumento de recolección de información más amplio o de mayor abordaje a las redes sociales en general.

Ronald Reyna, en su trabajo de investigación denominado **“Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste”** utiliza dos cuestionarios, el primero llamado “cuestionario sobre uso de redes sociales” y el segundo “cuestionario de adicción a las redes sociales”, este último relevante por su aporte investigativo para el presente trabajo y del cual explica el autor que mide tres dimensiones: la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal por el uso de redes sociales y la dificultad para disminuir las horas en cuanto al uso de redes sociales, cada una de estas categorizada en 3 niveles: bajo, moderado y alto. Esto con el fin de poder determinar con mayor facilidad en cual de los 3 niveles se encuentra una persona después de responder el cuestionario.

En esta investigación no solo se realiza una medición del nivel de adicción a las redes sociales, sino que además hace uso del enfoque cognitivo conductual, el cual afirma que la naturalización de una problemática puede terminar causando un daño mayor, pues la persona solo está enfocada en obtener una recompensa así sea momentánea, por ende, se tiene en cuenta aspectos tanto internos como externos de las personas que lo pueden conducir a ser víctima de una adicción, es decir, la problemática no surge de la nada, sino que puede deberse a un patrón adquirido visualmente y al cual se fue adaptando con el pasar del tiempo.

Resulta interesante llevar a cabo este tipo de investigaciones por cuanto el conocer los aspectos que están generando un problema, brinda posibilidades reales para abordar las temáticas de una manera más efectiva, tratando de buscar soluciones a problemáticas como la adicción a redes sociales o a la tecnología de la cual están siendo víctimas los jóvenes en la actualidad.

En el ámbito Colombiano se encuentra un estudio llamado **“Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con las habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de 9 a 11 grado de instituciones educativas públicas y privadas del Municipio La Ceja”** que aunque no está directamente relacionado con la medición de los niveles adictivos, si tiene que ver con los riesgos existentes hacia los mismos, por tanto, brinda buenos cimientos para encaminar un trabajo en el cual se pueda determinar un nivel de adicción teniendo en cuenta su procedencia o causa.

La investigación fue encaminada a describir detalladamente los riesgos existentes en los estudiantes de secundaria a desarrollar o a padecer adicción por las redes sociales virtuales y cómo estos interfieren en el normal desarrollo cognitivo y comportamental de los educandos.

Este trabajo es de utilidad para la presente investigación puesto que contiene información relevante y necesaria para comprender la temática atinente a la adicción a redes sociales en el ámbito colombiano, cabe resaltar que el tema tratado no tiene un amplio bagaje investigativo en el territorio nacional, por ende, empezar las fases exploratorias y descriptivas se vuelve importante para la realización posterior de investigaciones dedicadas a la intervención de estas problemáticas.

3. METODOLOGÍA

3.1. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1.1. Tipo de Investigación: el presente proyecto se realizó basado en el tipo no experimental, pues no se pretendió hacer manipulación o control sobre las variables para obtener los resultados requeridos; es decir, se hicieron mediciones en un ambiente natural sin que la investigadora influyera de alguna manera en los contextos investigados.

3.1.2. Tipo de diseño: con la revisión de los antecedentes se pudo establecer que en el ámbito nacional y más específicamente en el regional, es poca o nula la literatura existente con respecto a la temática tratada en la presente investigación, a su vez que se pretendió identificar el nivel de adicción existente en la población a estudiar, por lo cual éste proyecto se catalogó como exploratorio descriptivo.

Así mismo esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, pues la medición se realizó por medio de una encuesta que contempló preguntas cerradas y los resultados obtenidos fueron con base numérica, lo cual facilitó el análisis de los mismos.

3.1.3. Población y muestra: la presente investigación se realizó en la sede principal de la Institución Educativa Municipal Liceo Central de Nariño de la ciudad de Pasto, la cual cuenta con 816 estudiantes. A esta sede asisten desde el grado sexto hasta el undécimo, los cuales representan la población objeto de estudio.

3.1.4. Tamaño de la muestra: el tamaño de la muestra se estableció mediante muestreo probabilístico teniendo en cuenta la población total estimada de la sede principal de la Institución, para la obtención de ésta se tomó un 5% de margen de error y un 95% de nivel de confianza, para esto se aplica la fórmula:

$$n = \frac{N * Z^2 * p.q}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * p.q}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población = 816 Estudiantes

Z = Factor de confiabilidad = 1,96

p= Proporción de éxitos = 0,5

q = Proporción de fracasos = 0,5

e = Margen de error = 0,05

Aplicando la fórmula, se obtuvo lo siguiente:

$$n = \frac{816 * (1.96)^2 * 0.25}{(0.05)^2 * (816 - 1) + (1.96)^2 * 0.25}$$

n= 261 Estudiantes

3.1.5. Instrumentos de recolección de información

Encuesta: dirigida a los estudiantes desde grado sexto a undécimo de la I.E.M. Liceo Central de Nariño. Se utilizó el **cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)** construido por el Dr. Edwin Salas Blas y el Mg. Miguel Escurra Mayaute, utilizado por Ronald Iván Reyna Saaz en su investigación realizada en el año 2017 llamada **“Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste”** (Reyna, 2017), para efectos de esta investigación dicho cuestionario se denominó **“Nivel de adicción a las redes sociales virtuales de los estudiantes de bachillerato de la I.E.M Liceo Central de Nariño”**. Este consta de 24 preguntas con selección única de respuesta en una escala tipo Likert de frecuencia con las siguientes opciones de respuesta “Nunca”, “Casi nunca”, “Algunas veces”, “Casi siempre”, “Siempre”, estas puntúan de 0 a 4 respectivamente. La encuesta se realizó de manera online y para su respectivo análisis estadístico se utilizó el programa Microsoft Office Excel 2016.

La puntuación mínima a obtener por parte de los estudiantes era 0 y la puntuación máxima era 96, pues al multiplicar el ítem puntuable más alto (4) por el número de preguntas del cuestionario (24), se obtuvo este producto como máximo puntaje. Para establecer los intervalos de clase se hizo el cálculo estadístico del rango (R), el número de clase (K) y la amplitud de la clase (C), se resalta que al número de clase se le asignó el valor de 3, pues las categorías para los puntajes son bajo, moderado y alto. Así pues se procedió a calcular:

$$R = \text{valor máximo} - \text{valor mínimo} \rightarrow R = 96 - 0 \rightarrow R = 96$$

$$K = 3$$

$$C = R/K \rightarrow C = 96/3 \quad C = 32$$

La interpretación de los resultados se llevó a cabo de la siguiente manera:

RANGOS DE PUNTOS OBTENIDOS	INTERPRETACIÓN
[0 – 32) puntos	Bajo
[32 - 64) puntos	Moderado
[64 - 96] puntos	Alto

Nota: las tablas y figuras utilizadas en el presente trabajo son de propiedad de la investigadora.

3.2. DISEÑO PROCEDIMENTAL

Con el fin de dar cumplimiento a los objetivos planteados en el presente proyecto de investigación se establecieron las siguientes fases con sus respectivas actividades:

FASE 1: Selección de la muestra

Teniendo en cuenta la población total de estudiantes de bachillerato de la Institución, se procedió a calcular la muestra poblacional que constituye el número de alumnos que fueron

partícipes de la investigación. Al ser una muestra probabilística, los integrantes se seleccionaron utilizando la técnica de muestreo aleatorio simple.

La muestra fue calculada mediante la fórmula estadística

$$n = \frac{N * Z^2 * p. q}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * p. q}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población = 816 Estudiantes

Z = Factor de confiabilidad = 1,96

p= Proporción de éxitos =0,5

q = Proporción de fracasos = 0,5

e = Margen de error = 0,05

Reemplazando las variables en la fórmula, se obtuvo:

$$n = \frac{816 * (1.96)^2 * 0.25}{(0.05)^2 * (816 - 1) + (1.96)^2 * 0.25}$$

n= 261 Estudiantes

Conocida la muestra poblacional, se procedió a solicitar al colegio la base de datos con la información de los estudiantes matriculados, donde se especifique el nombre y el contacto de los mismos. Mediante el programa Microsoft Excel se creó un listado general ordenado alfabéticamente, a cada estudiante se le asignó un número aleatorio, y quienes tuvieron los consecutivos del 1 al 261 fueron los seleccionados para la aplicación del cuestionario; previendo que uno o varios alumnos no tuviesen la forma de realizar la encuesta, se optó por enviarla a los primeros 290 de la lista. Para efectos de facilitar

la búsqueda de dichos números aleatorios, se decidió organizarlos de menor a mayor conservando al estudiante asignado. Finalmente se tomó el número de respuestas estimadas en la muestra.

FASE 2: diseño de instrumento de recolección de información

Para llevar a cabo el proceso de recolección de información se tuvo en cuenta el cuestionario ARS diseñado por Edwin Salas y Miguel Escurra, utilizada por Ronald Reyna en su investigación (Reyna, 2017), el cual tiene como finalidad determinar el nivel de adicción que presentan las personas a las redes sociales virtuales, este instrumento fue adaptado para la presente investigación sumándole preguntas de carácter informativo más no calificable, es decir, no interfirieron en la medición real del cuestionario original y las cuales fueron encaminadas a la obtención de resultados que permitieran abordar todos los objetivos propuestos.

El instrumento creado para la presente investigación contiene 3 partes, así:

Parte 1: INFORMACIÓN GENERAL: consta de datos básicos del estudiante, como su edad, género y grado que se encuentra cursando.

Parte 2: USO DE REDES SOCIALES: en esta sección se encuentran preguntas enfocadas a establecer las redes de preferencia entre los estudiantes, el tiempo que invierten en las mismas y la finalidad de su uso. Esta parte consta de 4 preguntas, para su cuantificación se utilizó una escala de pregunta dicotómica y una escala con preguntas de escala de Likert.

Ejemplo:

Pregunta Dicotómica		Pregunta de escala de Likert				
¿Utilizas la red social Facebook?		¿Con qué frecuencia utilizas la red social Facebook?				
Si	No	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
x			x			

Parte 3: ADICCIÓN A REDES SOCIALES: en esta última parte, están consignadas las preguntas directamente relacionadas con la medición de adicción a redes sociales y a su vez encaminadas a establecer el nivel de la misma. Esta parte consta de 24 preguntas con selección única de respuesta, para la escala de calificación se optó por hacer uso del tipo Likert de frecuencia con las siguientes opciones de respuesta “Nunca”, “Casi nunca”, “Algunas veces”, “Casi siempre”, “Siempre”, estas puntúan de 0 a 4 respectivamente.

Al final del cuestionario se encuentra ubicada una pregunta de opción múltiple de selección única que aborda la temática atinente a cuan adicto se considera cada estudiante.

Ejemplo:

Pregunta de opción múltiple de selección única

¿Cuán importante consideras que es Facebook para tus labores académicas?

Mucho	Poco	Nada
X		

Ver Apéndice A. Instrumento de recolección de información

Con el fin de no predisponer a los estudiantes y así poder obtener respuestas lo más cercanas a la realidad de los mismos, se decidió reemplazar la palabra “adicción” por “uso” en todo el cuestionario. Así mismo, en la tercera parte denominada “adicción a redes sociales” se la modificó por “conexión a redes sociales”.

FASE 3: Validación del instrumento

Si bien, la sección del instrumento sobre “adicción a redes sociales” está tomada de un instrumento ya validado, fue necesario realizar una validación general del resto de las

partes, esto teniendo en cuenta que se crearon dos secciones adicionales, las cuales permitieron el alcance de los objetivos específicos. Para este proceso fue necesario:

- **Evaluación de expertos:** el instrumento fue sometido a revisión por parte de 3 expertos en el ámbito educativo con el fin de validar el cuestionario a aplicar, para este efecto se contactó al Magister Jairo Omar Játiva Eraso quien se desempeña como docente del programa de Licenciatura en Informática de la Universidad de Nariño, a la Magister Luz Ángela Ordoñez Gómez, también docente de la Universidad de Nariño, y a la docente de la I. E.M. Liceo Central de Nariño Martha Lucía Ibarra Benavides.

