

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 1 de 15

CIBERADICCIÓN EN JÓVENES NATIVOS DIGITALES ESCOLARIZADOS RESIDENTES DEL MUNICIPIO DE ENVIGADO

VALENTINA PEÑA RUIZ
INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO
Valen.pr,rp@gmail.com

Resumen: El objetivo principal de esta investigación es determinar los aspectos emocionales y cognitivos que se encuentran asociados a la conducta de ciberadicción en jóvenes nativos digitales. Se realizó desde un enfoque cuantitativo, de tipo deductivo, secuencial y probatorio. Se utilizaron instrumentos para medir variables tales como la ansiedad, depresión y autoestima. Para el estudio se usó una muestra de 143 jóvenes escolarizados del grado 10° y 11° de la Unidad Educativa San Marcos de Envigado y con edades comprendidas entre 14 y 16 años de edad. Se encontró que las mujeres son quienes reportan mayor falta de control y uso excesivo de las redes sociales, además reportaron mayor falta de control y uso excesivo quienes presentaron baja autoestima.

Palabras claves: Nativos digitales, ciberadicción, depresión, ansiedad, autoestima y jóvenes.

Abstract: The main objective of this research is to determine the emotional and cognitive aspects that are associated with cyberaddiction behavior in digital native youth. It was carried out from a quantitative, deductive, sequential and probative approach. Instruments are used to measure variables such as anxiety, depression and self-esteem. For the study, a sample of 143 young people in the 10th and 11th grade of the San Marcos de Envigado Educational Unit and aged between 14 and 16 years of age was used. It was found that women are the ones who report mayor lack of control and excessive use of social networks, also reported mayor lack of control and excessive use who are low self-esteem.

Key words: Digital natives, cyberdiction, depression, anxiety, self-esteem and youth.

1. INTRODUCCIÓN

El ser humano a lo largo de su desarrollo y evolución encuentra nuevas formas de comunicación e interacción con otras personas, mediante va avanzando el tiempo se van adquiriendo nuevos recursos tecnológicos cuyo fin es dotar al ser humano de nuevas maneras de percibir la realidad y nuevas formas de relacionarse entre sí.

En los últimos años se han ido desarrollando nuevas tecnologías de la información y comunicación conocidas también como TIC, abarcando elementos tales como el internet, redes sociales, entre otros provocando en si un fenómeno social, el cual facilita una mayor comunicación e iteración entre las personas, sin límite de tiempo, idioma, cultura y finalmente espacio, es de gran valor mencionar que dicha comunicación es realizada por medio de palabras e imágenes, acuñando el uso de estas tecnologías a

aspectos de entretenimiento, educación y finalmente de comercio (Cuyún, 2013).

Así mismo el constante uso de estas tecnologías aporta a la generación de una necesidad, así como plantea Terán (2019) quien manifiesta que el excesivo uso de estas tecnologías puede llegar a interferir en la vida de las personas, ocupando su tiempo, descuidando las obligaciones que se tienen diariamente.

En cuanto a la adicción de las TIC y las redes sociales se plantea que la población juvenil son quienes presentan un excesivo uso de las mismas, esto se presenta debido al temprano y fácil acceso que tienen los jóvenes a los dispositivos, como consecuencia del precoz y excesivo uso de las redes sociales se puede llegar a presentar consumo de sustancias, depresión, alteraciones del sueño, agresividad, aislamiento social, entre otros problemas psicológicos y sociales (Rodríguez y Fernández, 2014, citados en Arnaiz, Cerezo, Giménez, & Maquilón, 2016).

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 2 de 15

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente se distinguen dos tipos de generación que coexisten en esta era donde la tecnología y las TIC hacen parte del desarrollo del individuo tanto a nivel social, como en la educación. Marc Prensky acuñó por primera vez los términos de “nativo” e “inmigrante digital” en un ensayo publicado en el año 2001; la diferencia radica en que los “nativos digitales” son un grupo poblacional que ha emergido y formado utilizando la particular “lengua digital” de juegos por computador, videos e internet y que esencialmente son niños, adolescentes y jóvenes; mientras que los llamados “inmigrantes digitales” son los adultos y adultos mayores denominados de tal forma a los que por edad han sido forzados de cierto modo a adaptarse y estar al día con los cambios que trae esta nueva época (Prensky, 2001).

Los nativos digitales tienen una característica principal y es su tecnófila, es decir, sienten una fuerte atracción por todo lo relacionado con las nuevas tecnologías, satisfaciendo sus necesidades de entretenimiento, diversión, información y comunicación todas a la vez, incluyendo además su formación.

Así mismo un exagerado abuso de estas nuevas tecnologías puede generar una adicción a internet o ciberadicción la cual se define como:

La pérdida del control frente al uso racional de internet” y para comprobar si se presenta una ciberadicción es importante evaluar una serie de parámetros tales como la interferencia y alteración en la vida personal, familiar y profesional del individuo (Basile, 2006, p. 76).

Es importante subrayar que existen dos arquetipos básicos en relación a la adicción a internet, el primer tipo se refiere a individuos aficionados e inclinados por sus computadoras cuyo objetivo es utilizar la Red para reunir información, jugar de manera solitaria, obtener nuevos programas, entre otros, pero “sin establecer ningún tipo de contacto interpersonal” (más que el necesario para lograr sus propósitos) (Basile, 2006, p. 76).

El segundo modelo de adicción lo constituyen aquellos sujetos que frecuentan las salas de chats, juegos en línea, y listas de correo. Todos ellos tienen un elemento en común y es la “búsqueda de estimulación social”. Las necesidades de identificarse, ser reconocido, poderoso o amado

subyacen a este tipo de utilización de la Red (Basile, 2006, p. 76).

En el momento en que el uso frecuente del Internet interfiera de un modo significativo en las actividades usuales es cuando podrá ser considerado su uso de manera patológico. (Basile, 2006).

Este tipo de adicción se encuentra en el grupo de adicciones psicológicas o sin sustancia, las cuales se entienden como:

La noción de adicciones psicológicas hace referencia a un grupo de conductas que se repiten sin que las personas puedan hacer algo por controlarlas. Este hecho les genera sensaciones de incapacidad para controlar la situación en la que se encuentran, puesto que demandan dedicarle más tiempo a estas actividades para así librarse de las sensaciones desagradables que le ocasiona el hecho de no realizarlas, gradualmente, estas conductas, pueden ir ocupando más tiempo de lo que ellos mismos consideren conveniente, se han ido descontrolando y originan los efectos conocidos de la Adicción a Sustancias presentada en el DSM-IV (Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales de la American Psychiatric Association – APA, 1994, citado en Salas, 2014, pp. 112-113).

