

LAS TECNOLOGÍAS ACTUALES. USOS, RIESGOS Y ADICCIONES EN LOS ADOLESCENTES Y JÓVENES LEONESES

CURRENT TECHNOLOGIES. USES, RISKS AND ADDICTIONS IN ADOLESCENTS AND YOUNG PEOPLE FROM LEÓN

María Jesús Domínguez Pachón

Centro de Orientación Familiar
Escuela Universitaria de Trabajo Social.
Universidad de León.

RESUMEN

El artículo presenta una parte de los resultados del estudio de investigación sobre el uso de las tecnologías de la información dentro del programa de rehabilitación de las adicciones sociales que desarrolla el Centro de Orientación Familiar, con el objetivo de conocer en su dimensión real el fenómeno del uso y la adicción a las tecnologías por parte de los adolescentes y jóvenes leoneses. Los datos obtenidos sobre características psicosociales, los factores de riesgo y protección, repercusiones personales y sociales, entre otros, proporcionan elementos de análisis para la detección de conductas de riesgo y adicciones y para la valoración de la incidencia del fenómeno y la mejora de la calidad de la intervención profesional en materia de prevención y de tratamiento, tanto en el programa de atención como de prevención.

PALABRAS CLAVE: Usos, riesgos, dependencia, jóvenes, adicciones sociales prevención

ABSTRACT

The article presents an advance of the results obtained from the research study on the use of information technologies within the programme of rehabilitation of social addictions developed by the Family Counselling Centre, aiming to find out, in its real dimension, the phenomenon of the use of and addiction to technologies by adolescents and young people from León. The data obtained on psychosocial characteristics, risk and protection factors, personal and social repercussions, among others, provide elements of analysis for the detection of risky behaviours and addictions and the assessment of the incidence of this phenomenon, as well as how to improve the quality of professional intervention in the field of prevention and treatment, both in the care and prevention programmes.

KEYWORDS: Uses, risks, dependence, young people, social addictions, prevention.

Correspondencia: Escuela Universitaria de Trabajo Social. C/ Cardenal Landázuri, nº 27. 24003 – León. España. email: mdomp@unileon.es. Tfno: 987 23 43 38

1.- Introducción

En septiembre de 2017 el Centro de Orientación Familiar propone a la EUTS "Ntra. Sra. del Camino" la realización conjunta de un estudio de investigación sobre la realidad del uso y abuso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) en adolescentes y jóvenes leoneses, una vez estudiada la propuesta, se concreta el acuerdo de colaboración entre ambas entidades para la realización del estudio en el año 2018.

Los acuerdos especifican el interés y la implicación de las partes: el COF pone en valor la experiencia desarrollada a través del programa de rehabilitación de dependencias comportamentales, y la alerta ante la creciente la demanda de ayuda profesional de parte de jóvenes que presentan conductas de riesgo y adicciones relacionadas con el uso de dispositivos móviles con conexión a Internet (redes sociales, mensajería, foros, chats, ...) y videojuegos, incidiendo en la necesidad de proceder a la realización de un estudio de investigación social sobre el uso y abuso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) en los adolescentes y jóvenes leoneses. El estudio se desarrolla en el marco de su Programa de Atención a Personas con Adicción al Juego y a las Nuevas Tecnologías.

La Escuela Universitaria de Trabajo Social Ntra. Sra. del Camino valora positivamente la propuesta y participa en su realización poniendo a disposición los recursos del Gabinete de investigación, el Departamento de Trabajo Social, el Observatorio Social "Elena Coda", incluyendo la realización del estudio dentro del programa formativo de prácticas de los estudiantes de 2º curso.

2.- Visión del problema

El momento presente está caracterizado por una importante transformación social como consecuencia de la incorporación de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC). El uso generalizado de distintos dispositivos de almacenaje e intercambio de información y su impacto está siendo determinante en la vida de las personas, en su forma de comunicarse y de relacionarse, sea en el día a día, sea en los momentos de ocio o en la actividad laboral. La incidencia del

uso extensivo de las nuevas tecnologías a distintos grupos sociales y franjas de edad, se hace evidente en la población más joven ante el incremento del tiempo de conexión y el uso de los distintos dispositivos y aplicaciones móviles.

El fenómeno ha de advertirse tanto en su vertiente positiva como en los riesgos que supone. Estudios recientes muestran que el uso de las TIC desde edades tempranas implica numerosos beneficios en distintas áreas: estímulo de la cognición y percepción espacial y visual, desarrollo de la planificación y estrategia. También hablan de influencia favorable en la destreza para buscar información y organizarla, para expresarse por escrito y desarrollar la propia identidad o construir y mantener relaciones sociales mediante el uso de las redes, entre otras.