Una vez leído el documento a validar por parte de los 3 expertos, procedieron a dar las siguientes recomendaciones.

EVALUADOR	PREGUNTA	SUGERENCIA
Evaluador 1 Jairo Omar Játiva Eraso	¿Tienes cuenta en las siguientes redes sociales?	Quitar la opción de WhatsApp ya que no cumple con las características de una red social.
	¿Con qué frecuencia haces uso de las siguientes redes sociales virtuales?	<p>Agregar la palabra “diaria” después de “frecuencia”.</p> <p>Agregar una pregunta más: ¿A través de qué dispositivo o herramienta tecnológica accedes a estas redes sociales? - Computador - Tablet - Smartphone</p>

¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales para las siguientes actividades?	Agregar más actividades, tales como: - Ver series o películas - Leer documentos de tu interés
¿Me considero adicto o dependiente de las redes sociales?	Separar la expresión “adicto o dependiente”, ya que ambas son complementarias.

Evaluador 2

Luz Ángela Ordoñez Gómez Sin observaciones ni sugerencias

Evaluador 3

Martha Lucía Ibarra Benavides ¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales para las siguientes actividades? Modificar la intención de la pregunta, con el fin de no confundirla con la pregunta anterior. La anterior es, ¿Con qué frecuencia haces uso de las siguientes redes sociales virtuales?

-Ajustes al instrumento: una vez recibidas las sugerencias por parte de los 3 expertos, se procedió a hacer la respectiva revisión y las modificaciones a las que hubo lugar.

EVALUADOR	SUGERENCIA	AJUSTE
Evaluador 1 Jairo Omar Játiva Erazo	Quitar la opción de WhatsApp ya que no cumple con las características de una red social.	Según Covi (citada por Gudiño et al., 2019) El uso de WhatsApp, medios de comunicación o la web 3.0 que por su modalidad de uso pueden considerarse redes sociales, cumplen un papel fundamental, pues son un gran aliado para la creación y distribución de temáticas o

	contenidos de interés para las personas de una manera efectiva y eficaz. Además, al ser importante para la investigación, se mantiene.
Agregar la palabra “diaria” después de “frecuencia”.	La pregunta queda: ¿Con qué frecuencia diaria haces uso de las siguientes redes sociales virtuales?
Agregar una pregunta más: ¿A través de qué dispositivo o herramienta tecnológica accedes a estas redes sociales?	Se agrega la pregunta en la sección de “Uso de redes sociales” y se usa la escala: siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca.
- Computador	
- Tablet	
- Smartphone	
Agregar más actividades, tales como:	Se agregan las opciones en la pregunta correspondiente, puesto que estas son actividades que con normalidad también se realizan en las redes sociales.
- Ver series o películas	
- Leer documentos de tu interés	
Separar la expresión “adicto o dependiente”, ya que ambas son complementarias.	Ante esta sugerencia se optó por conservar la expresión “adicto”, pues es un contexto más globalizado y acorde a lo que se quiere buscar con la investigación.

Como señalan Echeburúa y Corral (2010), cuando se habla de adicción, no solo se hace referencia al tiempo dedicado en la realización de una acción, sino a la relación de dependencia que se crea, la pérdida de control por parte del sujeto y la grave interferencia que puede generar en la vida de las personas.

La pregunta queda: ¿Me considero adicto a las redes sociales?

Evaluador 2

Luz Ángela Ordoñez Gómez Sin observaciones ni sugerencias

Evaluador 3

Martha Lucía Ibarra Benavides Modificar la intención de la pregunta, con el fin de no confundirla con la pregunta anterior. La anterior es, ¿Con qué frecuencia haces uso de las siguientes redes sociales virtuales? Las dos preguntas enunciadas están claramente diferenciadas.

Como se puede observar, a partir de las sugerencias dadas por los expertos, se realizaron una serie de modificaciones al cuestionario, que, si bien fueron pocas, beneficiaron en gran medida al momento de ahondar en ciertos aspectos que no habían sido cubiertos originalmente, permitiendo de esta manera globalizar un poco más la temática.

Tomando en cuenta la situación de salud pública ocasionada por la pandemia, se tomó la determinación de aplicar este cuestionario de forma virtual.

Para acceder de manera online a la encuesta se pudo ingresar mediante el enlace: <https://forms.gle/sJWixUp5MZ823GJr8>. Este cuestionario también está disponible en el Apéndice B.

- Prueba Piloto: después de haber realizado los cambios propuestos por los expertos, se procedió a hacer la prueba piloto, aplicando la encuesta a 15 estudiantes. Para la selección de los participantes se solicitó a amigos, familiares y allegados que conocieran a estudiantes de los grados de sexto a once de colegios públicos de la ciudad de Pasto, que brindaran el contacto a la investigadora para poder entablar una comunicación con ellos. Una vez recolectados los números telefónicos, se procedió a contactarlos vía WhatsApp, de esta manera se explicó el proceso a llevar a cabo y se envió el enlace de acceso a la encuesta (<https://forms.gle/sJWixUp5MZ823GJr8>), así como también se quedó a disposición frente a las dudas que les pudiesen surgir sobre las preguntas. Este proceso se realizó entre el 10 al 16 de febrero del año 2021.

Terminada la prueba piloto, se realizó una llamada vía WhatsApp con cada uno de los participantes, con el fin de indagar aspectos de la encuesta como: la claridad del contenido, las dificultades que presentaron para resolverla, y las observaciones y/o modificaciones acerca de las preguntas o de la estructura en general.

-Realización de ajustes en caso de ser necesarios: Una vez terminado este procedimiento no se recibieron sugerencias, pues los encuestados hicieron alusión a que el contenido era claro, entendible y fácil de resolver. De esta manera se dio como aceptado el instrumento final para su aplicación en la I.E.M. Liceo Central de Nariño; así pues, se procedió a entablar contacto con los docentes de dicha Institución para solicitar los espacios adecuados con el fin de aplicar el cuestionario.

FASE 4: acercamiento al personal docente

Actividades:

- Se solicitó a las directivas institucionales mediante correo electrónico el registro general de los docentes adscritos al colegio, con sus respectivos números de contacto y correo electrónico, además los grados en los cuales ofrecen sus asignaturas, dicho registro fue enviado como respuesta en archivo de Excel; posterior a la revisión del documento se procedió a contactarlos vía WhatsApp.
- Una vez hecho el contacto con el personal docente, se les dio a conocer los pormenores del proyecto de investigación a realizar, se solicitó a cada uno un espacio de entre 10 a 15 minutos de su clase para poder aplicar el instrumento de recolección de datos a los estudiantes escogidos de cada curso. Los docentes fueron los encargados de determinar el curso, la hora y la fecha en los cuales se les facilitaba brindar dicho espacio, teniendo en cuenta el muestreo realizado.

FASE 5: aplicación del instrumento de recolección de información

A partir de los datos suministrados por los docentes, se acordó enviar vía WhatsApp el enlace de conexión a cada clase llevada a cabo mediante la plataforma Google Meet, con cinco minutos de antelación a la hora estipulada por el docente para brindar el espacio. En cada uno de estos, la investigadora realizó un breve resumen del proyecto y procedió a solicitar el correo electrónico de los estudiantes pertenecientes a la muestra de estudio para posteriormente enviarles un enlace de acceso a una sala Meet creada con anticipación exclusiva para llevar a cabo el proceso recolección de información. Cuando los estudiantes se conectaron a la nueva sala, en el chat se les compartió el enlace de acceso a la encuesta, siempre estando pendiente a las dudas que pudiesen surgir al momento.

FASE 6: análisis de resultados obtenidos

Una vez recolectada la información y teniendo en cuenta los objetivos a alcanzar, se procedió a tabular los datos obtenidos según el criterio a analizar, para ello se utilizó el

programa Microsoft Office Excel 2016, en el cual, después de realizado el proceso de tabulación, se obtuvieron los análisis estadísticos necesarios para cada caso, con el propósito de dar cumplimiento a los objetivos del estudio; igualmente, se elaboraron las gráficas correspondientes a fin de facilitar la comprensión e interpretación y posterior análisis y descripción de los resultados.

FASE 7: Elaboración de conclusiones y recomendaciones

Llevada a cabo la respectiva descripción y análisis de la información, se procedió a elaborar las conclusiones teniendo en cuenta los resultados obtenidos y las recomendaciones a las que haya lugar en pro de mejorar las condiciones de uso de las redes sociales por parte de los estudiantes de la Institución.

4. RESULTADOS

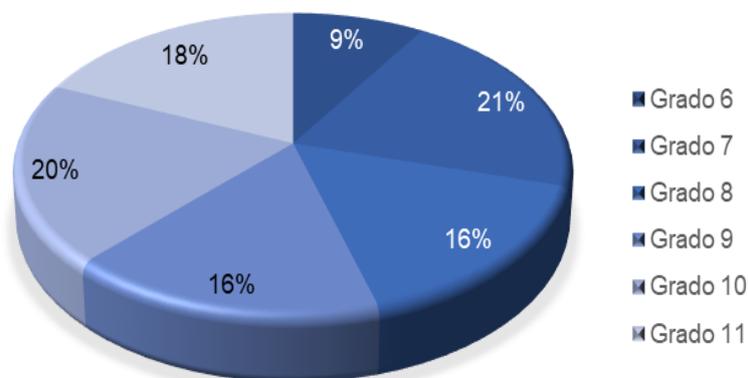
4.1. Generalidades de la población y la muestra

4.1.1. Población: 816 Estudiantes de los niveles de básica secundaria y media, de los cuales 422 pertenecen al género femenino y 394 al género masculino. De la población en general, 101 estudiantes son de grado sexto, 154 de grado séptimo, 142 de grado octavo, 149 pertenecen al grado noveno, 141 al grado décimo y finalmente 129 estudiantes pertenecen al grado once.

4.1.2. Muestra: Tomando en cuenta la población en general se procedió a hacer el cálculo estadístico de la muestra para poder llevar a cabo la recolección de datos, obteniéndose 261 estudiantes que fueron seleccionados de manera aleatoria, tal como se describió en el diseño procedimental (fase 1), los cuales serían finalmente encuestados; de esta manera, la muestra se conformó tal como se indica en la siguiente figura:

Figura 1

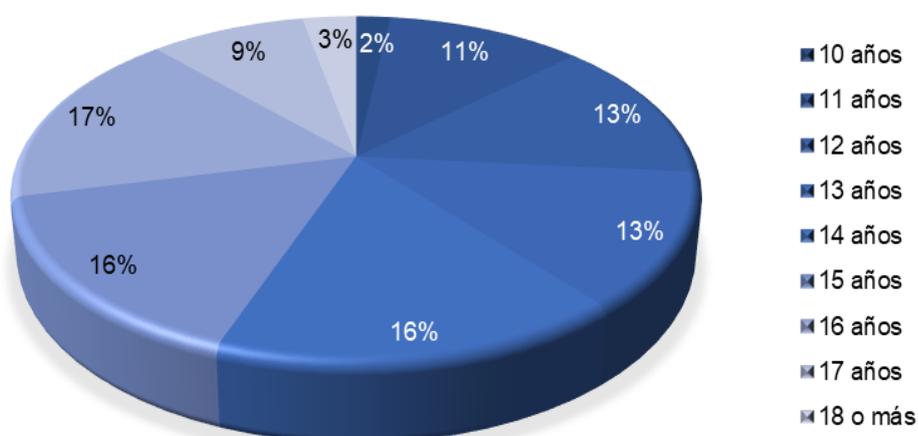
Conformación de la Muestra de Estudiantes por Grado



En cuanto a la conformación de la muestra por grados, se puede observar que 23 estudiantes que representan el 9% son pertenecientes al grado sexto, 54 estudiantes que corresponden al 21% son de grado séptimo, 42 alumnos que representan el 16% de la muestra pertenecen al grado octavo, 43 estudiantes correspondientes también a un 16% de los encuestados son de grado noveno, el 20% correspondiente a 51 estudiantes están en grado décimo y el 18% de la población estudio correspondiente a 48 estudiantes cursan el grado 11.