En un estudio realizado en España hallaron que más del 50% de los adolescentes usan redes sociales y el 48% las visitan diariamente, además plantean que las redes sociales tienen un crecimiento exponencial pasaron de tener 16.2 millones de usuarios en 2005 a 46 millones en 2006 (Gómez, 2009, pp. 2-3).

Como se mencionó anteriormente la población adolescente es la que tiene más prevalencia en cuanto al uso de las redes sociales, encontrando además diferencias por sexo en cuanto a los usos que se hacen de las TIC, así entre las mujeres es más habitual su empleo para la creación y mantenimiento de las amistades, frente a los varones que recurren a ellas para reforzar su autoestima y cubrir aspectos emocionales (Colás, González y de Pablos, 2013, citados en Arnaiz, Cerezo, Giménez, & Maquilón, 2016).

La ciberadicción engloba una serie de consecuencias negativas que pueden ser: depresión, ansiedad, baja autoestima, introversión, timidez, aislamiento y problemas de adaptación social. Todo esto a causa del uso continuo de estos espacios virtuales, de estas nuevas tecnologías

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 3 de 15

produciendo también un estado de dependencia y restando libertad a las personas. (Colás, González y de Pablos, 2013, citados en Arnaiz, et al, 2016).

Todavía cabe señalar que los comportamientos adictivos a las nuevas tecnologías de la información, más específicamente a las redes sociales se pueden observar en diferentes grupos de poblaciones como: niños, adolescentes, jóvenes y adultos. Tal adicción ha llegado a un punto donde responder los mensajes es algo primordial incluso en lugares o circunstancias poco adecuadas tales como en reuniones familiares y sociales, al conducir, en clases, entre otros muchos momentos del día al día.

Habría que decir también que a causa de estos comportamientos se han visto afectadas las relaciones entre familiares, pareja, amigos; sin embargo, esto no ocurre por la tecnología en sí misma, sino como ella es usada por las personas y por los motivos por lo que se utiliza (Salas, 2014).

A partir a lo anterior surge un interrogante que permitirá dar una mirada más amplia a esta temática de la cual poco se ha investigado en el contexto colombiano, ¿Cuáles son los aspectos emocionales y cognitivos que están asociados a la conducta de ciberadicción en nativos digitales?

3. JUSTIFICACIÓN

El internet ha sido un elemento que indudablemente hace parte de la cotidianidad del hombre, esta herramienta ha ido generando grandes controversias a lo largo del mundo generando que los procesos de apropiación de los recursos digitales modifiquen las prácticas culturales de los jóvenes, que en este caso vienen siendo los llamados nativos digitales actuando en una nueva dimensión espacio-temporal. Tal manejo de espacio y tiempo influye en la realización de las principales actividades sociales: trabajo, educación, entretenimiento, relaciones y, por lo tanto, en sus condiciones de vida y en la construcción de su identidad (Crovi, 2010).

Al abordar esta problemática desde una perspectiva social, cultural y clínica es oportuno identificar los factores asociados en pro de la prevención y/ o tratamiento de esta nueva adicción que si bien no es generada por una sustancia si lo es por un elemento al cual se tiene libre acceso y que puede generar dificultades en el área familiar, académica y laboral.

Por lo tanto, el conocimiento acerca de la problemática, sus causas y efectos en los jóvenes puede generar una reacción social y así promover el buen uso de las nuevas tecnologías de la información y prevenir su abuso.

A pesar de la gran cantidad de literatura que hay a nivel global sobre este fenómeno, se encuentran pocos estudios a nivel nacional y local, por lo tanto, la investigación le daría un aporte al conocimiento. Es valiosa la realización de esta investigación, ya que permite un contacto con la realidad y el contexto en el que se desenvuelven los jóvenes de la nueva generación, y así poder realizar aportes que lleven a un adecuado diagnóstico y tratamiento de una adicción que cada vez va cogiendo más fuerza.

4. OBJETIVOS

4.1. *Objetivo general:*

Determinar los aspectos emocionales y cognitivos que se encuentran asociados a la conducta de ciberadicción en jóvenes nativos digitales.

4.1.1. *Objetivos específicos*

- Identificar la ocurrencia de la conducta de ciberadicción en jóvenes nativos digitales según el sexo y la edad.
- Explorar la relación entre depresión y ansiedad en la conducta de ciberadicción en jóvenes nativos digitales.
- Examinar en jóvenes nativos digitales el grado de autoestima y su asociación con la conducta de ciberadicción.

5. MARCO REFERENCIAL

5.1. Marco de antecedentes

Es pertinente abordar los diferentes estudios e investigaciones que se han realizado tanto a nivel global, como nacional y local ya que estos evalúan y limitan la problemática que se contempla en este proyecto.

En España se realizó un estudio con una muestra de 1353 alumnos con edades comprendidas entre los 12 y los 21 años se obtuvo que el 94.7% de los alumnos disponen de un teléfono móvil propio, y un 72.5% tiene acceso a internet en el mismo, con respecto a tener ordenador propio las cifras ascienden al 96.6% de los que un 99.8% accede a internet. En relación al consumo diario de estos dispositivos se halló que el móvil o Smartphone se sitúa entre 1 a 2 horas diarias en un porcentaje de

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 4 de 15

63.6% aunque un 17.5% de la población encuestada confirmó dedicarle más de 4 horas diarias. En el caso del ordenador las cifras son similares, un 63% de los alumnos le dedican de 1 a 2 horas al día y un 25.5% entre 2 a 4 horas diarias (Giménez, Maquilón & Arnaiz, 2014).

Este mismo estudio distinguió el uso de estas tecnologías según el sexo. Con respecto a las mujeres, estas realizan un consumo significativamente mayor del móvil o Smartphone en comparación de los hombres, mientras que en el ordenador las diferencias no resultaron significativas. Cabe descartar que el uso generalizado de WhatsApp muestra porcentajes similares por género, un 47.1% de hombres y un 50.1% de mujeres (Giménez, et al, 2014).

Un estudio chileno con una muestra de 400 estudiantes a través de entrevistas presenciales en cuanto a los usos y hábitos de las redes sociales, se halló que hacer parte de las redes sociales es el principal uso que los usuarios chilenos confieren a internet, siendo Chile un país líder en la región suramericana en los juegos online y muestra el mayor crecimiento en el uso de WhatsApp en Latinoamérica. En el estudio también se encontró que los adolescentes con bajo desarrollo de habilidades sociales offline tienen mayor posibilidad de presentar una ciberadicción (Arab & Díaz, 2015).