Sin embargo, también debemos poner atención en los riesgos que conlleva el uso cotidiano y masivo de los dispositivos tecnológicos entre la población joven puesto que, al ocupar una parte excesiva de su tiempo, deriva en uso abusivo y dependencia en perjuicio de otras actividades centrales en su vida cotidiana como estudiar, hacer deporte, salir con amigos; es en este punto donde se advierten los riesgos que perciben tanto padres como profesores y que ponen las alertas en las dificultades que muestran los adolescentes y jóvenes para controlar la dedicación desmedida a las TIC en perjuicio de otras actividades necesarias para la edad; dificultades que se visibilizan en la falta de control de sus propias conductas, es decir, en la aparición de conductas adictivas.

Éstas se expresan en la relación de dependencia entre el joven y el uso tecnológico que interfiere gravemente en su vida y le hace perder el control, supeditando su vida al mantenimiento de dicho uso y experimentando un síndrome de abstinencia (irritabilidad, malestar emocional, reacciones violentas, ...) cuando no puede llevarlo a efecto. La conducta adictiva se pone de manifiesto cuando la tecnología pasa de ser un medio a convertirse en un fin en sí misma.

3.- Finalidad y objetivos

El tema del estudio se formula en los siguientes términos: usos, riesgos y adicciones a las tecnologías actuales en los adolescentes y jóvenes leoneses.

Se trataba de responder a la pregunta ¿Cómo es el uso que hacen los adolescentes y jóvenes leoneses de las nuevas tecnologías y como afecta, positiva y negativamente, a las distintas esferas de sus vidas? Desde este planteamiento el estudio se orientó al conocimiento de las TIC, concretamente: dispositivos móviles con conexión a internet, tipo de actividad realizada (mensajería instantánea, chats, compras, búsquedas, descargas, juegos de azar,,.....) y principales aplicaciones utilizadas (facebook, instagram, whatsapp, youtube, etc.), así como el hábito de uso de los móviles y los videojuegos.

Desde un punto de vista positivo, la tecnología puede ser una oportunidad de conocimiento, aprendizaje, disfrute, fomento de la creatividad y desarrollo de las relaciones interpersonales, sin embargo el uso inadecuado puede llevar aparejado el fenómeno de las adicciones que genera deterioro personal, deterioro de las relaciones con profesores, bajo rendimiento social y laboral, problemas familiares, con amigos, etc.

Por ello conocer el fenómeno del uso y la adicción a las tecnologías por parte de los adolescentes y jóvenes leoneses, es de suma importancia para el desarrollo de los programas de rehabilitación y prevención del Centro De Orientación Familiar, que ha visto incrementada de forma notable, en los últimos años, la demanda relacionada con adicciones conductuales derivadas del uso abusivo y problemático de la tecnología de la información, comunicación y entretenimiento. Se espera que los resultados del estudio aporten elementos para el análisis y mejora de la calidad de la intervención profesional tanto en el programa de atención como de prevención.

Los objetivos generales, que sirvieron de base para el diseño y sucesivo desarrollo del proyecto, fueron:

- Conocer el uso que los adolescentes y jóvenes leoneses hacen de las TIC, concretamente dispositivos móviles con conexión a Internet, el tipo de actividad realizada (mensajería instantánea, chats, compras, búsquedas, descargas, juego de azar) y principales aplicaciones utilizadas (facebook, instagram, whatsapp, youtube,).

- Conocer el hábito de uso de los videojuegos, en los jóvenes leoneses: la tecnología como oportunidad de conocimiento, aprendizaje, disfrute, fomento de la creatividad y desarrollo de las relaciones interpersonales. A la vez, que la consideración de los datos de la población estudiada, desde el ángulo de la vulnerabilidad social, nos proporciona el rostro de las personas afectadas.
- Aproximación al uso inadecuado y riesgos que lleva aparejados el fenómeno de las adicciones (deterioro personal, deterioro de las relaciones con profesores, bajo rendimiento social y laboral, problemas con familiares y amigos, etc.).

4.- Organización del estudio:

En primer lugar el equipo se ha encaminado a la aclaración de los procesos y procedimientos que orientan el estudio y a la delimitación que sirve para configurarlo: tiene que ver por tanto con la metodología empleada. Con ello se ha avanzado en la definición del marco teórico comprensivo de las dimensiones que sirven de base en correspondencia con los objetivos propuestos. Recoge también, como aportación significativa para el contexto leones, informaciones referidas a la dotación de centros educativos dentro de la ciudad para la población de adolescentes y jóvenes, la visión general de necesidades obtenidas a partir del análisis de las memorias de actividades correspondientes a los dos últimos años puestas a disposición por organizaciones que actúan en los servicios de atención, fruto también de la observación y del diálogo con profesionales y voluntarios que actúan en los servicios sociales y educativos de León.