Figura 2

Conformación de la Muestra de Estudiantes por Edad



Al analizar la muestra por edades y teniendo en cuenta la escala de “desarrollo psicosocial del adolescente”³³ descrita por Gaete (2015) se obtuvo que el 39% de la muestra se encuentra en la etapa de adolescencia temprana, los estudiantes que pertenecen a la categoría adolescencia media, representan el 49% de la muestra, finalmente el 12% se encuentran en la etapa de adolescencia tardía, cabe destacar que de este último el 3% son mayores de edad.

Analizando la muestra por género (tabla 1 y figura 3), se obtuvo que 145 estudiantes equivalentes al 56% son mujeres, mientras que 116 estudiantes que representan el 44% son hombres. Teniendo en cuenta la población general de la institución la muestra de mujeres partícipes de la encuesta representa el 34% del total femenino, mientras que los participantes de género masculino equivalen al 29% del total de la población masculina.

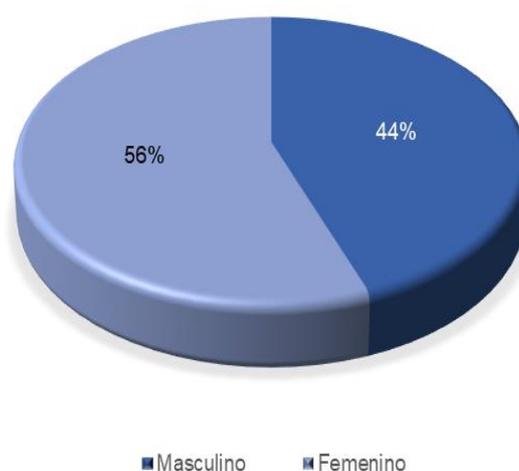
Tabla 1

Conformación de la Muestra de Estudiantes por Género

Género	Total
Femenino	145
Masculino	116
Total general	261

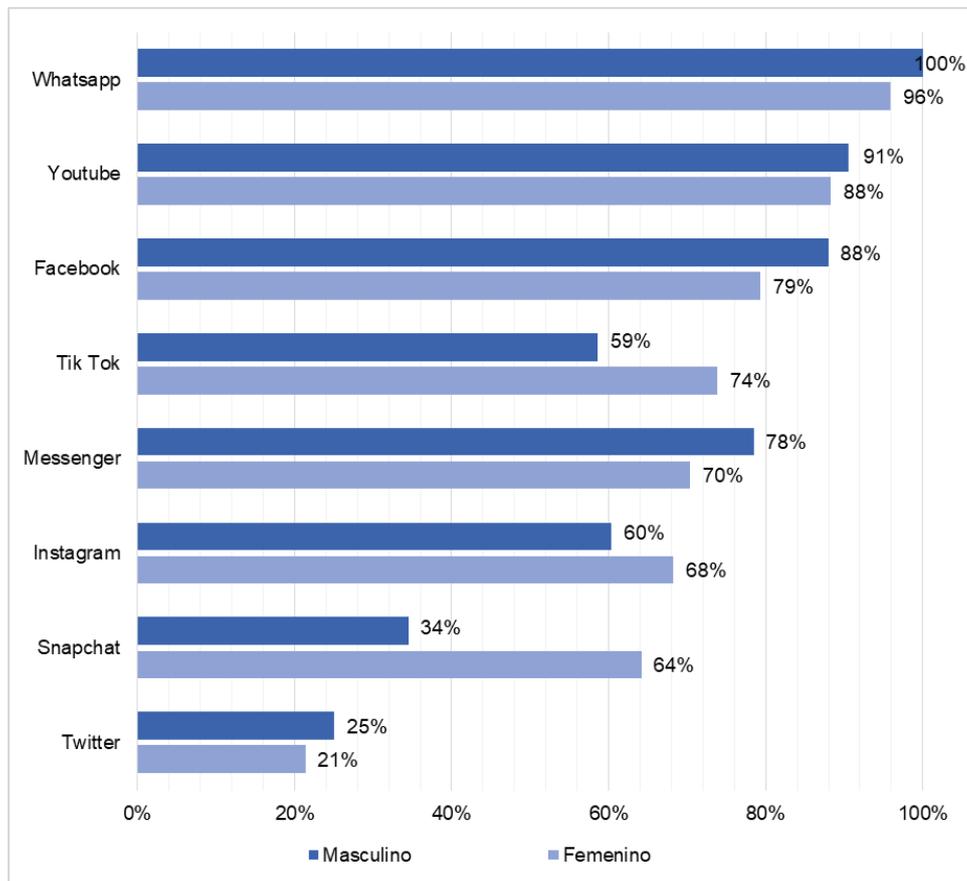
Figura 3

Conformación de la Muestra de Estudiantes por Género



4.2. Uso de redes sociales

4.2.1. Uso de redes sociales por género. Según el estudio realizado por Valencia, Cabero y Garay (2020), existe una brecha en la utilización de las redes sociales dependiendo del género, mientras las mujeres se inclinan más por actividades como la búsqueda y descarga de música e imágenes, los hombres tienen una tendencia a utilizar sus redes con fines principalmente de ocio, como juegos en línea o búsqueda de contenido audiovisual. En este orden de ideas, la presente investigación puede ratificar lo descrito en el estudio mencionado, si se analiza los resultados obtenidos, existe la tendencia de predominancia femenina en redes como Instagram 68%, Snapchat 64%, o TikTok 74%, las cuales están directamente relacionadas con posteo y búsqueda fotográfica, y/o fines comunicativos. Por otra parte, si se analiza redes como Facebook o YouTube, se denota la preferencia masculina con un 88% y 91% respectivamente. Cabe resaltar que estas últimas pueden ser consideradas en cierta medida como redes de entretenimiento y diversión, Ponce (citado por Parra, 2016). Estos resultados se pueden apreciar gráficamente en la figura 4.

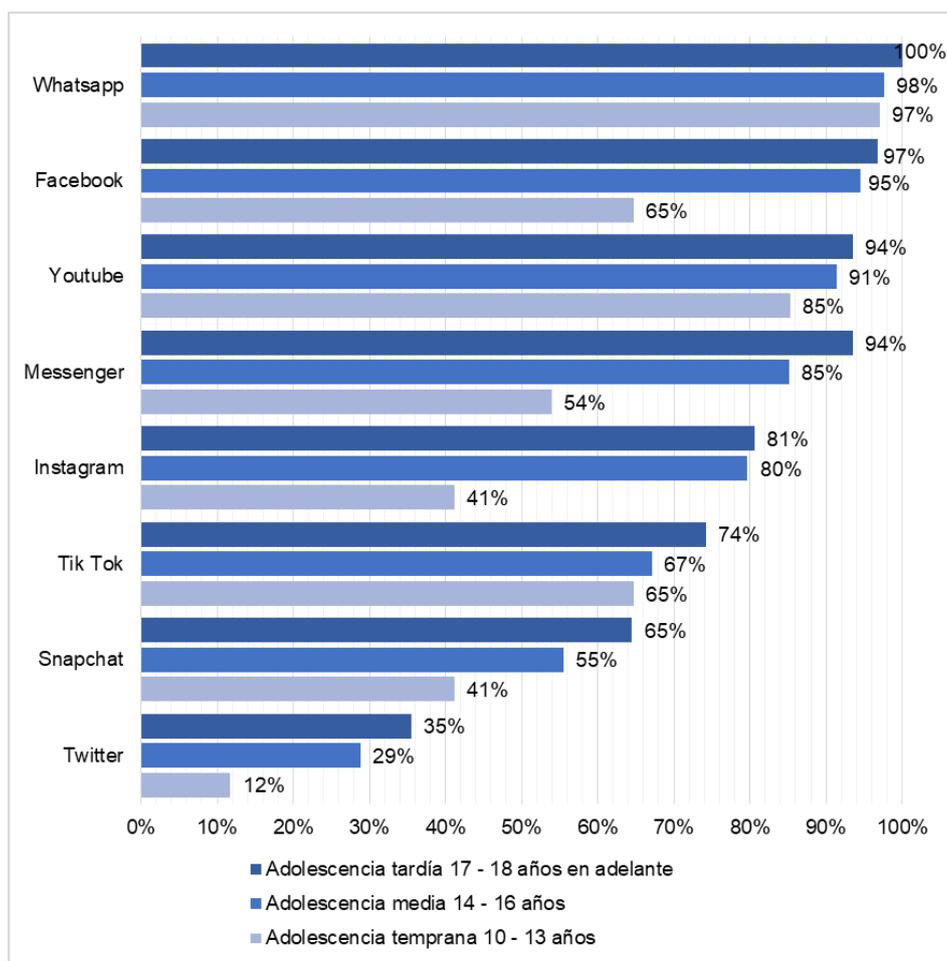
Figura 4*Uso de Redes Sociales por Género*

4.2.2. Uso de redes sociales por edad. Teniendo en cuenta la categorización de la adolescencia como temprana, media y tardía, las redes sociales a partir de su primera utilización van incrementando su porcentaje de uso significativamente denotando que las redes juegan un papel importante en la vida de los adolescentes. Se puede notar entonces cuan significativas pueden ser las redes y la utilización que les pueden dar a cada una, observándose así desde la más común hasta la que menos les llama la atención, en este orden de ideas, redes como Instagram, Snapchat, o Facebook tienden a crecer proporcionalmente a la edad de los estudiantes. Otras redes como es el caso de WhatsApp y quizá haciendo alusión a la situación de salud por la que atraviesa el mundo actualmente, es definitivamente

una red ampliamente utilizada sin discriminación de edad y su comportamiento de uso es casi total en la población estudiantil, como se demuestra en el siguiente gráfico.