Estas investigaciones vislumbran una realidad la cual nadie está exento de involucrarse sobre todo de manera patológica, se ha encontrado en diferentes investigaciones que la mediación de los padres frente a las TIC es poca o nula lo que permite un libre acceso de los nativos digitales a estas tecnologías, sin un adecuado control de tiempo y actividades que realizan por este medio. Igualmente, se ha hallado que al momento de iniciar el uso de las TIC un 62,22% de los nativos dicen haber aprendido a usar estas nuevas tecnologías por medio de ensayo- error, frente al 10% que fue orientado por un adulto (Henríquez, Moncada, Chacón, Dallos & Ruiz, 2012).

En Venezuela se llevó a cabo un estudio utilizando una muestra de 180 alumnos, con el fin de identificar cual es el interés primario de los nativos digitales en la interacción con los demás mediante foros, blogs o redes sociales, predominando el deseo de socializar y darse a conocer con un porcentaje de 67,38% frente a un 22% cuyo interés primario fue compartir

conocimientos. Además, se encontró que tienen un comportamiento más de tipo consumidor que como productor de información en la red, el tiempo que invierten en navegación se divide en actividades como subir fotos (71,43%), estar en Facebook (70%), escribir en Twitter (42%) o subir videos a YouTube (25%) (Henríquez, et al, 2012). Otro estudio realizado en Perú se halló que en 13 pacientes (43,3%) tuvo como antecedente previo al cuadro clínico el uso excesivo de videojuegos y 2 (6,7%), el antecedente de apuestas en línea (billar, naipes). Veinticinco pacientes (83,3%) expusieron haber iniciado el uso de internet al menos dos años antes de la hospitalización y 46,7% del total tenía incluso más de cuatro años de uso habitual. Sólo un caso de treinta reportó menos de un año de contacto con el internet. El 90% de los pacientes eran usuarios de cabinas públicas (Cruzado, Matos & Kendal, 2006).

En Vietnam se llevó a cabo un estudio donde se reclutó 566 jóvenes vietnamitas con edades comprendidas entre los 15 a 25 años de edad, utilizando una técnica de muestreo dirigido. Los resultados de este estudio arrojaron que un 22,2% de los participantes sufrían de adicción a internet o ciberadicción y demostró una significativa influencia en los comportamientos y los estilos de vida de los jóvenes que presentan esta adicción frente a los que no la presentan, estos jóvenes son más propensos a adquirir dificultades con el autocuidado, llevar a cabo una rutina diaria, a sufrir dolor, malestar, ansiedad y depresión, y encontrando que no hubo diferencias en cuanto al sexo (Tran, B et al, 2017)

Una conclusión que se puede obtener de este estudio frente a los ya mencionados anteriormente es que los jóvenes vietnamitas tienen una prevalencia muy alta en comparación a otros países de Asia y que el género no juega un papel clave en la ciberadicción. Mientras que en países como España, Chile, Perú la prevalencia es mucho mayor distinguiendo además el género con respecto a las actividades que realizan (Tran, B et al, 2017)

5.2. Marco teórico

5.2.1 Nativos digitales

Marc Prensky en un ensayo el cual tituló “La muerte del mando y del control” acuñó el término de nativos digitales donde los identificaba como

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 5 de 15

aquellas personas que han crecido con la red y que tenían una marcada diferencia de los inmigrantes digitales que son los que llegaron más tarde al uso de las TIC. Los nativos digitales nacieron en la era digital que data desde 1995 hasta la fecha y que permanentemente usan estas tecnologías con el fin de satisfacer sus necesidades tanto de entretenimiento y diversión como de comunicación e información y tal vez, también de formación. (Prensky, 2001).

Este grupo de personas hacen parte de una generación que ha crecido y formado dentro de las Nuevas Tecnologías, desenvolviéndose en todo tipo de artefactos tecnológicos tales como teléfonos móviles, videojuegos, internet y entre muchos otros convirtiéndolos en parte integral de sus vidas y de su realidad. Un elemento que es importante destacar es su inmediatez en sus acciones y conjuntamente en la toma de decisiones (García, 2007).

En el aspecto psicológico los nativos digitales durante su niñez han construido sus conceptos de tiempo, espacio, causalidad, identidad y memoria a partir de los objetos digitales y tecnológicos que los rodea. Se podría afirmar que los nativos digitales están lejos de ser una moda temporal, aparentemente son un fenómeno que acoge una generación que crece firmemente (García, 2007).

5.2.2 Adicciones

La adicción según American Society of Addiction Medicine (ASAM, 2011) es considerada como una enfermedad de orden primario que puede convertirse en crónica, provocando una especie de recompensa al cerebro, la memoria, motivación y todos los circuitos que se encuentran relacionados. Aparte esta disfunción se manifiesta en la búsqueda de una recompensa y/o alivio por parte del individuo que puede generarse por el uso de diferentes sustancias psicoactivas o de carácter comportamental. Así mismo la adicción tiene una característica principal y es la incapacidad que tiene el sujeto de abstenerse firmemente, presentando un claro deterioro frente al control del comportamiento tanto propio como en las relaciones interpersonales.

Los síntomas principales presentados en la adicción incluyen: un intenso deseo, necesidad y ansias de llevar a cabo dicha actividad placentera, un evidente descuido de las actividades habituales

tanto de las familiares como de las académicas, laborales o de tiempo libre.

Por otra parte hay una serie de componentes que pueden aumentar la debilidad y predisposición a que una persona desarrolle un adicción en dichos componentes son: la dificultad para el afrontamiento de los problemas, autoestima baja, algo de impulsividad, poca tolerancia a estímulos tanto físicos como psicológicos desagradables incluye además estados de ánimo depresivo o disfórico y finalmente la búsqueda de sensaciones fuertes (Cía, 2013).

Ambos mecanismos psicológicos (placer-repeticción y placer- evitación) da pie a entender este fenómeno y como puede ser definidas los diferentes tipos de adicción, independiente de la presencia o ausencia de sustancias (Salas, 2014).

Siguiendo con el tema de las adicciones es importante incluir el tema de las adicciones a las nuevas tecnologías, que se caracteriza por un consumo excesivo del ordenador, el teléfono móvil y las redes sociales. Se entiende que esta adicción puede afectar a todas las edades pero afecta principalmente a los jóvenes y adolescentes (Salas, 2014).