4.1.- El marco teórico

Con el planteamiento teórico se ha tratado de aclarar los puntos de partida y el enfoque del trabajo, proporcionando una base idónea para situar las conductas en los contextos, resaltar su significación y favorecer el análisis situacional.

Las bases teóricas para situar y enmarcar el fenómeno, se han obtenido a partir de la consulta de estudios de autores acreditados y de referencia en relación al

objeto de estudio. En correspondencia con los objetivos propuestos, la investigación bibliográfica realizada abarcó los siguientes aspectos:

- a) Fundamentos básicos de las nuevas tecnológicas: concepto, características, ventajas y desventajas, normativa relacionada con la protección al usuario de TIC.
- b) Avance tecnológico, tecnologías actuales (internet, smartphones, videojuegos), actividad relacionada con el uso de las nuevas tecnologías: internet, chats, juegos, compras, videojuegos). Principales aplicaciones y características.
- c) Datos estadísticos de uso de nuevas tecnologías en los hogares españoles: equipamientos, accesos a internet, uso de TIC por los menores, participación en redes sociales.
- d) Adolescentes y jóvenes frente a las nuevas tecnologías: caracterización psicociológica: Nuevas formas de interacción y comunicación, adolescentes y jóvenes frente a internet y el móvil, diferencias de género en el uso de TIC.
- e) Características psicosociales del uso: uso, uso abusivo, uso problemático, adicción, la conducta adictiva a las TIC. Factores y conductas de riesgo, las adicciones conductuales frente a las adicciones a sustancias, la adicción y su relación con la personalidad, salud mental, entorno familiar y social.
- f) Daños producidos por la adicción a las nuevas tecnologías. Daños comunes de la adicción: a nivel individual, contexto familiar, área social, ámbito escolar y laboral, el juego patológico o ludopatía, el ciberacoso y otros delitos (coacción, chantaje, vulneración derecho intimidad,...). Normativa relacionada con delitos telemáticos.
- g) Análisis, detección y evaluación de las conductas adictivas a las TIC: evaluación de la gravedad de los trastornos adictivos a las TIC, Instrumentos específicos de evaluación de la gravedad de los trastornos adictivos.
- h) Dispositivos de atención y prevención de adicciones a las nuevas tecnologías: prevención de conductas de riesgo, respuesta institucional y no institucional: asociacionismo, programas terapéuticos, grupos de autoayuda, tratamiento farmacológico; aspectos diferenciales de la intervención en adolescentes y jóvenes.

4.2.- Marco contextual

El contexto geográfico ahonda en los aspectos sociales del territorio, su distribución, sus dimensiones. El estudio se concentra en la ciudad de León y dentro de ella los institutos o centros educativos donde cursan estudios los adolescentes y jóvenes; ello facilita el acceso a un importante volumen del segmento de población a estudiar. La dotación de centros la integran: 26 institutos o centros de Enseñanza Básica Obligatoria; 25 institutos o centros de Bachiller, 6 institutos a centros de F.P.; 38 titulaciones de Grado correspondientes a los estudios universitarios. El detalle de la dimensión sociodemográfica se recoge en la tabla n.1 que sigue a continuación.

Tabla nº 1. Enseñanzas de Régimen general no universitarias- (E.S.O, BACH, F.P.) y universitarias de León. Alumnos matriculados en el curso 2017-2018.

Centros	Edad	Sexo		Total
		M	H	
Educación Secundaria Obligatoria (ESO):	Entre 11 y 18 años	7.237	7.472	14.709
Bachiller y F.P.				
Bachillerato Régimen diurno/ presencial	Entre 15 y 20 años	2.923	2.717	5.640
Bachillerato Régimen nocturno	Entre 16 y 50 años	165	219	384
Bachillerato. Régimen a distancia.	Entre 18-50+ años	177	135	312
Ciclos Formativos Profesional de Formación Básica	Entre 16 y 29 años	212	451	663
Ciclos Formativos de Grado Medio. Régimen presencial	Entre 15 y 30 años	1.221	1.430	2.651
Ciclos Formativos de Grado Medio. Régimen A Distancia	Entre 18 y 50 años	131	107	238
Ciclos Formativos de Grado Superior y Enseñanzas Universitarias				
Ciclos Formativos de Grado Superior. Régimen Presencial	Entre 17 y 30 años	1.200	2.224	3.424
Ciclos Formativos de Grado Superior. Régimen a Distancia	Entre 19 y 50 años	186	90	276
Titulaciones de Grado	A partir de los 18 años			2.013
TOTAL				28.347

Sobre este universo se selecciona la muestra cuyo tamaño es 132 respuestas, distribuidas de forma equitativa entre los tres grupos poblacionales, correspondiendo 44 entrevistas para cada una de las categorías: a) ESO; b) Bachiller y F:P y c) Estudios Superiores (F.P.S y Universidad). El diseño muestral aporta

representatividad estadística a un nivel de error aceptable para diferentes grupos de edad que pueden ser tratados como submuestras independientes.