Figura 5

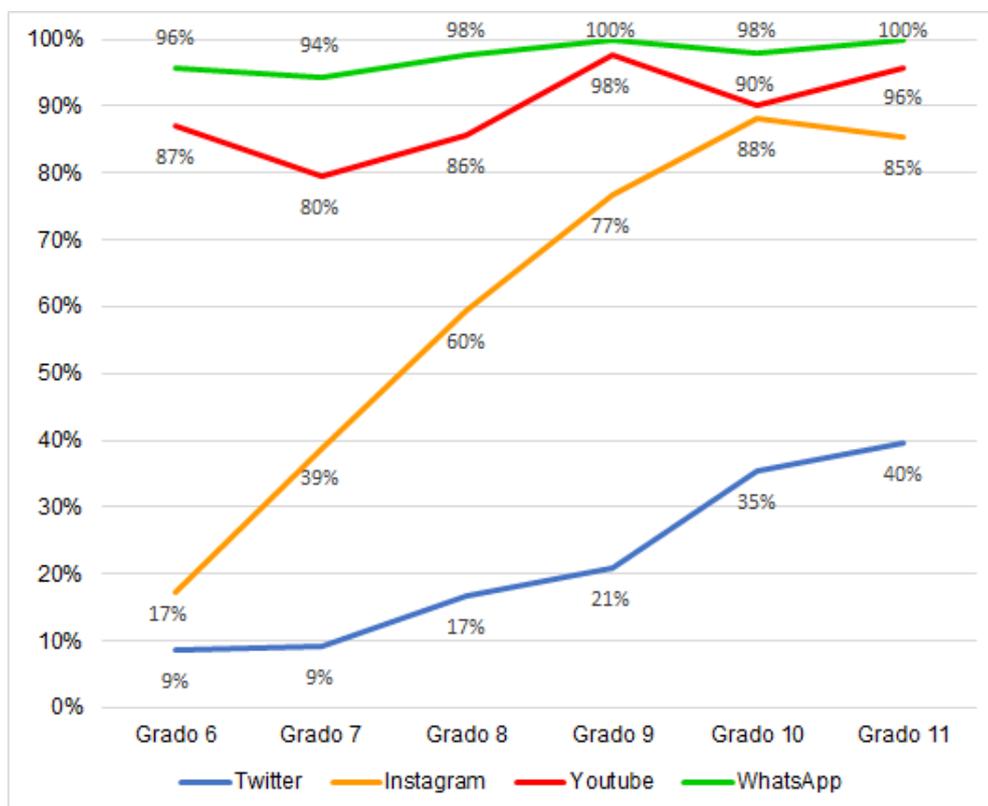
Uso de Redes Sociales por Edad



4.2.3. Uso de redes sociales por grado. El presente estudio permitió establecer que existen redes sociales que muestran una tendencia paulatina a incrementar en razón de su uso respecto a la edad o el grado (figura 6) en el que se encuentra el estudiante; para ejemplificar se toma en cuenta la red Instagram, la cual permite observar claramente ese comportamiento, pues es poco utilizada por alumnos de grado sexto y muy utilizada cuando llegan al grado 11. Lo mismo sucede con Facebook, Messenger y TikTok que obedecen al mismo comportamiento de la mencionada anteriormente, por cuanto en la figura no se muestran las

respectivas líneas para evitar la saturación de la misma. Es evidente que la red social Twitter no goza de popularidad en los estudiantes de bachillerato de la Institución, y aunque su tendencia es creciente no supera el 40% de preferencia, quizá se deba a que ésta es una red ampliamente utilizada con fines noticiosos y/o políticos, estos últimos como lo da a conocer Bayón (2017) prefieren la utilización de esta plataforma para dar a conocer sus opiniones o tendencias ya que los comúnmente llamados medios tradicionales de comunicación podrían tergiversar la información en contra de esa persona.

Por otra parte, redes como WhatsApp o YouTube muestran una tendencia diferente a las otras redes, pues esta misma es muy alta desde el grado sexto hasta el grado once. Para el caso de WhatsApp puede estar directamente relacionado con que muchas instituciones o docentes han optado por utilizar esta herramienta como medio para impartir sus clases y por tanto es un requerimiento esencial que los niños desde los 10 años tengan acceso para poder conectar a sus clases.

Figura 6*Uso de Redes Sociales por Grado*

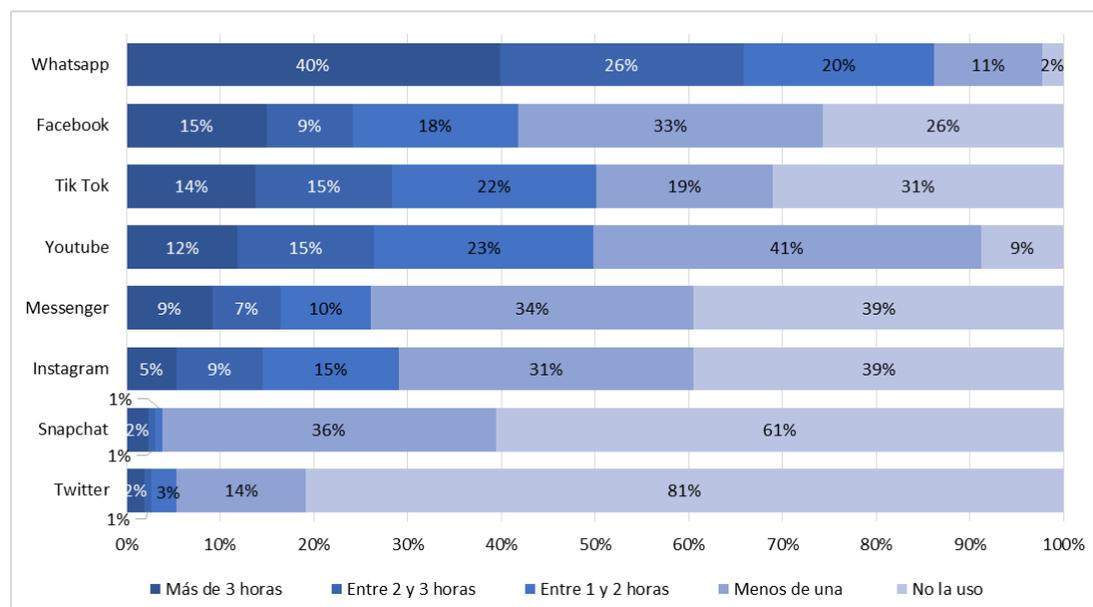
4.3. Redes sociales utilizadas

4.3.1. Horas de uso por cada red. Como se puede observar en la siguiente figura, WhatsApp es la red a la cual los estudiantes dedican mayor parte de su tiempo, pues el 40% representa a la población con más de 3 horas de uso diario y el 46% equivale a la población que la utiliza de entre una a tres horas, alcanzando el 86% de uso superior a una hora al día. Las posiciones siguientes las ocupan Facebook, Tik Tok y Youtube con un 42%, 51% y 50% respectivamente para los lapsos mencionados anteriormente. Cabe aclarar que, aunque Facebook presenta un porcentaje menor se ubica en la segunda posición debido a que el porcentaje de estudiantes que la utiliza por más de 3 horas es superior a las otras redes.

Gran contraste se refleja con las redes sociales Snapchat y Twitter, las cuales alcanzan solamente el 4% y el 6% respectivamente de estudiantes que afirmaron utilizarlas por más de una hora, convirtiéndolas en las redes con menor tiempo de uso.

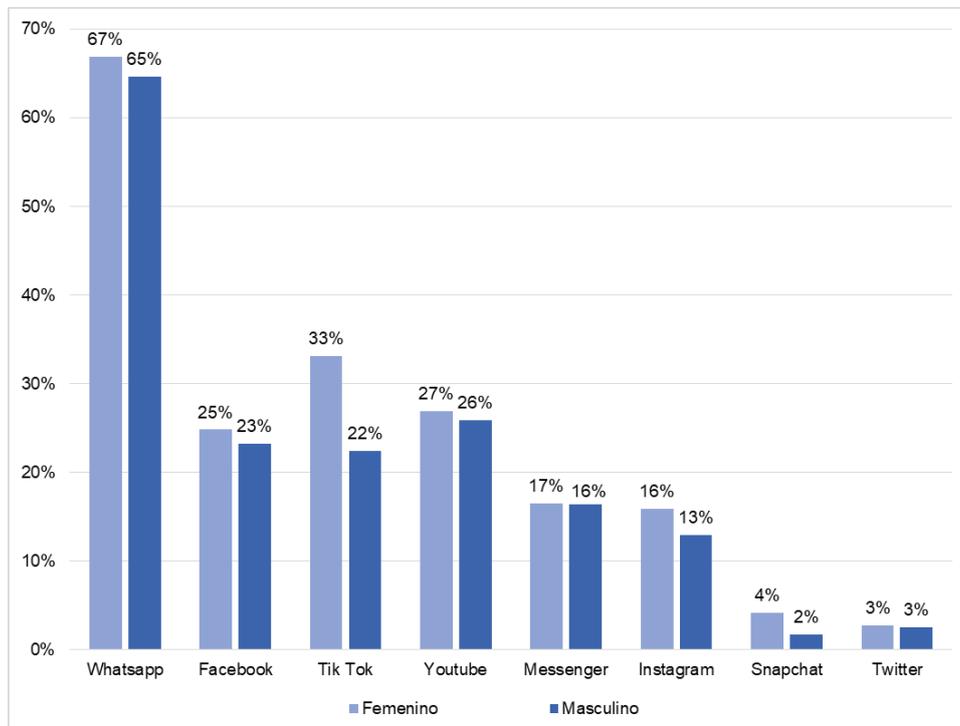
Figura 7

Horas de Uso por Cada Red

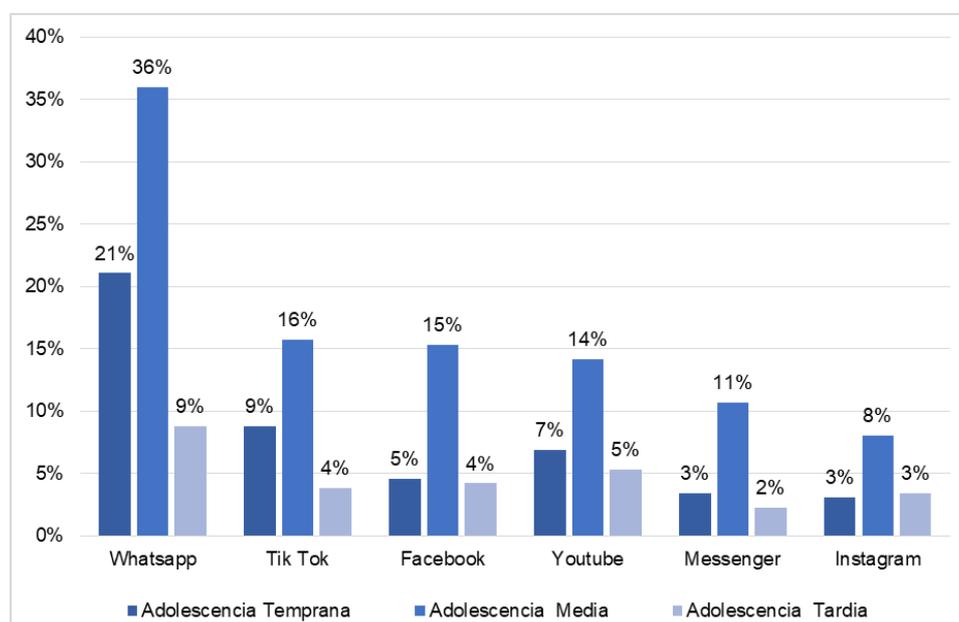


4.4. Frecuencias de uso de las Redes Sociales

4.4.1. Frecuencia de uso por género. La Figura 4 mostrada anteriormente permitió evidenciar que, en algunas redes sociales (especialmente en Facebook y Messenger), quienes más afirmaron tener cuenta fueron los hombres; no obstante, como se evidencia en la siguiente figura, al analizar las frecuencias “entre 2 y 3 horas” y “más de 3 horas” se observa que es el género femenino quien más hace uso de las redes sociales en general, a excepción de Twitter, en la cual, si solo se toma en cuenta las frecuencias mencionadas, muestra una tendencia similar.

Figura 8*Frecuencia de Uso por Género*

4.4.2. Frecuencia de uso por edad. En el siguiente análisis se muestran los porcentajes de estudiantes que hacen un uso de las redes sociales mayor a dos horas. De este modo, se puede observar que los estudiantes que se encuentran en la etapa de la adolescencia media son los que mayor tiempo de conexión acumulan. En la segunda posición se encuentra el grupo de adolescencia temprana, y finalmente la adolescencia tardía, estos 2 últimos muestran semejanzas en redes como Facebook, Messenger e Instagram, con porcentajes similares, mientras que para redes como TikTok y YouTube se denota más conexión por parte de los estudiantes de menor edad.