5.2.3 Ciberadicción

Este tipo de adicción se encuentra inscrita dentro del rango de las adicciones psicológicas o adicciones sin sustancia, según Basile (2006) esta adicción, es definida como una “la pérdida del control frente al uso racional de internet” (p. 76). Este autor afirma también que es necesario hacer una evaluación en las diferentes variables, por ejemplo, en la cantidad de horas que puede permanecer el sujeto en la red o conectado, o si desatiende de forma reiterada las obligaciones a nivel familiar, profesional e igualmente si se presenta distorsión e interferencia en la vida personal y en las áreas mencionadas anteriormente.

Cabe señalar que parte de los ciberadictos presentan desórdenes de ansiedad como: fobia social, trastornos de hábitos alimenticios, y episodios incontrolables de ira. Además se distinguen dos modelos básicos a la adicción a internet:

El primer modelo va dirigido a personas muy interesadas por sus ordenadores y el uso de la red, pero sin establecer ningún contacto interpersonal no más que lo necesario para lograr su propósito

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 6 de 15

entre los cuales: recoger información, conocer y conseguir nuevos programas y jugar uno que otro juego.

El segundo modelo lo compondrán aquellas personas que constantemente frecuentan las redes sociales, los juegos en línea, blogs y todo tipo de elementos que van en pro a su estimulación social, el ser reconocidos, amados y poderosos son los móviles para utilización de la red (Basile, 2006).

Por su parte, el psiquiatra Ivan Goldberg (1995, citado por Llinares, 2008) fue el primero en establecer una serie de criterios diagnósticos para la adicción al internet, el cual se basa en los criterios del abuso de sustancias. Se establece una adicción si ha presentado por un periodo continuo de 12 meses, tres o más de las siguientes conductas:

- 1). Imposibilidad o dificultad extrema de ajustarse a límites de tiempo establecidos previamente;
- 2). Uno o más intentos fallidos de controlar el uso del internet;
- 3). Considerable dedicación de tiempo en su uso.
- 4) Abandono de actividades de tipo ocupacional, social o de recreación;
- 5) Constante uso del internet a pesar de tener problemas de orden psicológico, social, ocupacional y fisiológicos a causa del uso excesivo del internet (Llinares & Llorret, 2008, p. 275).

Como efecto negativo se halló que el internet está provocando un cambio en las costumbres y hábitos de las personas, cambiando la manera de relación de unos con otros (Llinares & Lloret, 2008).

Como en toda adicción, el uso exagerado de la sustancia o en este caso la actividad que genera la adicción está asociado con un deterioro en la comunicación con la familia, disminución del círculo social y un incremento en la soledad y por ende en la depresión (Kraut y Cols, 1998; Petrie y Gunn, 1998; Young y Rodgers, 1998, citados por Llinares & Lloret, 2008).

Otro efecto negativo que se presenta ante el uso constante del ordenador y el internet es una sucesión de cambios psicológicos, variaciones del humor, ansiedad, irritabilidad en caso de interrupción e incapacidad para desconectarse y salir de las pantallas (Caballo, 2007).

5.2.4 Joven

Conforme a lo mencionado por las Naciones Unidas, se entiende como concepto de Juventud al grupo poblacional cuya edad oscila entre los 15 a los 24 años de edad, añadiendo el hecho de que este concepto no solo se trata de términos de edad, se trata además de la construcción de la identidad que se genera durante ese periodo, por medio de la interacción social, aclarando que dicha interacción no está dispensa de conflictos (Crovi, 2010).

Por otro lado, es de vital importancia señalar que este concepto de juventud no se limita únicamente a los cambios físicos, emociones y psicológicos que se van presentando a lo largo del proceso de transición que se da entre la infancia y la adultez, sino del desarrollo de la identidad social, como se menciona anteriormente. El periodo de juventud está delimitado tanto por los procesos biológicos como los sociales. (Brito Lemus, 1998, citado por Restrepo, 2011).

5.2.5 Ansiedad

En el DSM-5 (*manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales, quinta edición*) el trastorno de ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura, esta está asociada con tensión muscular, vigilancia ante un peligro y comportamientos cautelosos o evitativos, y es una clara respuesta al miedo, el cual está asociado y comparten características similares al igual que alteraciones conductuales asociadas. Siendo el miedo una respuesta de tipo emocional ante una amenaza inminente, real o imaginaria y además de estar asociado a constantes de activación automática necesarios para la defensa o la fuga, y conductas de huida.

Al hablar de ansiedad se habla también de un estado emocional que está compuesto por un eminente afecto negativo, acompañado también por síntomas de tensión y finalmente de aprehensión. Al convertirse en un trastorno puede ser sumamente anticipatoria de un daño posterior real o imaginario y generalmente es seguido de un supremo malestar frente a situaciones o estímulos que puedan indicar peligro para el sujeto (Barlow, 2002, citado por Toro, Arias & Quant, 2014).

Según la Asociación Americana de Psicología (APA) (2010) dicho trastorno se subdivide en diferentes tipos, teniendo cada subtipo unas características particulares.

Por otra parte, síntomas como, falta de aire, taquicardia, insomnio, temblores, entre otros son

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 7 de 15

frecuentes en este tipo de trastorno, con la posibilidad de desencadenarse en cualquier momento, surgiendo sobre todo en la adolescencia o inicio de la adultez (Asociación Americana de Psicología, 2010).

Acorde a diferentes estudios se ha encontrado que los síntomas de ansiedad presentados en la infancia y en la adolescencia pueden constituir importantes factores de riesgo para el desarrollo de trastornos de ansiedad en etapas evolutivas posteriores. Se han reconocido 7 diferentes tipos de trastornos de ansiedad en adolescentes como el trastorno de ansiedad por separación, trastorno de pánico, trastorno de ansiedad generalizada, fobia específica y social, trastorno de estrés postraumático y finalmente el trastorno obsesivo-compulsivo (Sandfín, Valiente y Chorot, 2009).

5.2.6 Depresión

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2017) define la depresión como un trastorno mental frecuente, el cual se caracteriza por la presencia de episodios de tristeza, pérdida de interés o placer frente a las actividades que se realiza, sentimientos de culpa o falta de autoestima, inicio de trastornos del sueño y apetito, además de sensación de cansancio y finalmente falta de concentración.

De igual forma se entiende que la depresión se distingue de los habituales cambios del estado de ánimo y de las respuestas emocionales que pueden surgir de los problemas temporales de la vida diaria, pero al final la depresión puede transfigurarse como un problema de salud serio, en especial cuando los episodios son de una duración larga y con una intensidad moderada o grave, alterando las actividades laborales, académicas y familiares causando un gran sufrimiento, y en el peor de los casos se puede llevar al suicidio. Cabe destacar que dependiendo de la intensidad de los síntomas y la cantidad de los mismos, los episodios depresivos se pueden clasificar en leves, moderados o graves (OMS, 2017).