4.3.- Trabajo de campo

La organización del trabajo de campo ha requerido el establecimiento de relaciones de colaboración con los centros educativos, que a su vez han proporcionado la propia visión con relación al tema de estudio. Para el conocimiento del uso de las TIC por los adolescentes y jóvenes leoneses se han utilizado distintas fuentes:

a) Profesionales clave en los centros educativos, en servicios de prevención y/o atención a jóvenes. Se ha procedido con entrevistas semiestructuradas de aplicación individual, en torno a las siguientes cuestiones: detección de conductas de riesgo, detección de adicciones, valoración de la incidencia del fenómeno, actuaciones en materia de prevención, actuaciones en materia de tratamiento.

b) Respecto a la información de los adolescentes y jóvenes ha sido ellos mismos las fuentes primarias para la obtención de los datos de carácter cuantitativo. La recogida de datos se ha realizado mediante un cuestionario en formato papel, que los encuestadores han administrado a través de entrevistas presenciales a la población seleccionada como muestra:

- Información sociodemográfica: aporta los datos de identificación y clasificación: sexo, edad, ocupación (trabajo/estudios), nivel socioeconómico, etc.
- Hábitos de uso de internet y hábitos de uso de videojuegos : edad de inicio, nivel de uso, tiempo diario de uso, tipos de uso.
- Hábitos de uso del teléfono móvil y aplicaciones: facebook, instagram, whatsapp, youtube, play store,...: edad de inicio, nivel de uso, tiempo diario de uso.
- Características contextuales: actividades familiares compartidas, cohesión familiar, calidad de vida por la relación con los iguales, calidad de vida escolar/laboral, apego al barrio de residencia, actividades para jóvenes en la comunidad.

- Adicciones a internet: juego con/sin dinero en internet, videojuegos, teléfono móvil, aplicaciones.
- Características personales: hábitos de sueño, consumo de sustancias, satisfacción vital, autocontrol, ansiedad, depresión.

La información se ha recogido durante los meses de abril y mayo de 2018, con la técnica de la encuesta con cuestionario aplicado en entrevistas directas. El cuestionario contiene ochenta preguntas cerradas; en su aplicación han participado los estudiantes de la Escuela Universitaria de Trabajo Social Ntra. Sra. del Camino, debidamente entrenados. El diseño de la organización y la formación de los encuestadores ha permitido minimizar los errores en los procesos de recogida de información, codificación y grabación de los datos.

El tratamiento de la información se realiza mediante el software (SPSS).

5.- Avance de resultados

Se incluyen aquí, solo una parte de los resultados correspondientes a la caracterización de la muestra y a los datos de uso, ya que la presentación del estudio está prevista para finales de octubre.

5.1.- Datos de identificación y clasificación

Una primera apreciación de los resultados indica la participación equitativa de los grupos, en cuanto al número de respuestas y a la distribución por sexos, con una predominio mínimo a favor de las mujeres.

Con relación a la edad de los encuestados (tabla nº 2) la proporcionalidad de las frecuencias de las franjas de edad varía entre el 6,07% y el 31,81% . En el computo general la mayoría de los cuestionarios fueron realizados por personas de 20 años o más y el menor porcentaje de cuestionarios fueron realizados por personas de 12-13 años, la visión de su conjunto indica que el 42,9% son respuestas de menores; igualmente es preciso tener presente la correspondencia con las edades propias de cada ciclo: las edades de los encuestados del grupo de la ESO, oscilan entre los 12 años y los que tienen más de 20. Siendo la franja de edad con mayor frecuencias la que está entre los 14 y los 15 años con un 52,27%, y la que tiene el

menor número de participantes la que va de los 18 a los 19 años, con un 2,27%; en los estudiantes encuestados de Bachiller y F.P. las franjas de edad seleccionadas se inician a partir de los 16 y 17 años con una representación del 34,09%, las mayores frecuencias son para los comprendidos entre 18 y 19 años que suman el 50%, el 15,90% restante es para los que tienen 20 y más.