Figura 9*Frecuencia de Uso por Edad*

Como se puede observar en la figura anterior, el 66% de los adolescentes pueden estar conectados a WhatsApp por periodos superiores a 2 e inclusive 3 horas diarias, de estos el 36% corresponde a la adolescencia media, es decir, en edades promedio desde los 14 a los 16 años. Para redes como TikTok, Facebook y Youtube, los adolescentes afirmaron en un 29%, 24% y 26% respectivamente conectarse a estas en el mismo lapso. Cabe resaltar y como se mencionó anteriormente, la adolescencia media es quien va a la cabeza de mayor tiempo de utilización de las redes, en este caso con el 16%, 15% y 14% respectivamente para las últimas redes mencionadas.

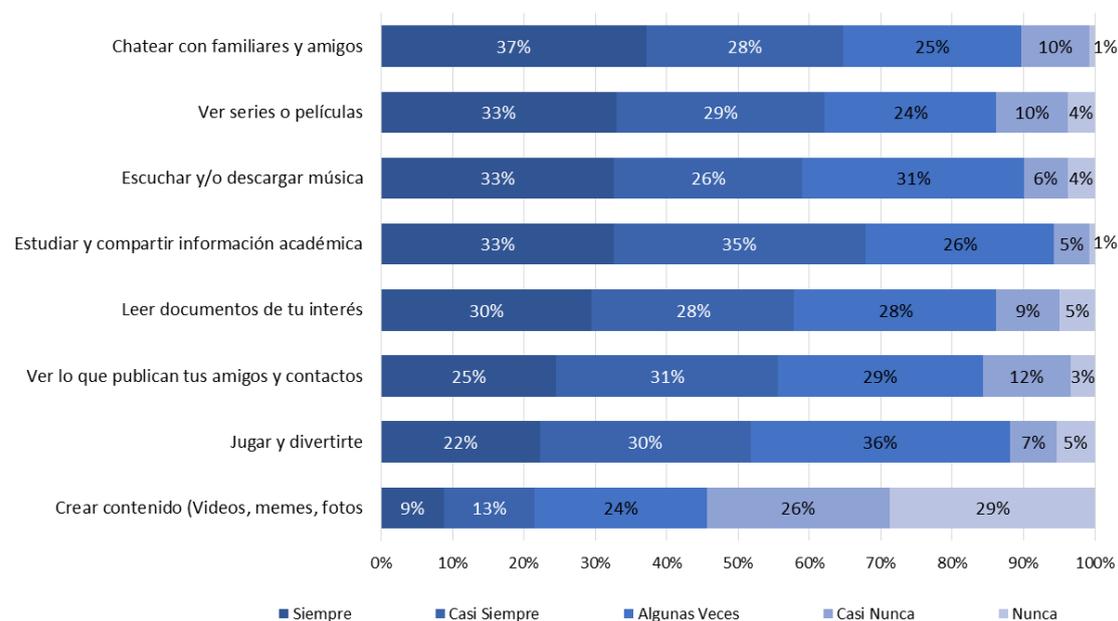
4.4.3. Frecuencia de uso para diferentes actividades

Al hacer referencia al uso que los estudiantes hacen de sus redes sociales existen múltiples actividades a realizar. Entre las opciones dadas en el cuestionario se plasmaron dos de índole académico, con las cuales se pretendía identificar si las redes sociales son útiles para el desarrollo de sus actividades académicas o por el contrario solamente acceden a ellas para

divertirse. A continuación, se analizan las preferencias que tienen los alumnos al momento de conectarse.

Según los resultados obtenidos, los estudiantes respondieron que siempre utilizan sus redes sociales para chatear y ver series o películas, obteniéndose un 37% y un 33% respectivamente, lo cual permite establecer que éstas son precisamente las actividades predilectas cuando hacen uso de sus redes; sin embargo, se puede establecer que éstas sí son un punto de apoyo importante para llevar a cabo sus labores estudiantiles, pues, al observar la frecuencia “casi siempre”, en definitiva el porcentaje más alto lo obtiene la actividad “estudiar y compartir información académica”, con un 35%, permitiendo inferir que no existe un descuido total en este aspecto, lo cual es un punto positivo teniendo en cuenta que la edad en la que se encuentran los estudiantes va directamente relacionada con preferir actividades como formar círculos de amistad amplios, divertirse, llamar la atención o utilizar la tecnología con fines de ocio, por encima de otras; se denota entonces que no solo usan las redes sociales como fuente de distracción sino que son de gran utilidad para aspectos fundamentales como la educación.

En cuanto a la actividad de menos interés se encuentra el crear contenido (videos, memes, fotos) pues tan solo el 9% afirmó realizar siempre esta actividad, por el contrario, el 29% afirmó que nunca lo hace, con lo cual se resume que no es una actividad que les llame la atención.

Figura 10*Frecuencia de Uso por Actividad***4.5. Características del uso de las redes sociales****4.5.1. Indicadores de posible adicción a las redes**

Como se mencionó en el diseño procedimental, el cuestionario aplicado a los estudiantes estuvo compuesto de 3 partes, en este apartado se analizó la tercera parte correspondiente al instrumento específico de medición de adicción a las redes sociales elaborado por Escurra y Salas (2014), el cual consta de los siguientes 24 ítems o afirmaciones.

1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.

4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.
5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.
6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.
7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.
8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.
9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.
10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.
11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.
12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.
13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. (no se tiene en cuenta en esta investigación, por no ser un posible indicador de adicción)
14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.
15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.
16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.
17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.
18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.
19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.
20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.
21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.

22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.
23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).
24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.

El cuestionario cuenta con 5 opciones de respuesta (Nunca, Casi nunca, Algunas veces, Casi siempre y Siempre), para su posterior calificación se reemplazó cada una de ellas por valores numéricos de 0 a 4 respectivamente. Después de asignar los valores correspondientes a cada respuesta, fueron sumados los 24 ítems con el fin de determinar el puntaje que cada estudiante obtuvo en esta sección, siendo 0 la puntuación mínima posible y 96 la máxima. Para determinar el nivel de adicción ya sea Alto, Moderado o Bajo que denota el puntaje obtenido existe una tabla de rangos elaborada por Reyna (2017) en la cual establece los valores específicos para cada nivel. A esta tabla se le agregó la columna “Estudiantes” en la cual se especifica cuántos de ellos quedaron en cada nivel, tal como se puede evidenciar a continuación.

Tabla 2

Rangos de Puntuación para Cada Nivel

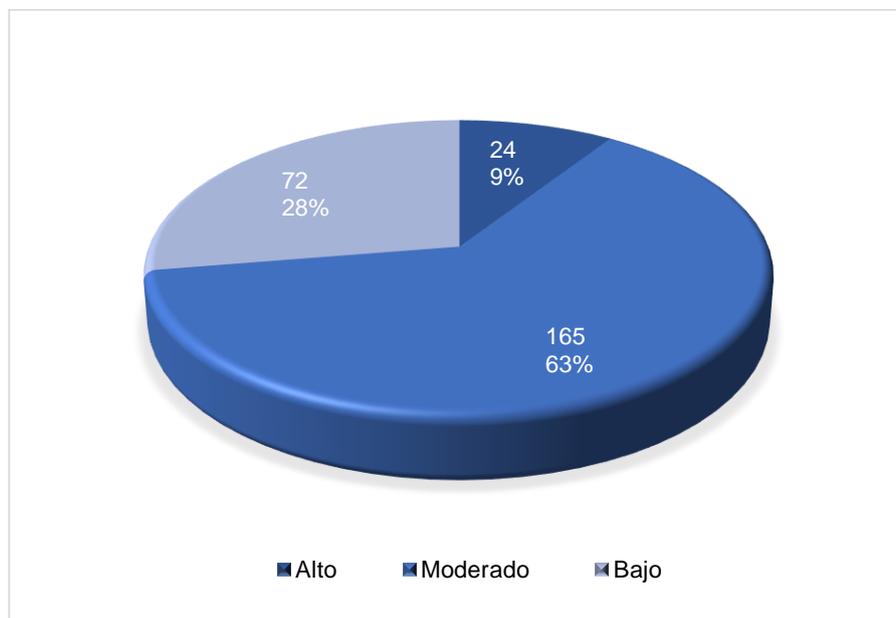
PUNTUACIÓN	NIVEL DE ADICCIÓN	ESTUDIANTES
[64 – 96]	Alto	24
[32 – 64)	Moderado	165
[0 – 32)	Bajo	72

Fuente: Ronald Reyna – Año 2017

En la siguiente figura se puede observar el porcentaje correspondiente al número de estudiantes que ponderaron en cada nivel de adicción de acuerdo a los resultados de la encuesta.

Figura 11

Porcentaje de Estudiantes por Niveles de Adicción de Acuerdo a la Encuesta



Como se observa en la figura anterior la mayor parte puntuó para el nivel de adicción moderado, con un 63%, mientras que el 9% que representa a 24 alumnos obtuvo un puntaje que permite catalogarlos como nivel alto de adicción. Por otra parte, 72 estudiantes obtuvieron un puntaje con el cual se puede deducir que su nivel de adicción es bajo, ellos representan el 28% de la muestra estudiada. En otras palabras, estos últimos no tienen problemas para utilizar sus redes sociales de una manera adecuada.

4.6. Adicción a las Redes Sociales

Tomando en cuenta las puntuaciones obtenidas por los estudiantes después de calificar el instrumento en su debida forma, e identificando que 24 estudiantes puntuaron dentro del rango de adicción Alto, 165 en el rango de adicción Moderado y 72 en nivel Bajo, se procedió a analizar los ponderados de cada afirmación con el fin de identificar los aspectos positivos o negativos frente a las preguntas que conllevó a que los estudiantes se ubiquen en las determinadas categorías.

Así, se procedió a elaborar el promedio mediante la siguiente fórmula:

$(\text{Siempre} * 4 + \text{Casi siempre} * 3 + \text{Algunas veces} * 2 + \text{Casi Nunca} * 1 + \text{Nunca} * 0) / \# \text{ de estudiantes según el nivel.}$

Con base en lo anterior, se elaboró la siguiente tabla de frecuencias con sus respectivos rangos, el nivel de adicción al que corresponden, y una columna de colores para identificar cada nivel; se utilizó el color rojo como señal de alerta cuando los niveles de adicción son altos, el color amarillo cuando el promedio obtenido no es significativo para catalogarlo como alto o bajo, sino que se encuentran en un punto neutro, y el color verde cuando el nivel de adicción es bajo.