Con respecto a la depresión y el uso exagerado del internet, el incremento de esta (la depresión) ha sido tema de varios estudios, sin embargo, se ha presentado una controversia sobre si la depresión es causa o efecto de la adicción al internet y si es posible producir un círculo vicioso donde la

soledad y depresión pueden alimentar el uso del ordenador e internet, y en consecuencia llevar a una mayor soledad y depresión (Caballo, 2007).

En esta clase de trastorno en DMS 5 agrupa criterios que son fundamentales para la evaluación y diagnóstico

En este trastorno se agrupan el trastorno de depresión mayor crónico y el trastorno distímico del DSM-IV, los criterios de evaluación son:

- Estado de ánimo deprimido durante gran parte del día, presente más tiempo de lo que está ausente por un periodo de mínimo dos años.
- Escaso apetito o sobrealimentación, insomnio o hipersomnias, fatiga o poca energía, al igual que autoestima baja junto con falta de concentración o una clara dificultad en relación a la toma de decisiones y sentimientos de desesperanza.
- En un periodo de dos años de la alteración la persona no ha estado sin presencia de los síntomas.

Igualmente, es de vital importancia tener en cuenta los siguientes aspectos en el proceso diagnóstico: deterioro en apariencia y aspecto personal, tono de voz bajo, escasa concentración durante la entrevista, facciones tristes o poco expresivas, lentitud en los movimientos y un caminar cansado, llanto fácil o espontáneo, pesimismo en la expresión e idealización, quejas difusas y difíciles de encuadrar (Alberdi, 2006).

Los jóvenes hacen parte de grupos etéreos que presentan una mayor probabilidad de sufrir depresión, debido a que en esta etapa de la adolescencia se llevan a cabo diferentes procesos referentes a cambios físicos, psicológicos, sociocultural y cognitivos, que demandan de los jóvenes el desarrollo de diferentes estrategias de afrontamiento que les permitan así establecer un sentido de identidad, autonomía junto con éxito personal y social. (Blum, 2000, citado por Pardo, p. 18).

5.5.7 Autoestima

Según Rice (2000, citado por Naranjo, 2007) la autoestima de un sujeto es la apreciación que tiene hacia sí mismo, siendo designada como el vestigio del alma y siendo también un elemento principal que proporciona dignidad a la existencia humana. Por otro lado, Rosenberg (citado por Rojas, C., Zegers, B. & Förster, C. 2009) concibe la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, siendo de forma positiva o negativa, y asimismo

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 8 de 15

se constituye a través de una evaluación de las propias características.

Es necesario recalcar que la autoestima se desarrolla a partir de la interacción humana, por medio de las personas que se consideran importantes, permitiendo que el Yo evolucione por medio de pequeños logros, el éxito y los reconocimientos (Naranjo, 2007).

Por otro lado, Mézerville (2004, p. 5, citado por Naranjo, 2007) revela que la autoestima está conformada por factores tanto internos como externos. Los factores internos son establecidos por el sujeto, sus ideas, creencias, prácticas y conductas; el factor externo es aquel que está formado por componentes del entorno, como mensajes transmitidos de manera verbal o no verbal o también por experiencias promovidas por los padres, educadores o personas significativas, las diferentes organizaciones y finalmente por la cultura.

Siguiendo esta misma línea Molina en Olivares (1997, p. 20, citado por Naranjo, 2007) observa que la autoestima está conformada por varios componentes tales como:

1. Una actitud que vislumbra diferentes formas de pensar, actuar, amar y por supuesto el sentir de las personas para consigo mismas.
2. Componente cognitivo refiriéndose a las ideas, creencias, opiniones, percepciones de la información que adquiere una persona en relación de sí.
3. Componente afectivo, el cual contiene una valoración de lo positivo y lo negativo, abarcando sentimientos agradables y desagradables, favorables y desfavorables que perciben de sí mismas.
4. Componente conductual ya que envuelve la intención y decisión al momento de actuar y de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente.

Se entiende que la autoestima es un elemento clave en la adolescencia, puesto que durante esta, la autoestima es fuertemente influenciada por el desarrollo del razonamiento abstracto y la búsqueda de una identidad. (Maslow, 1968 citado por Rosselló & Berríos 2004).

6. Metodología

6.1. Tipo de estudio

El enfoque de la investigación es cuantitativo, ya que tiene como objetivo determinar la asociación o correlación entre variables, al igual que la generalización y objetivación de los resultados que son generados a través de una muestra (Fernández, 2002).

El enfoque cuantitativo tiene como características la medición de fenómenos mediante la utilización de estadísticas, y la aprobación de hipótesis, este enfoque de investigación es deductivo, secuencial y probatorio y con bondades como el control sobre un fenómeno, precisión, replica, predicción y generalización de resultados (Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

Esta investigación está orientada a un tipo de estudio descriptivo de corte transversal, es decir es un estudio observacional donde no se interviene o manipula el factor de estudio, observando lo que ocurre con el fenómeno que se está estudiando en condiciones naturales, en la cotidianidad. Al ser de corte transversal intentan analizar el fenómeno en un corto periodo de tiempo, en un momento determinado, observando lo que ocurre en el aquí y ahora mismo (García, 2004).

6.2. Muestra

Se tomó una muestra de 78 jóvenes escolarizados del grado 10° y 11° de la Unidad Educativa San Marcos del Municipio de Envigado-Colombia, de los cuales 47 hacen parte del grado 10° y 31 del grado 11°, añadiendo además que del 100% de la muestra el 62,8% hacen parte de la población masculina y el 37,2% hacen parte de la población femenina.

6.3. Técnicas de recolección de información

Se incluyó en la muestra aquellos adolescentes con edades entre 15 y 19 años de edad que residen en el municipio de Envigado-Colombia, que estén matriculados en la Unidad Educativa San Marcos, con acceso a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. Se excluyó del estudio los adolescentes con discapacidad intelectual o física, y que no completaron los instrumentos aplicados.

6.4 Instrumentos

1. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) (Salas, 2014).
2. La escala de autoestima de Rosenberg. (Rojas, Zegers & Förster, 2009).

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 9 de 15

3. Instrumento de Goldberg (ansiedad y depresión) (Carbonell, Pérez & Riquelme, 2016).

7. Análisis de datos

Se realizó un análisis univariado mediante el cual se describe la frecuencia de las variables en la muestra seleccionada.

Se llevó a cabo un análisis bivariado para determinar la asociación entre la variable dependiente y las variables independientes, mediante la prueba estadística Chi-Cuadrado de independencia.