Tabla nº 2. *Edad de los participantes*

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P.superior/ Univers.		Total Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
12-13	8	18,18	0	0	0	0	8	6,07
13-15	23	52,27	0	0	0	0	23	17,42
16-17	10	22,72	15	34,10	0	0	25	19,70
18-19	1	2,27	22	50	10	22,72	33	24
20y más	2	4,54	7	15,90	34	77,28	43	31,81
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

En La F.P. Superior y los Estudios Universitarios podemos observar que la mayor parte de encuestados tienen más de 20 años, con casi un 78%. También cabe destacar el porcentaje de un 23% de encuestados que rondan la edad de 18 – 19 años

Otros datos que caracterizan la muestra indican que la mayor parte de los estudiantes acuden a centros de titularidad pública y durante el último año la mayoría salieron una vez de vacaciones. Las familias en casi su totalidad disponen de coche propio, alcanzando a más del 50% los que disponen de dos coches de propiedad, siendo muy pocos los que no cuentan con coche propio. Resultados similares se registran para la disponibilidad de ordenadores, prácticamente el 100% disponen de ordenador, superando el 50% las familias donde hay 2, incluso en algunos casos superan este número. La disponibilidad de dormitorio individual oscila entre el 81,18% y el 79,54, en consecuencia los comparten aproximadamente el 20%.

5.2 Horarios de descanso días de semana

a) Acostarse días de semana

La franja horaria (tabla nº 3) que predomina en los encuestados a la hora de irse a la cama los días entre semana es de 22:00 a 00:00. Un pequeño porcentaje del

12.12% se va a la cama entre las 02:01-04:00 y un 3,03% entre las 04:01 y 6:00; nadie se acuesta entre las 06:01 a 08:00.

Los estudiantes de la ESO la casi totalidad 70,45% se acuestan a partir de las 22hs y 25% entre las 00:01 y las 02:00. Los estudiantes de bachiller y F.P se acuestan más tarde y en horarios más escalonados, si bien las mayores frecuencias siguen estando entre las 22 y las 02; los universitarios y F.P. superior tienen valores más próximos a la ESO sumando más del 85% los que se acuestan entre las 22 y las 02, si bien cerca de un 13% lo hacen entre las 02 y las 06 horas.

Tabla nº 3. *Acostarse días de semana*

Horas	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Un.		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(22:00-0:00)	31	70,45	18	16,82	27	61,36	76	57,57
(00:01-2:00)	11	25	14	11,36	11	25	36	27,27
(02:01-4:00)	1	2,27	11	4,55	4	9,09	16	12,12
(04:01-6:00)	1	2,27	1	11,36	2	4,54	4	3,03
06:01-08:00)	0	0	0	9,09	0	0	0	0
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

b) Despertarse días de semana

En términos generales (tabla nº 4) predominan los encuestados que se despiertan entre las 06:00 y las 08:00 frente a los que se despiertan de 12:02 a 14:00.

Tabla nº 4. *Horarios de levantarse entre semana*

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(06:00-8:00)	37	84,09	10	22,72	34	77,27	81	61,36
(08:01-0:00)	5	11,36	31	70,45	3	6,81	37	29,54
(10:01-2:00)	2	4,55	2	4,54	6	13,63	10	7,57
(12:01-14:00)	0	0	1	2,27	1	2,27	2	1,51
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

Los estudiantes de la ESO dependen en gran medida de los horarios que cada uno tiene estipulados, bien por estudios o bien por trabajo.

Si se presta atención a la tabla, se puede observar que entre semana aproximadamente un 84% de la población estudiantil se levanta entre las 06:00 y las 08:00, y sin embargo entre las 08:01 y las 10:00 tan sólo se levanta aproximadamente un 11% de los estudiantes

La mayoría de los encuestados de Bachiller y F.P., un 77,27%, se despierta entre las 06:00 y las 08:00. Un 6,81% se levanta entre las 08:01 y las 10:00. Un 13,63% de los encuestados afirma levantarse entre las 10:01 y las 12:00; finalmente, un 2,27% se levanta entre las 12:01 y las 14:00. La gran mayoría de los universitarios leones se despiertan entre semana entre las 06:01 y las 08:00 de la mañana.

5.3.- Horarios de descanso fines de semana

a) Despertarse fines de semana

En términos generales (tabla nº 5) predominan los encuestados que se despiertan entre las 10:01 y las 12:00 los fines de semana frente a los que se despiertan de 06:00 a 08:00

Tabla nº.5 Horarios de levantarse fin de semana

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Un		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(06:00-08:00)	4	9,09	2	4,54	6	13,63	12	9,09
(08:01-10:00)	16	36,36	10	22,72	5	11,36	31	23,48
(10:01-12:00)	19	43,18	25	56,81	21	47,72	65	49,24
(12:01-14:00)	5	11,36	8	18,18	11	25	24	18,18
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

Los fines de semana, en la mayor parte de las ocasiones, no hay horarios fijos o impuestos y la población estudiantil se levanta más tarde. Los estudiantes de la ESO, aproximadamente un 36%, se levantan entre las 08:00 y las 10:00. Pero aunque este sea un porcentaje bastante elevado lo supera el siguiente resultado, ya que un 43% de la población estudiantil se levanta entre las 10:01 y las 12:00, y un pequeño porcentaje del 11% que se levantan entre las 12:01 y las 14:00.