Tabla 3

Rangos por Frecuencia

FRECUENCIA	RANGO	NIVEL	COLOR
Nunca	[0 – 0,8)	Bajo	Verde
Casi Nunca	[0,8 – 1,6)	Bajo	Verde
Algunas Veces	[1,6 – 2,4)	Moderado	Amarillo
Casi Siempre	[2,4 – 3,2)	Alto	Rojo
Siempre	[3,2 – 4]	Alto	Rojo

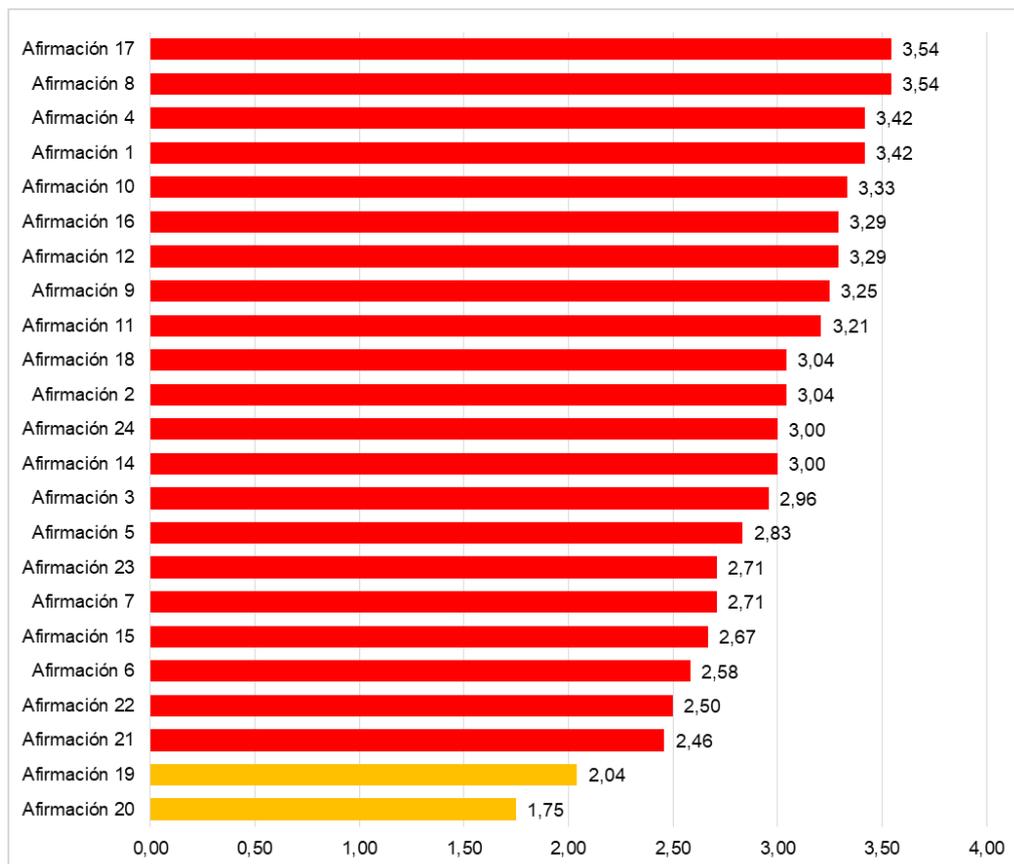
4.6.1. Adicción a las Redes Sociales – Nivel Alto

Entre los 24 estudiantes que se encuentran en nivel alto, de las 23 preguntas, 21 promediaron por encima de 2,4, lo cual permite establecer que cada afirmación propuesta está causando problema en la cotidianidad de los alumnos, por ejemplo: “Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo” (Afirmación 9) o “Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales” (Afirmación 17). Por otra parte, hay 2 afirmaciones que están dentro del rango 1,6 – 2,4 lo cual indica que, si bien tienden a ser problemáticas, quizá

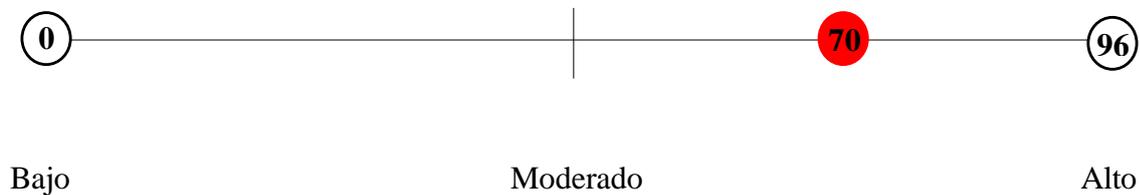
son actividades de las cuales aún tienen control, son los casos de: “Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales” (Afirmación 19) y “Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales” (Afirmación 20). Lo anterior se puede observar en la siguiente figura.

Figura 12

Adicción a las Redes Sociales – Nivel Alto



Tomando en consideración lo anteriormente expuesto y teniendo en cuenta los altos ponderados existentes en este grupo, se estableció la puntuación promediada y la respectiva tendencia que se generó obteniendo como puntuación promedio 70 puntos de los 96 posibles que demarcan una tendencia alta de adicción. Esto se puede observar en la siguiente figura.

Figura 13*Tendencia de Nivel Alto***4.6.2. Adicción a las Redes Sociales – Nivel Moderado**

En la figura 14 se muestran los casos de los 165 estudiantes que puntuaron en un nivel moderado de adicción (63%). En este caso se evidenció que solo en 6 de las 24 afirmaciones los encuestados se mantienen en una connotación negativa para preguntas como: “Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales” (Afirmación 1) o “Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales” (Afirmación 4), pues al tener un promedio superior a 2,4 reafirman el sentido negativo de la afirmación, no obstante, si bien hay actividades que demuestran un comportamiento negativo en el actuar de los estudiantes, es evidente que hay un poco más de control sobre sus redes sociales, para este caso existen 8 afirmaciones que adquieren una connotación positiva.

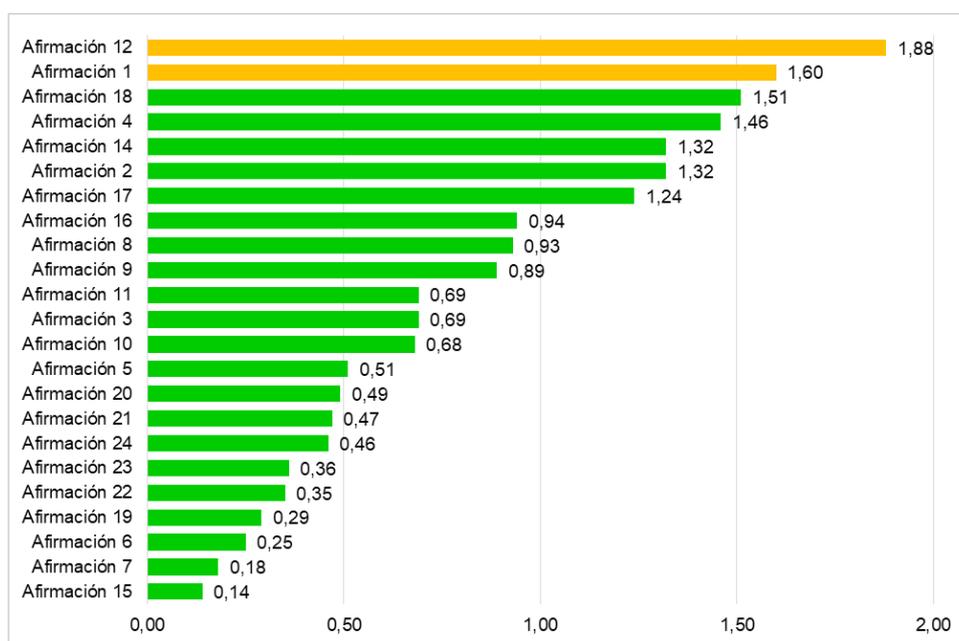
Sin embargo, existen 9 afirmaciones que se sitúan en un punto neutro, es decir, no superan el 2,4 para ser consideradas negativas, ni tampoco bajan de 1,6 para ser positivas. Ahora bien, si los estudiantes se descuidan, existe la tendencia a alcanzar el nivel alto de adicción, o por el contrario, podrían mejorar su conducta de buen uso de sus redes sociales y generar un sentido positivo para cada una de las afirmaciones.

4.6.3. Adicción a las Redes Sociales – Nivel Bajo

Como se observó en la figura 12, algunos estudiantes después de calificado el test obtuvieron promedios altos, lo cual conllevó a que sean catalogados en un nivel alto de adicción. La figura 16 indica el caso opuesto, pues en esta se reflejan los ponderados que obtuvieron los 72 estudiantes con bajo nivel de adicción, en este caso los promedios están por debajo de 1,6 excepto en las afirmaciones “Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales” (afirmación 12) y “Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales” (afirmación 1) las cuales por su respectivo promedio se califican como de riesgo moderado. Por otra parte, el resto de las preguntas pueden definirse como actividades que nunca o casi nunca realizan los encuestados; por consiguiente, se puede afirmar que cada uno de los ítems propuestos no les genera conflictos.

Figura 16

Adicción a las Redes Sociales – Nivel Bajo

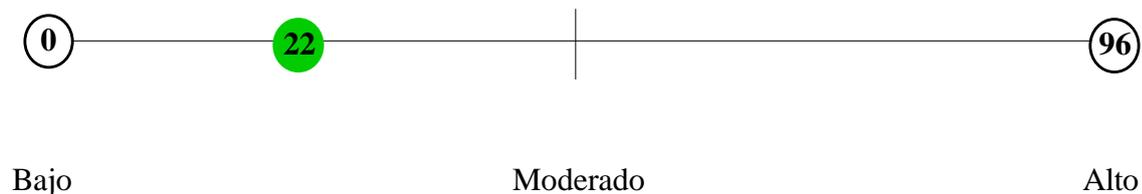


Como se puede observar en la siguiente figura, al sumar los puntajes obtenidos en este grupo para comprobar la tendencia de adicción existente, se obtuvo que el promedio de

puntos tan solo fue de 22 de la máxima de 96, por tanto, se puede establecer que la tendencia adictiva para este grupo de estudiantes es baja.

Figura 17

Tendencia de Nivel Bajo

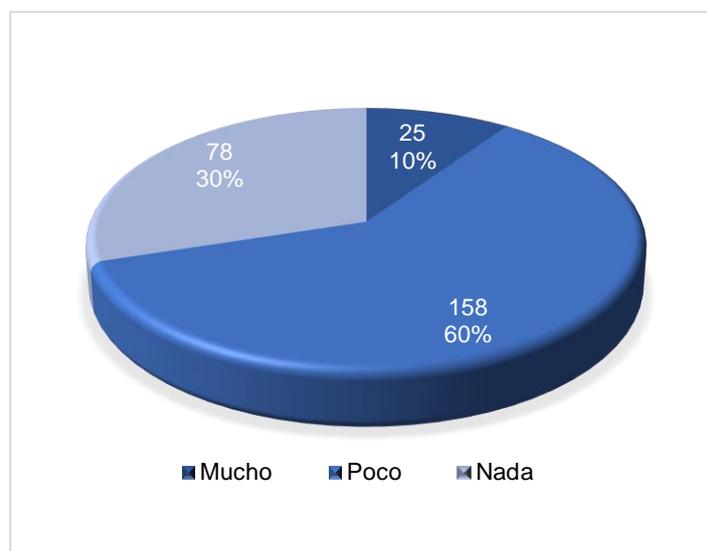


4.7. Autopercepción sobre adicción a las redes sociales

En el último apartado del cuestionario se formuló la pregunta “¿me considero adicto a las redes sociales?” para saber cuál era la autopercepción que tenían los alumnos respecto a la utilización de sus redes sociales. Como se puede evidenciar en la siguiente figura, el 10% que equivale a 25 estudiantes consideraron ser muy adictos, el 61% equivalente a 158 alumnos afirmaron ser poco adictos, y 78 estudiantes que representan el 30% optaron por la respuesta nada.