Los análisis estadísticos se realizaron mediante el paquete estadístico SPSS versión 21.

9. Consideraciones éticas

Un punto importante que hay que tener en cuenta al momento de realizar una investigación son las leyes que rigen y que están presentes para hacer valer los derechos y obligaciones que tiene el investigador al momento de realizar una investigación con participantes humanos, puesto que se debe respetar la integridad y se debe proteger el bienestar y privacidad de este grupo de personas que hacen parte de la investigación (ley 1090, 2006).

La resolución 8430 de 1993 establece que antes de iniciar con la aplicación de los instrumentos es importante que los participantes o sus representantes legales firmen un consentimiento informado, el cual consiste en un acuerdo donde el sujeto de investigación autoriza su participación y tiene pleno conocimiento de la naturaleza de dichos procedimientos, beneficios y riesgos a que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna.

10. Resultados

A continuación, se expondrán los datos sociodemográficos obtenidos de la muestra seleccionada para la realización de esta investigación. Esta muestra se caracterizó por contar con un total de 78 participantes de la Unidad Educativa San Marcos del Municipio de Envigado.

Como puede observarse en la tabla 1, respecto al sexo de los participantes se logra identificar que la mayor participación en este estudio es del sexo masculino con una prevalencia de 49 (62,8%) sobre el sexo femenino 29 (37,2%) de un total de

78 (100,0%) estudiantes de los grados 10° y 11° de la Unidad Educativa San Marcos del Municipio de Envigado.

Tabla 1: *Descripción de la muestra por sexo*

Sexo	Frecuencia	%
Masculino	49	62,8
Femenino	29	37,2
TOTAL	78	100,0

Como puede observarse en la tabla 2 la edad promedio de los participantes es de 15 años, y este rango de edad con un total de 42 (53,8 %) estudiantes representa el mayor número de participantes. Las edades de la población estudiada esta entre los 14 y 16 años de edad.

Tabla 2: *Descripción de la muestra por edad*

	Frecuencia	%
14	2	2,6%
15	42	53,8%
16	34	43,6%
TOTAL	78	100,0%

De la tabla 3 se retoma lo más relevante; se determina que, del total de los jóvenes evaluados, más de la mitad reportó un alto grado de autoestima, sin embargo, la mayoría de los participantes presentan riesgo de ansiedad, así como de depresión.

Tabla 3: *Descripción de la muestra por autoestima, ansiedad y depresión*

Autoestima	Frecuencia	%
Baja	19	24,4%
Alta	59	76,6%
Ansiedad	Frecuencia	%

Con riesgo	54	69,2%
Sin riesgo	24	30,8%
Depresión	Frecuencia	%
Con riesgo	56	71,8%
Sin riesgo	22	28,2%

Como puede observarse en la Tabla 4, respecto al género de los participantes se encontraron diferencias estadísticamente significativas en relación a la falta de control y al uso excesivo de las redes sociales, siendo las mujeres quienes reportan más falta de control y uso excesivo de las redes sociales en comparación con los hombres, cabe resaltar que no se encontraron diferencias significativas en relación al componente de obsesión por las redes sociales entre hombres y mujeres.

Tabla 4: Descripción de los componentes de adicción a las redes sociales por sexo

	Hombres	Mujeres	Prueba t	Valor P
Falta de control	1,60 (0,76)	2,16 (0,87)	-2,932	0,004
Uso excesivo	2,07 (0,77)	2,47 (0,78)	-2,226	0,029
Obsesión	1,30 (1)	1,40 (1)	597,000	0,239

Como puede observarse en la Tabla 5, respecto a los grupos con baja o alta autoestima se encontraron diferencias significativas en relación a la falta de control y el uso excesivo de las redes sociales, reportando mayor falta de control y uso excesivo quienes presentan baja autoestima. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas en obsesión por las redes sociales, lo que significa que una baja autoestima no conlleva necesariamente a una obsesión por las redes.

Tabla 5: Descripción de los componentes de adicción a las redes sociales por autoestima

Autoestima	Baja	Alta	Prueba t	Valor p
------------	------	------	----------	---------

Falta de control	2.26 (0.77)	1.67 (0.81)	2.800	0.007
Uso excesivo	2.57(0.81)	2.10 (0.77)	2.274	0.026
Obsesión	1.60 (1)	1.30 (1)	441.500	0.165

Como puede observarse en el Tabla 6, respecto a los grupos con y sin riesgo de ansiedad, no se encontraron diferencias significativas en relación a la falta de control, uso excesivo y obsesión por las redes sociales, por lo tanto, se concluye que el riesgo de ansiedad no está asociado a una adicción a las redes sociales en los adolescentes evaluados.

Tabla 6: Descripción de los componentes de adicción a las redes sociales por ansiedad

Ansiedad	Con riesgo	Sin riesgo	Prueba t	Valor p
Falta de control	1.84 (0,87)	1.76 (0.79)	0.381	0.704
Uso excesivo	2.29 (0.79)	2.06 (0.81)	1.144	0.256
Obsesión	1.30 (1)	1.30(0)	643.500	0.961

Como puede observarse en la Tabla 7, respecto a los grupos con o sin riesgo de depresión, se logra identificar que no se presenta una diferencia significativa en todos los componentes de la adicción a las redes sociales, siendo estos, falta de control; uso excesivo y obsesión por las redes sociales, haciendo la aclaración que el hecho de presentar o no riesgo de depresión no está asociado a la adicción a las redes sociales en los adolescentes evaluados.

Tabla 7: Descripción de los componentes de adicción a las redes sociales por Depresión

Depresión	Con riesgo	Sin riesgo	Prueba t	Valor p
-----------	------------	------------	----------	---------

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO		Código: F-PD-36
			Versión: 01
			Página 11 de 15

Falta de control	1.85 (0.90)	1.70 (0.66)	0.687	0.494
Uso excesivo	2.28 (0.83)	2.07 (0.71)	1.034	0.304
Obsesión	1.30 (1)	1.30 (0)	544,000	0.423

Como puede observarse en la Tabla 8, respecto a las edades, se identifica que no hay una diferencia significativa con respecto a las variables de falta de control; uso excesivo y obsesión por las redes sociales, teniendo en cuenta que la edad no influye en la adicción a las redes sociales, es decir, independiente de la edad el adolescente puede verse expuesto a esta adicción.