De los encuestados de Bachiller y F.P., un 4,54% se despierta entre las 06:00 y las 08:00; un 22,72% entre las 08:01 y las 10:00. La gran mayoría, un 56,81% se despierta a partir de las 10, un 18,18% entre las 12:01 y las 14:00. Los estudiantes de F.P. superior y universitarios tiende a despertarse entre las 10 y las 14 horas

b) Acostarse fines de semana.

La franja horaria (tabla nº 6) que predomina en los encuestados a la hora de irse a la cama los fines de semana es de 00:01 a 02:00. Un porcentaje mínimo del 6% se acuestan de 06:01 a 08:00.

El 75%, de los estudiantes de ESO se acuestan entre las 22 y las 02, correspondiendo al intervalo de 00, a 02 el 61,36%; el 18,18 en horario de 02,01- a 04 y el 6,82% que se acuesta a partir de la 06.

Tabla n°.6 *Descanso los fines de semana*

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(22:00-00:00)	6	13,64	2	4,54	9	20,46	17	12,87
(00:01-02:00)	27	61,36	13	29,54	15	34,09	55	41,66
(02:01-04:00)	8	18,18	21	47,72	10	22,73	39	29,54
(04:01- 06:00)	3	6,82	5	11,36	10	22,72	16	12,12
06:01-08:00)	0	0	3	6,81	0	0	5	3,78
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

En los estudiantes de bachillerato y F.P. las mayores frecuencias se registran entre las 00, 00 y las 04,00 que acumulan el 77,26%, el resto lo hacen en orden decreciente a partir de las 06, con excepción del 4% que se acuestan entre las 22 y las 00.horas.

Entre los Universitarios y F.P. Superior un 20,45% se va a dormir entre las 22:00 y las 00:00.horas, un porcentaje más elevado del 34,09% se va a dormir entre las 00:01 y las 02:00; un 22,72% se va a dormir entre las 02:01 y las 04:00, el mismo porcentaje se va a dormir entre las 04:01 y las 06:00.

5.4.- Datos de uso

5.4.1 Edad de inicio

a) *Internet*: La edad predominante (tabla n° 7) en la que comenzaron a usar internet es de 8 a 10 años, si bien la mayor frecuencia se registra en los estudiantes de la ESO; sólo una persona comenzó a utilizar internet en el rango de 2 a 4 años y nadie comenzó a utilizar internet a partir de los 17.

Si observamos los distintos grupos la edad más temprana de inicio en internet en los estudiantes de la ESO está en la franja de 5 a 7 años con un 11,36%, aunque la que presenta un mayor número de iniciados en esta tecnología es la que va de los 8 a los 10 años, con 26 jóvenes, es decir, con un 59.09%. Hay que destacar que a partir de los 14 años los chicos y chicas encuestados ya están todos dentro del mundo de internet por lo que no hay ninguno en esta franja.

Los resultados de Bachiller y F.P. presentan un ritmo de inicio más pausado, el 9,09% afirma haber usado internet entre los 5 y 7 años. La gran mayoría, el 47,72% y el 31,81% entre los 8 y 10 años y 11 y 13 años respectivamente. Un 4,54% empezó a usarlo a una edad más tardía, entre los 14 y 16 años. Finalmente, un 6,81% afirma no usarlo.

Tabla nº.7: *Edad de inicio en el uso de internet*

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(2-4)	0	0	1	2,28	0	0	1	0,75
(5-7)	5	11,36	2	4,55	4	9,09	11	8,33
(8-10)	26	59,09	15	34,09	21	47,74	62	46,97
(11-13)	11	25	13	29,55	14	31,81	38	28,79
(14-16)	0	0	12	27,27	2	4,55	14	10,60
(17-19)	0	0	0	0	0	0	0	0
20 o mas	0	0	0	0	0	0	0	0
Nunca	2	4,54	1	2,28	3	6,81	6	4,54
TOTAL	44	100	44	100	44	100	132	100

En cuanto a la edad de uso de internet de los estudiantes de Estudios Superiores las cifras más altas las encontramos entre la franja de edad desde los 8 años hasta los 16. Con un 34% destacamos que las edades más repetidas a la hora de iniciarse en el uso de internet son entre los 8, 9 y 10 años.

b) *Videojuegos*: la edad predominante (tabla nº 8) con la que empezaron a usar videojuegos es el rango de 8 a 10 años. Nadie comenzó a utilizarlos a partir de los 17 años.