Figura 18

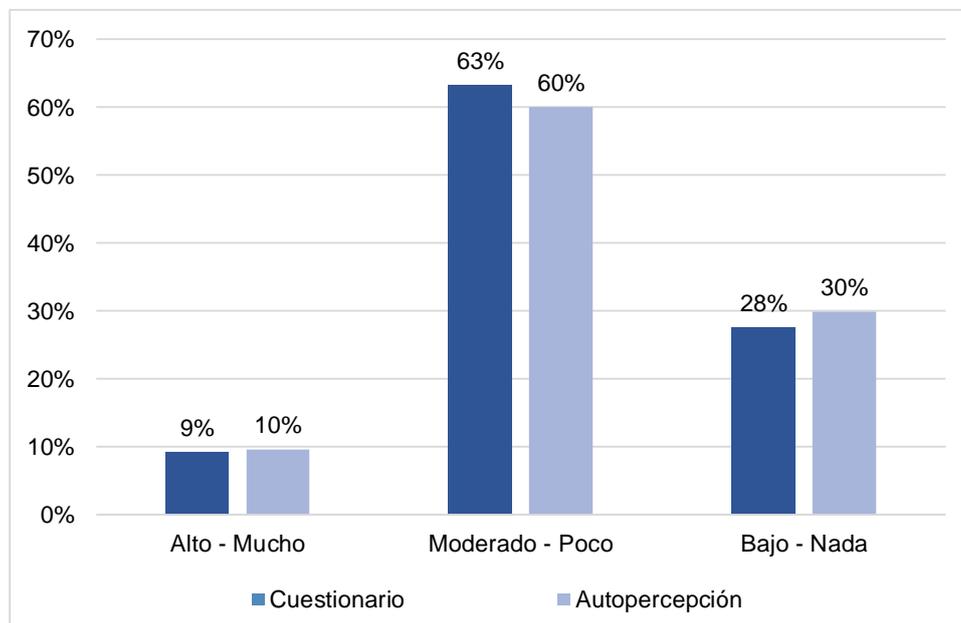
Porcentaje de Estudiantes por Niveles de Adicción de Acuerdo a la Autopercepción



Adicionalmente, dado que los resultados obtenidos en el cuestionario permiten establecer el nivel de adicción en el que se encuentran los estudiantes, se realizó un paralelo con la pregunta de autopercepción a fin de identificar si existe o no similitud en los resultados, para tal efecto, los puntajes para “nivel alto” del cuestionario serán contrastados con la opción de respuesta “mucho” de la pregunta de autopercepción, los de “nivel moderado” con la opción de respuesta “poco” y finalmente los de “nivel bajo” con la opción de respuesta “nada”.

Figura 19

Nivel de Adicción: Paralelo Resultados Cuestionario vs Autopercepción



Llama la atención que la percepción que tienen los estudiantes acerca de su nivel de adicción (Figura 18) es acorde al resultado arrojado por el cuestionario aplicado. En la figura 19 se puede observar que existe una variación mínima en los resultados obtenidos, los porcentajes entre ambos son muy similares, lo cual lleva a considerar que los estudiantes son conscientes de cuál es el uso que le están dando a sus redes sociales.

Un aspecto de especial interés es que, si bien los casos de adicción alta no son muchos, existe una tendencia de casos de adicción moderada que podría desencadenar en un problema mayor, pues definitivamente los resultados para esta opción son mayoría en ambos casos.

CONCLUSIONES

Al hacer un contraste entre la revisión de literatura y los resultados obtenidos, se puede establecer que existe un patrón de preferencia de uso de las redes sociales; las mencionadas en la literatura van acorde a las obtenidas en la investigación. Por ejemplo, la tendencia global predilecta al usar las redes sociales es chatear, la cual está por encima de otras actividades, incluso de las académicas. El presente estudio arrojó que un 37% siempre utiliza las redes sociales para este fin, siendo ésta la actividad con el porcentaje más alto de preferencia.

Indiscutiblemente los estudiantes pueden pasar periodos prolongados de tiempo conectados a sus redes sociales. Así lo demuestra el hecho de que, para redes como WhatsApp, un 66% de los encuestados puede permanecer por más de 2 horas e inclusive más de 3 conectados a ésta, seguidas de Facebook, TikTok y Youtube, en las cuales se sobrepasa el 20% para los mismos lapsos. Esto puede representar un signo de alerta, pues, si no se cuenta con una noción de la buena utilización podría conllevar a desencadenar en problemáticas que atenten contra la integridad física y/o psicológica de los estudiantes.

En lo que respecta a la temática concerniente a las actividades que realizan los estudiantes cuando se conectan a sus redes, los hallazgos muestran que, aunque existan niveles de adicción mayoritariamente moderados, es probable que el rendimiento académico no esté siendo permeado negativamente, sino por el contrario existe una responsabilidad por parte de los estudiantes para cumplir con sus labores y obligaciones; esto se sustenta en el hecho de que, entre las actividades que los estudiantes afirmaron realizar mediante el uso de sus redes sociales, sí está contemplado el cumplir con sus obligaciones escolares, como por ejemplo, leer documentos de interés y compartir información académica.

Se pudo constatar que las redes sociales virtuales tienen gran aceptabilidad y popularidad en la población estudiantil, pues, para todas las redes estudiadas en esta

investigación, más del 50% afirmó hacer uso de ellas, a excepción de la red social Twitter, la cual no alcanza el 30% de uso. Esto se puede deber a que, como ya se mencionó, dicha red es mayormente utilizada con fines políticos, por tanto, su popularidad entre los jóvenes es mínima. Cabe resaltar que las redes preferidas son WhatsApp, Youtube y Facebook con un porcentaje de utilización superior al 80%.

Los encuestados mostraron tener claras señales acerca de su nivel adictivo, pues su propia percepción refleja una similitud bastante cercana en los 3 niveles de adicción: alto, moderado y bajo, frente a la medición realizada mediante el cuestionario propuesto. Es destacable la sinceridad de los alumnos para responder al cuestionario y a la pregunta de autopercepción, pues de otro modo los resultados pudieron no tener concordancia.

Finalmente, es evidente que también existen casos de nivel alto de adicción, a los cuales la institución debería prestar atención en pro de subsanar conductas negativas y aumentar las tendencias de buen uso y costumbres, en primera medida para sacar un mejor provecho de las redes sociales, y por otra parte para mitigar futuros daños o consecuencias irremediables.

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta que la mayoría de los estudiantes están ubicados en niveles moderados y altos de adicción, se ve necesaria la realización de cátedras permanentes que permitan priorizar en los estudiantes las costumbres de buen uso de las redes sociales, en pro de utilizarlas como un medio de aprendizaje, de apoyo en sus labores educativas y para su desarrollo personal.

Partiendo del hecho de que los adolescentes pueden ser fácilmente influenciados, resulta indispensable que los padres de familia estén al tanto de la interacción de sus hijos con las redes sociales, ejerciendo controles más estrictos respecto al uso adecuado de las mismas; el tiempo de conexión, las actividades que realizan, sus publicaciones o lo que visualizan.

Partiendo de los resultados obtenidos en la presente investigación, es importante realizar un seguimiento a los estudiantes mediante la aplicación de pruebas de medición de adicción a fin de conocer si existe aumento en los casos presentados de adicción alta y poder implementar nuevas estrategias de control sobre este aspecto, o verificar si los casos tanto de adicción alta como de adicción moderada han disminuido para poder potenciar las estrategias existentes en pro de evitar un incremento en los casos de adicción.

Se recomienda a los docentes identificar a los estudiantes que presenten signos de alerta de adicción a las redes para poder hacer intervenciones oportunas y adecuadas orientaciones que prevengan complicaciones futuras.

Dado que las redes sociales virtuales representan una necesidad para el ser humano en la actualidad, se recomienda a los docentes utilizarlas como aliadas desde el punto de vista pedagógico, tomando como punto de partida que estas serían un complemento ideal para dinamizar sus clases, incluyendo contenido multimedia que facilite captar la atención de los estudiantes.

Finalmente, se sugiere al programa de Licenciatura en Informática realizar investigaciones complementarias que permitan conocer más a fondo la influencia que tienen las redes sociales, el mundo virtual y las nuevas tecnologías en la cotidianidad de los estudiantes, con el fin de apoyarse en estas para llevar a cabo procesos formativos y de educación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agila, J. (2017). *Redes Sociales en el Rendimiento Académico de los estudiantes de décimo año de Educación Básica de la Unidad Educativa "María Magdalena", Quito, período 2016*. Universidad Central del Ecuador.
- Arab, E., & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13.
<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Ayala, T. (2014). Redes sociales, poder y participación ciudadana. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, 26, 23-48.
- Bayón, C. (2017). *El uso de Twitter como herramienta para la comunicación política*. Universidad de San Andrés.
- Bermello, R. (2016). El impacto negativo de las tecnologías en los adolescentes y jóvenes. *REVISTA DE CIENCIAS MÉDICAS. LA HABANA.*, 23(2), 158-172.
- Cabero, J., Barroso, J., Llorente, M., & Yanes, C. (2016). Redes sociales y Tecnologías de la Información y la Comunicación en Educación: aprendizaje colaborativo, diferencias de género, edad y preferencias. *RED. Revista de Educación a Distancia*, 51, 1-23.
- Cabero, J., Pérez, J., & Valencia, R. (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a las redes sociales. *Convergencia. Revista de Ciencias Sociales*, 27, 1-29.
<https://doi.org/10.29101/crcs.v27i83.11834>
- Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales . sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68.
- Campos, F. (2008). Las redes sociales trastocan los modelos de los medios de comunicación tradicionales. *Revista Latina de Comunicación Social*, 11(63), 277-286.
- Carr, N. (2010). *SUPERFICIALES ¿Qué está haciendo Internet con nuestras mentes?*

Taurus.

- Ceballos-Espinoza, F. (2017). Suicidio adolescente y Otredad: La ballena azul dentro del aula. *VI Congreso Internacional de Psicología y Educación. Psychology Investigation*.
- Cevallos, A. (2019). *Análisis comunicacional de la red social Snapchat y su impacto en los estudiantes de comunicación en la facultad de comunicación social, 2018*. Universidad de Guayaquil.
- Cobo, J. (2009, septiembre). El concepto de tecnologías de la información. Benchmarking sobre las definiciones de las TIC en la sociedad del conocimiento. *ZER- Revista de Estudios de Comunicación*, 295-318.
- Cortés, R. (2014). Interacción en Redes Sociales Virtuales entre estudiantes de Licenciatura. Una aproximación con fines pedagógicos. *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*, 1(1), 1-19.
- Cruz, M., Pozo, M., Aushay, H., & Arias, A. (2019, enero). Las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) como forma investigativa interdisciplinaria con un enfoque intercultural para el proceso de formación estudiantil. *e-Ciencias de la Información*.
- Cuyún, M. (2013). *Adicción a redes sociales en jóvenes (estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del colegio Liceo San Luis de Quetzaltenango)*. Universidad Rafael Landívar.
- Díaz, G. (2014). *Influencia de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes*. Universidad Panamericana.
- Díde. (2018, junio 2). *El uso de las redes sociales en niños y adolescentes*. Educar y aprender. <http://educaryaprender.es/datos-uso-de-redes-sociales-ninos-y-adolescentes/>
- Duque, L. (2018). *Prevalencia de esquemas maladaptativos tempranos en la adicción a redes sociales virtuales*. Corporación Universitaria Minuto de Dios.
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes

- sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96.
- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S.A.).
- Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit. Revista de Psicología*, 20(1), 73-91.
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud Mental*, 36(6), 521-527. <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2013.063>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436-443.
- Garcés, J., & Ramos, M. (s. f.). *Jóvenes consumidores y redes sociales en Castilla-La Mancha*.
- González, S., Zayas, A., & Guil, R. (2015, noviembre). Relaciones personales en la sociedad de las redes sociales virtuales. *RESED Revista de Estudios Socioeducativos*, 34-49.
- Gordo, Á., & Megías, I. (2006). *Jóvenes y cultura messenger*. Ancares Gestión Gráfica, S.L.
- Gudiño, M., Uribe, S., Barragán, B., & Vázquez, I. (2019). El whatsapp como medio de comunicación e interacción en la comunidad universitaria. *Revista Científica MILEEES*, 1(3), 11-19.
- Haeussler, M. (2014). *Nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad*. Universidad Rafael Landívar.
- Illescas, L. (2014). *Análisis correlacional entre tipos de personalidad y niveles de adicción a redes sociales de la Unidad Educativa Experimental Santana, del Décimo de Básica y Primero de Bachillerato del año lectivo 2013-2014*. Universidad de Azuay.
- Junquera, C. (2015). Desconectados del entorno y conectados a la red: tan cerca pero tan lejos. *Kubernética, por un uso ético de la tecnología*.