Tabla 8: Descripción de los componentes de adicción a las redes sociales por edades

Edades	14 años	15 años	16 años	Prueba f	Valor p
Falta de control	1.80 (1.41)	1.88 (0.95)	1.73 (0.68)	0.303	0.740
Uso excesivo	2.06 (0.26)	2.33 (0.87)	2.09 (0.71)	0.845	0.434
Obsesión	1.35	1.35 (1)	1.25 (1)	1,387	0,500

11. Discusión

En base a los resultados obtenidos se halló que existe una diferencia estadísticamente significativa en relación al sexo de los participantes, es decir, las mujeres adolescentes reportan más falta de control y uso excesivo de las redes sociales en comparación con los hombres adolescentes indagados. Cabe señalar que a nivel mundial existen diferentes estudios que apoyan dicha información.

Con respecto al uso de las TIC Colás, González y de Pablos, (2013, citados por Arnaiz, P., Cerezo, F., Giménez, A.M. & Maquilón, J. 2016) mencionan que son los jóvenes quienes destacan por presentar un mayor uso de las mismas, mencionando además que son las mujeres quienes

presentan más uso en comparación con los hombres.

Por lo que se refiere a la autoestima se halló que este componente presenta diferencias estadísticamente significativas, indicando que el presentar una baja autoestima sería un factor de riesgo en cuanto al uso excesivo y falta de control de las redes sociales.

Navarro y Jaimes (2007, citados por Herrera Harfuch, M., & Pacheco Murguía, M., & Palomar Lever, J., & Zavala Andrade, D. 2010), Manifiestan que tener una baja autoestima está vinculado a la adicción por las redes sociales, es decir, que la baja autoestima se puede traducir como una consecuencia de la adicción, el uso excesivo de las mismas pueda llevar a los jóvenes al aislamiento, impidiendo la capacidad para socializar de manera natural. Por otro lado, estos mismos autores plantean que si los jóvenes poseen una mala opinión de sí mismos o dificultades al momento de la socialización, sea por timidez o baja autoestima, hacen uso de las redes sociales como herramienta de socialización debido a que no tienen que estar en el mismo lugar para poder abrirse con los demás y ganarse su confianza.

En un estudio realizado por Sahagún, Martínez, Delgado y Salamanca (2015) se observó que prevalecieron los problemas de autoestima en un grupo de jóvenes a quienes se les aplicó el cuestionario Rosenberg, añadiendo también que se observó un alto porcentaje de jóvenes con adicción a Internet.

Cabe señalar que en los resultados obtenidos en esta investigación en cuestión de ansiedad y depresión no se presenta una diferencia estadísticamente significativa en los componentes evaluados, obsesión, falta de control y uso excesivo de las redes sociales. Herrera, et al. (2010) en una investigación planteó que existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a redes sociales y la baja autoestima, junto con la depresión y la falta de habilidades sociales, concluyendo que los adictos a redes sociales son más propensos a la depresión, a tener menos habilidades sociales y a mostrar una autoestima más baja.

En una investigación, se halló que la depresión está directamente relacionada con la adicción a las redes sociales, destacando que el nivel de depresión es relativamente proporcional al grado de autoestima, esto quiere decir que, al presentarse

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 12 de 15

una propia percepción negativa junto con poca interacción social debido a los escasos recursos utilizados para la misma, esto puede ser un detonante para una adicción a las redes sociales (Padilla y Ortega, 2017).

A modo de conclusión es conveniente resolver la incógnita que surgió al principio de la investigación sobre los aspectos emocionales y cognitivos que están asociados a la conducta de ciberadicción en nativos digitales, la baja autoestima se asocia con falta de control y uso excesivo en los jóvenes nativos digitales, siendo las mujeres adolescentes quienes presentan mayor riesgo de adicción a las redes sociales en comparación con los adolescentes hombres.

12. Conclusiones

Ahora bien, del total de participantes de esta investigación sobre la adicción a las redes sociales el 62,8% pertenecen al sexo masculino, no obstante, según los resultados obtenidos se concluyeron que las mujeres adolescentes son quienes presentan mayor falta de control y uso excesivo de las redes sociales en comparación con los adolescentes hombres.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos de los instrumentos aplicados de ansiedad y depresión, la mayoría de los participantes presentan riesgo de ansiedad, así como de depresión, sin embargo, conviene subrayar que a pesar de puntuar riesgo de ansiedad y de depresión, se concluye que el riesgo de ansiedad y depresión no está asociado con la adicción a las redes sociales en las y los adolescentes nativos digitales evaluados.

Así mismo con respecto a la variable de autoestima se concluyó que más de la mitad de los participantes adolescentes reportaron un alto grado de autoestima, sin omitir que quienes presentaron baja autoestima tienen el mayor riesgo de falta de control y uso excesivo de las redes sociales.

13. Recomendaciones

El desarrollo de este trabajo investigativo contribuye a la apertura de futuros estudios sobre la adicción a las redes sociales y las implicaciones que trae este nuevo tipo de adicción, pero se recomienda realizar investigaciones que promuevan el estudio sobre la relación entre las redes sociales y la autoestima para así obtener una mejor valoración del tema.

Así mismo se podrían estandarizar en el contexto colombiano nuevos instrumentos de medición necesarios para medir la adicción a las redes sociales y continuar explorando la relación con aspectos tales como la ansiedad y la depresión.

Se recomienda que se indague más a fondo los resultados aquí obtenidos y se centre la investigación en aspectos cualitativos en donde se explore por qué la adicción a las redes sociales se da en mayor medida en el sexo femenino, haciendo la exploración en diferentes grupos poblacionales

REFERENCIAS

Alberdi, J., Taborda, Ó., Castro, C. & Ventoso, C. (2006). Depresión. *Guías Clínicas*, 1-6. Recuperado de <http://www.scamfyc.org/documentos/Depresion%20Fisterra.pdf>

Arab, L. & Díaz, G. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1016/j.rmcl.2014.12.001>

Arnaiz, P., Cerezo, F., Giménez, A.M. & Maquilón, J. (2016). Conductas de ciberadicción y experiencias de cyberbullying entre adolescentes. *Anales de Psicología*, 32 (3), octubre, 761-769, Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/167/16746507017.pdf>

Asociación Americana de Psiquiatría. (APA) (2013). *DSM-5 Depresión*, Editorial Médica Panamericana. Recuperado de <https://www.asam.org/>

Basile, H. (2006). Adicción a Internet: Ciberadicción. *Revista Argentina De Clínica Neuropsiquiátrica*, 13 (2), 74-90. Recuperado de https://www.alcmeon.com.ar/13/50/7_Basile.htm

Caballo, V. E. (2007). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. España: Siglo XXI de España Editores, S. A. Recuperado de <https://mmhaler.files.wordpress.com/2012/08/caballo-2007-manual-para-el-tratamiento-cognitivo-conductual-de-los-trastornos-psicolc3b3gicos-vol-1.pdf>

Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210-217. Recuperado de

<http://www.upch.edu.pe/vrinve/dugic/revistas/index.php/RNP/article/view/1169>

Crovi, D. (2010). Jóvenes, migraciones digitales y brecha tecnológica. *Cuestiones Contemporáneas*, LII (209), 119-133. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42116235008>

Cruzado, L., Matos, L. & Kendal, R. (2006). Adicción a internet: perfil clínico y epidemiológico de pacientes hospitalizados en un instituto nacional de salud mental. *Revista*

	ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO	Código: F-PD-36
		Versión: 01
		Página 13 de 15

médica herediana, 17(4), 196-205. Recuperado de <http://www.upch.edu.pe/vrinve/dugic/revistas/index.php/RMH/article/view/879/845>

Cuyún M. I. (2013). Adicción a redes sociales en jóvenes” (estudio realizado con jóvenes de -16 años del colegio liceo San Luis de Quetzaltenango) Recuperado de

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>

Fernández, P. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. Unidad de Epidemiología Clínica y Bioestadística. Complejo Hospitalario Universitario de A Coruña (España), 76-78. Recuperado de http://www.ecominga.uqam.ca/pdf/bibliographie/guide_lecture_2/4/2.pita_fernandez_y_pertegas_diaz.pdf

García, F., Portillo, J., Romo, J., Benito M (2007) Nativos digitales y modelos de aprendizaje.

Recuperado de <https://www.businessintelligence.info/assets/varios/nativos-digitales.pdf>

García. (2004). Estudios descriptivos. *Nure Investigación*, (7), junio, 1-3. Recuperado de <http://webpersonal.uma.es/~jmpaez/websci/bloqueiii/docbiii/estudios%20descriptivos.pdf>

Gómez, M. L.-P. (2009). Nativos digitales y redes sociales. *gruposocmedia*, 1-10. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/50993679_Nativos_digitales_y_nuevas_tecnologias_implantacion_en_la_universidad

Herrera Harfuch, M., & Pacheco Murguía, M., & Palomar Lever, J., & Zavala Andrade, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18 (1), 6-18. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936002.pdf>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2010). *Los enfoques cuantitativo y cualitativo en la investigación científica*. En Metodología de la Investigación. Madrid: McGraw-Hill, 5th ed., pp. 4-23.

Henríquez, P., Moncada, G., Chacón, L., Dallos, J. & Ruiz, C. (2011). Nativos digitales: aproximación a los patrones de consumo y hábitos de uso de internet, videojuegos y celulares. *Revista Educación y Pedagogía*, 24(62), 145-156. Recuperado de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/revistaey/article/view/14200>

Llinares, M. & Lloret, M. (2008). Ciberadicción: los riesgos de internet. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 59 (2), 267-296. Recuperado de http://com.aespat.es/Revista/Revista_ATyPH_59.pdf#page=68

Martín Carbonell, M. (2016). Valor diagnóstico de la Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg (EAD-G) en adultos cubanos. *Universitas Psychologica*, 15(1) 177-192. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v15n1/v15n1a14.pdf>

Mayaute, E., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ars). *Liberabit*.

Revista De Psicología, 20(1), 73-91. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>

Ministerio de la Protección Social, Colombia (2006) Ley 1090. Recuperado de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas En Educación*, 7(3), 1-27. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v7i3.9296>

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2017) Recuperado de <https://www.who.int/topics/depression/es/>

Padilla, C. & Ortega, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS*, 2(1):47-53. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6258771.pdf>

Pardo G, Sandoval A, & Umbarila D. (2004). Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana De Psicología*, 13(1), 13-28. Recuperado de https://dialnet.unirioja.es/buscar/documentos?query=Dismax.DOCUMENTAL_TODO=ADOLESCENCIA+Y+DEPRESI%C3%93N

Prensky, M. (2001). Nativos e inmigrantes digitales. *On the Horizon MCB University*, 9 (5), October. Recuperado de <https://psiytecnologia.files.wordpress.com/2010/02/prensky-nativos-digitales-inmigrantes-digital-traduccion.pdf>

Restrepo, D. A. (2011). La juventud como categoría analítica y condición social en el campo de la salud pública. *CES Psicología*, 1-6. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v9n2/2011-3080-cesp-9-02-00001.pdf>

Rojas, C., Zegers, B. & Förster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista Médica de Chile*, 137(6). Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872009000600009>

Rosselló, J. & Berríos Hernández, M. (2004). Ideación Suicida, Depresión, Actitudes Disfuncionales, Eventos de Vida Estresantes y Autoestima en una Muestra de Adolescentes Puertorriqueños/as. *Revista Interamericana de Psicología*, 38(2), 295-302. Recuperado de <http://www.psicorip.org/Resumos/PerP/RIP/RIP036a0/RIP03831.pdf>

Sandín, B., Valiente, R., & Chorot, P. (2009). RCADS: evaluación de los síntomas de los trastornos de ansiedad y depresión en niños y adolescentes. *Revista De Psicopatología Y Psicología Clínica*, 14(3), 193-206. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5944/rppc.vol.14.num.3.2009.4078>

Salas, E. (2014). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud. *Revista cultura*, 28, 112-113. Recuperado de http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_28_1_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf

Terán, A. (2019). Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). En: AEPap (ed.). Congreso de Actualización Pediatría. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; pp. 131-

 <p>INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO</p> <p>Ciencia , educación y desarrollo</p>	<p>ARTICULO DE TRABAJO DE GRADO</p>	<p>Código: F-PD-36</p>
		<p>Versión: 01</p>
		<p>Página 14 de 15</p>

141. Recuperado de https://www.aepap.org/sites/default/files/pags_131-142_ciberadicciones.pdf

Toro, R., Arias, A. & Quant, D. (2014). Diseño y Validación del Cuestionario de Autoesquemas Desadaptativos en Fobia Social cad-fs. *Revista Colombiana De Psicología*, 23(1), 135-148. Recuperado de <http://dx.doi.org/doi:10.15446/rcp.v23n1.29791>

Tran, B. et al. (2017). A study on the influence of internet addiction and online interpersonal influences on health-related quality of life in young Vietnamese. *BMC Public Health*, 17(1). Recuperado de <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s12889-016-3983-z>

C.V.: Valentina Peña Ruiz: Estudiante de Psicología de la Institución Universitaria De Envigado

 <p>INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO</p> <p>Ciencia, educación y desarrollo</p>	ARTICULO DEL TRABAJO DE GRADO	Código: F-PI-028
		Versión: 01
		Página 15 de 15