Tabla nº.8: *Edad de inicio en los videojuegos*

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(2-4)	0	0	2	4,54	1	2,27	3	2,27
(5-7)	8	18,18	5	11,37	5	11,37	18	13,63
(8-10)	18	40,90	17	38,64	18	40,91	53	40,16
(11-13)	7	15,90	4	9,09	7	15,91	18	13,63
(14-16)	0	0	1	2,27	3	6,82	4	3,03
(17-19)	0	0	0	0	0	0	0	0
20 o mas	0	0	0	0	0	0	0	0
Nunca	11	25	15	34,09	10	22,73	36	27,28
TOTAL	44	100	44	100	44	100	132	100

De los estudiantes de la ESO tenemos que señalar el aumento en la frecuencia de la edad de inicio entre los 5 y 7 años, con un 18,18% con relación a los otros

grupos, algo más elevada que en la anterior de internet, el número más elevado de uso de videojuegos está entre los 8 y los 10 años, siendo en este caso algo menor que con internet. También es destacable que hay un 25% de chicos y chicas que nunca han jugado a videojuegos, frente al 4,54% que nunca han entrado en internet.

El 34,09% de los estudiantes de Bachiller y F.P nunca han jugado a los videojuegos, si bien con porcentajes mínimos (4,54%) son los que registran mayores frecuencias en la franja de 2-4 años. La distribución en las distintas franjas de edad es similar al los otros grupos.

El 2,27% de los encuestados de F,P, Superior y Universitarios comenzó a usar los videojuegos a la edad de 2 a 4 años. El 11,36% afirma haber empezado entre los 5 y los 7 años. La gran mayoría, un 40,90% empezó a usarlos a la edad de 8 y 10 años. Un 15,90% lo usaron por primera vez entre los 11 y los 13 años y un 6,81% entre los 14 y los 16. Una gran parte, un 22,72% afirma no haberlos usado nunca.

c) *Móvil*: la mayoría de los encuestados (tabla nº 9) comenzaron a utilizar el teléfono móvil a partir de los 8 años con un ligero incremento entre los 11 y 13 años. Los porcentajes de inicio disminuyen a partir de esa edad hasta desaparecer, a partir de los 19 años.

Entre los estudiantes de la ESO, el uso del teléfono móvil se produce en edad muy temprana, aunque con un porcentaje más bajo, un 4,54%. Siendo las edades comprendidas entre los 11 y los 13 donde se ve una clara iniciación con un 52,27%.

Tabla nº.9: *Edad de inicio en el móvil*

EDAD	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior y Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
(2-4)	0	0	0	0	1	2,28	1	0,75
(5-7)	2	4,54	0	0	1	2,27	3	2,27
(8-10)	17	38,63	14	31,82	20	45,45	51	38,63
(11-13)	23	52,27	16	36,36	16	36,36	54	40,90
(14-16)	0	0	13	29,55	6	13,64	19	14,39
(17-19)	0	0	1	2,27	0	0	1	0,75
20 o mas	0	0	0	0	0	0	0	0
Nunca	2	4,54	0	0	0	0	3	2,27
TOTAL	44	100	44	100	44	100	132	100

Los estudiantes de Bachiller y F.P. reflejan tres datos importantes: de la misma manera que anteriormente las franjas de uso se encuentran entre los 8 años a

los 16, siendo destacable el porcentaje de un 29,5% en los encuestados que dicen usarlo entre los 14 y 16 años.

De los encuestados de Estudios Superiores un 2,72% afirma haber empezado a usar el móvil entre 2 y 4 años, de igual manera, un 2,72% entre los 5 y 7 años. Un 45,45% comenzó a usarlo a la edad de 8 a 10 años y un 36,36% entre 11 y 13 años. Finalmente, un 13,63% empezó a usarlo entre los 14 y los 16.

5.4.2 El nivel de uso

a) *Internet*: En términos globales (tabla nº 10), el nivel de los encuestados en el uso de internet es medio o avanzado sumando respectivamente el 42,42% y 49,15% .

Tabla nº 10. Nivel de uso

	Internet		Videojuegos		Móvil	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nulo	6	4,54	43	25,75	5	3,78
Principiante	8	6,06	25	18,93	3	2,27
Medio	56	42,42	21	15,90	32	24,24
Avanzado	53	40,15	38	28,78	66	50
Experto	9	6,81	14	10,60	26	19,69
Total	132	100	132	100	132	100

La mayor especificación en cada uno de los grupos advierte que para los estudiantes de la ESO, el nivel de uso medio y avanzado se distribuye entre el 56,81% y el 29,54%, registrando además un 4,54% para cada uno de los niveles nulo, principiante y experto.

Los estudiantes de Bachiller y F.P alcanzan los niveles medio y avanzado en el 39,53% y 51,16% respectivamente, se mantiene el porcentaje de experto y disminuye ligeramente los niveles nulo y principiante.