- Karlova, N., & Fisher, K. (2012). A social diffusion model of misinformation and disinformation for understanding human information behaviour. *Proceedings of the ISIC2012 (Tokyo)*, 1-17.
- Llerena, F. (2016). *Las redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes de décimo año de educación general básica del colegio fiscal Doce de Mayo*. Universidad Tecnológica Equinoccial.
- Llinares, M., & Lloret, M. (2008). Ciberadicción: los riesgos de internet. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 59, 267-296.
- Loyola, F. (2019). *Diseño de la Escala de adicción a redes sociales en adolescentes del distrito de Puente Piedra, 2019*. Universidad César Vallejo.
- Martín, M. (2016). *Cambios psicosociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales*. Universidad Complutense de Madrid.
- Mejía, V. (2015). *Análisis de la influencia de las redes sociales en la formación de los jóvenes de los colegios del cantón Yaguachi*. Universidad de Guayaquil.
- Mendoza, N., & Vargas, E. (2017). *Adicción a Redes Sociales en los Estudiantes del Nivel Secundario del Colegio Particular Simón Bolívar e Institución Educativa Ofelia Velásquez de Tarapoto, 2016*. Universidad Peruana Unión.
- Milla, I., & Rojas, J. (2018). *Relación entre ciberadicción y el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de educación secundaria en el colegio Trilce, sede Los Olivos*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Monge, I. (2016). *Afectación de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes de primero de bachillerato de un colegio privado en el norte de la ciudad de Quito durante el segundo quimestre del año 2014*. Universidad Tecnológica Equinoccial.
- Morais, D. (2020). *TikTok. Análisis de la irrupción de la nueva Red Social en Internet: análisis de las claves de su éxito y sus posibilidades publicitarias*. Universidad de

Valladolid.

Muñoz, M., Fragueiro, M., & Ayuso, M. (2013). La importancia de las redes sociales en el ámbito educativo. *Escuela Abierta*, 16, 91-104.

Núñez, A. (2014). *Uso de redes sociales virtuales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria de las instituciones educativas de Comas*. Universidad César Vallejo.

Parra, M. (2016). *Influencia de las redes sociales en el bajo rendimiento académico de los estudiantes de séptimo año de educación general básica, de la escuela de educación básica "Catamayo", en el año lectivo 2015-2016*. Universidad Tecnológica Equinoccial.

Perilla, L., & Zapata, B. (2009). Redes sociales, participación e interacción social. *Trabajo Social*, 11, 147-158.

Prades, M., & Carbonell, X. (2016). Motivaciones sociales y psicológicas para usar Instagram. *Communication Papers*, 5(9), 27-36.

Quiroz, N. (2020). TikTok. La aplicación favorita durante el aislamiento. *Revista Argentina de Estudios de Juventud*, 9. [https://doi.org/https://doi.org/10.24215/18524907e044](https://doi.org/10.24215/18524907e044)

Ramírez, L. (2014). Facultades cerebrales superiores alteradas por el uso inadecuado de internet. *Archivos de Medicina*, 14(1), 150-162.

Ramírez, M. (2016). Posibilidades del uso educativo de youtube. *Ra Ximhai*, 12(6), 537-546.

Restrepo, L., García, G., & Arboleda, E. (2020). El poder de twitter en la comunicación investigativa en las áreas de la educación, marketing y política. *Disertaciones*, 13(2), 1-14. [https://doi.org/https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.8100](https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.8100)

Reyna, R. (2017). *Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Rodríguez, A., & Fernández, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes Colombianos. *Acta Colombiana de*

Psicología, 17(1), 131-140. <https://doi.org/10.14718/ACP.2014.17.1.13>

- Roque, S., & Encinas, D. (2020). YouTube como recurso de enseñanza para estudiantes del área de la salud. *Revista SCientífica*, 18(1), 36-41.
- Ruiz, C. (2016, junio). Redes Sociales y Educación Universitaria. *Paradigma*, 37(1), 232-256.
- Salazar, M. (2012). *Las redes sociales de internet y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo año de educación básica del colegio menor Indoamérica, de la ciudad de Ambato, en el periodo 2011- 2012*. Universidad Técnica de Ambato.
- Salcedo, C. (2016). *Una mirada a la relación entre ciberadicción y estilos cognitivos a través de la teoría de facetas*. Universidad Pedagógica Nacional.
- Simba, M. (2017). *Redes sociales y el rendimiento académico de los/las estudiantes del 1° año del BGU en la asignatura de historia en la Unidad Educativa "Machachi" durante el periodo 2015-2016*. Universidad Central del Ecuador.
- Tafur, L. (2017). *El uso del chat de Facebook Messenger y su efecto sobre la comunicación interpersonal presencial en los jóvenes del tercer ciclo de Administración del IESTP "Simón Bolívar", Callao, 2017*. Universidad César Vallejo.
- Tello, E. (2007). Las tecnologías de la información y comunicaciones (TIC) y la brecha digital: su impacto en la sociedad de México. *Universitat Oberta de Catalunya*, 4(2), 1-8.
- Tenzer, S., Ferro, O., & Palacios, N. (2009). Redes Sociales Virtuales: personas, sociedad y empresa. En *Cátedra Introducción a la Computación*, FCEA.
- Terrádez, N. (2020). *Tik Tok: una exploración sobre la difusión de los estereotipos sociales*.
- Valencia, R., Cabero, J., & Garay, U. (2020). Influencia del género en el uso de las redes sociales por el alumnado y profesorado. *Campus Virtuales*, 9(1), 29-39.

Vilca, L., & Gonzales, A. (2013). *Propiedades psicométricas de la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales (CrARS)*. Universidad Peruana Unión.

Villafuerte, M. (2019). *Adicción a redes sociales y la conducta psicosocial en adolescentes*. Universidad Estatal del Sur de Manabí.

APÉNDICE

Apéndice A. Instrumento de recolección de información

 Universidad de Nariño <small>FUNDADA EN 1984</small>	FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS Y NATURALES PROGRAMA DE LICENCIATURA EN INFORMÁTICA PROYECTO DE TRABAJO DE GRADO	Código: DMA-FOA-FR-10
		Página: 1 de 4
		Versión: 1
		Vigente a partir de: 2019-05-17

ENCUESTA: USO DE REDES SOCIALES VIRTUALES POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA I.E.M. LICEO CENTRAL DE NARIÑO

Objetivo: identificar el uso de redes sociales virtuales que hacen los estudiantes de bachillerato de la I.E.M. Liceo Central de Nariño.

Instrucciones: el presente cuestionario se realiza a 285 estudiantes de tu Institución. Las preguntas **NO** tienen respuestas correctas o incorrectas, solo se quiere conocer tu opinión sobre la utilización de las redes sociales virtuales en tu diario vivir. Tus respuestas serán confidenciales, **NO** las verán ni tus profesores ni otros alumnos, por favor lee con atención cada pregunta y sé tan honesto como puedas en expresar tu pensamiento. Muchas gracias por tu colaboración.

Consentimiento informado: manifiesto que participo de manera voluntaria en el proceso de recolección de información sobre el uso de redes sociales virtuales y doy mi consentimiento para que se utilicen los datos obtenidos en este cuestionario de forma confidencial con propósitos investigativos. Acepto ____

PARTE 1: INFORMACIÓN GENERAL		
Edad: _____	Género: Masculino ____ Femenino ____	Grado: _____

PARTE 2: USO DE REDES SOCIALES					
¿Tienes cuenta en las siguientes redes sociales?					
RED SOCIAL	SI	NO			
Facebook					
Twitter					
Youtube					
Facebook Messenger					
Instagram					
WhatsApp					
Snapchat					
TikTok					
¿A través de qué dispositivo o herramienta tecnológica accedes a estas redes sociales?					
Dispositivo	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
Computador					
Smartphone					
Tablet					

 Universidad de Nariño <small>FUNDADA EN 1984</small>	FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS Y NATURALES PROGRAMA DE LICENCIATURA EN INFORMÁTICA PROYECTO DE TRABAJO DE GRADO	Código: DMA-FOA-FR-10
		Página: 2 de 4
		Versión: 1
		Vigente a partir de: 2019-05-17

¿Con qué frecuencia diaria haces uso de las siguientes redes sociales virtuales?					
RED SOCIAL	No la uso	Menos de una hora al día	Entre 1 y 2 horas al día	Entre 2 y 3 horas al día	Más de 3 horas al día
Facebook					
Twitter					
Youtube					
Facebook Messenger					
Instagram					
WhatsApp					
Snapchat					
TikTok					

¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales para las siguientes actividades?					
Actividad	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
Jugar y divertirse					
Escuchar y/o descargar música					
Estudiar y compartir información académica					
Chatear con familiares y amigos					
Crear contenido (Videos, memes, fotos)					
Ver lo que publican tus amigos y contactos					
Ver series o películas					
Leer documentos de tu interés					

PARTE 3: CONEXIÓN A REDES SOCIALES					
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales. Marca con una equis (X) en el espacio que corresponda a lo que sientes, piensas o haces:					
Siempre S	Casi siempre CS	Algunas veces AV	Casi nunca CN	Nunca N	

 Universidad de Nariño <small>FUNDADA EN 1984</small>	FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS Y NATURALES PROGRAMA DE LICENCIATURA EN INFORMÁTICA PROYECTO DE TRABAJO DE GRADO	Código: DMA-FOA-FR-10
		Página: 3 de 4
		Versión: 1
		Vigente a partir de: 2019-05-17

Nº Item	Descripción	Respuestas				
		S	CS	AV	CN	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

 Universidad de Nariño FUNDADA EN 1994	FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS Y NATURALES PROGRAMA DE LICENCIATURA EN INFORMÁTICA PROYECTO DE TRABAJO DE GRADO	Código: DMA-FOA-FR-10
		Página: 4 de 4
		Versión: 1
		Vigente a partir de: 2019-05-17

¿Me considero adicto a las redes sociales?
Mucho <input type="checkbox"/> Poco <input type="checkbox"/> Nada <input type="checkbox"/>

Instrumento elaborado por: Edwin Salas Blas y Miguel Escurra Mayaute

Tomado de: Ronald Iván Reyna Saaz

Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste

<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1840>

Apéndice B. Enlace de acceso al cuestionario online:

<https://forms.gle/sJWixUp5MZ823GJr8>

Apéndice C. Carta de autorización de la Institución



INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL LICEO CENTRAL DE NARIÑO

Aprobación: Decreto 0365, Agosto 26 de 2003, Alcaldía de Pasto
NIT: 891200688-8, DANE: 152001001706, Email: iemlicenar@gmail.com



San Juan de Pasto, 30 de noviembre de 2021

Magister
JOSE LUIS ROMO
Coordinador
Programa Licenciatura en Informática
Universidad de Nariño

Cordial saludo.

En consideración a la solicitud realizada por la señorita JENIFER ANDREA BENET BENAVIDES, identificada con cedula de ciudadanía No. 1.085.328.463 de Pasto, estudiante del programa Licenciatura en Informática, en el sentido de adelantar un trabajo de investigación denominado: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES VIRTUALES POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA I.E.M. LICEO CENTRAL DE NARIÑO, me permito manifestar que el trabajo obtuvo la correspondiente autorización para ser realizado y se desarrollo la etapa de recolección de información..

De igual manera, se estableció que una vez haya finalizado el proceso investigativo, se debe entregar a la Institución, una copia escrita del trabajo o por lo menos de las conclusiones con el fin de ser aprovechadas por parte de la Institución, para procesos formativos con los estudiantes.

Atentamente,


JAVIER MONCAYO SALAZAR
Rector