Con ligeras pero significativas diferencias, los encuestados de Estudios Superiores mantienen las mayores frecuencias en los niveles medio y avanzado con un 31,81% y un 40,9% respectivamente, registrando el 11,36% para los niveles de principiante y experto.

b) *Videojuegos*: con relación a nivel de uso de los videojuegos el 44,68% tienen un nivel nulo y principiante; valores similares acumulan los niveles medio y avanzado con 15,90% y 28,78% respectivamente, completando el 10,6% el nivel experto.

Entre los estudiantes de la ESO, los videojuegos cuentan con un número mayor de participantes con nivel avanzado, el 27,27%.

Un 25% de encuestados de Bachiller y F.P., afirma tener un nivel nulo en los videojuegos. Un 13,63% se considera principiante, frente a un 15,90% que considera tener un nivel medio; el 27,27% cree tener un nivel avanzado y finalmente, el 18,18% se considera experto.

En los Estudios Superiores es destacable el nivel de uso de videojuegos que manifiestan los encuestados ya que casi un 31% dice ser nulo en esta materia y un 7,56% que admiten tener un nivel de principiante.

c) *Móvil*: el 50% de los encuestados definen que su nivel en el uso del teléfono móvil es avanzado, solo 3,78% considera que su nivel en el uso del teléfono móvil es nulo.

El nivel en el uso del teléfono móvil, de los estudiantes de la ESO es avanzado en un 56,81%, alcanzan así la primera posición, le sigue el nivel medio con el 22,72% y el experto con un 11,36%. Lo que significa que es esta tecnología la que mejor dominan los jóvenes encuestados. De los encuestados de Bachiller y F.P. un 4,54% considera tener un nivel nulo, un 25% cree que tiene un nivel medio en el uso del móvil; un 45,72% cree tener un nivel avanzado, y un 22,72% se considera experto.

El 68,18% de los encuestados de, Estudios Superiores se sitúan entre un nivel avanzado y experto.

5.4.3 Tiempo de dedicación Internet, videojuegos, móvil

a) *Internet*: con relación a internet los resultados globales (tabla nº.11) indican que el 46,22% de los encuestados, de lunes a viernes, dedican entre 1 y 3 horas diarias al uso de internet, porcentaje que va disminuyendo progresivamente a medida que avanza el rango de la dedicación 25,% entre 3 y 6 horas y 19,70% que

superan las 6 horas diarias. En el extremo opuesto el 4,54% dedican ninguna y/o menos de una hora diaria entre semana.

Proporciones similares registran los estudiantes de la ESO; en el caso de los estudiantes de bachiller, F.P. y Estudios Superiores aumenta la proporción hasta el 34,09% de quienes usan diariamente internet entre 3 y 6 horas entre semana y disminuye al 11,36 % los que superan las 6 horas de dedicación diaria.

Tabla nº.11: *Horas diarias de dedicación internet*

	Internet días semana		Internet fin semana	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Ninguna	6	4,54	6	4,54
Menos de 1	6	4,54	7	5,30
Entre 1-3	61	46,22	41	31,07
Entre 3-6	33	25	50	37,88
Más de 6	26	19,70	28	21,21
Total	132	100	132	100

Durante los fines de semana disminuye la dedicación a internet entre 1 y 3 horas aumentando los tramos de 3 a 6 y de más de 6. Continúa predominando en todos los grupos la dedicación 3-6 horas, Así entre los encuestados de la ESO hay un ligero aumento en dedicación entre 1-3 horas y disminución en más de 6; en Bachiller y F.P y en Estudios Superiores se invierte esta relación disminuyendo la dedicación entre 1-3 horas y aumentando en más de 6.

b) *Videojuegos*: La dedicación (tabla nº 12) a los videojuegos de lunes a viernes para algo más del 50% es nula o inferior a una hora, a partir de una hora el tiempo mayor de dedicación está representado por el 21,97% de los que dedican entre 1-3, disminuyendo al 16,67% y 6,82 para las dedicaciones entre 3-6 y más de 6 respectivamente.

Tabla nº.12: *Horas diarias de dedicación videojuegos*

	Videojuegos días semana		Videojuegos fin semana	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Ninguna	49	37,12	45	34,09
Menos de 1	23	17,42	16	12,12
Entre 1-3	29	21,97	23	17,42
Entre 3-6	22	16,67	28	21,96
Más de 6	9	6,82	19	14,40
Total	132	100	132	100

La no dedicación y la dedicación inferior a una hora entre los estudiantes de la ESO sigue superando el 50% (el 38,63% y 15,9% respectivamente), aumentando la dedicación entre 1-3 horas (27,27). De forma similar, aunque ligeramente más baja los estudiantes de Bachiller y F.P, el 34,09% de los encuestados no dedica ninguna hora diariamente a los videojuegos y el 13,63% afirma dedicar menos de una hora entre semana, siendo el mismo porcentaje los que afirman usarlos entre 1 y 3 horas diarias. Aumenta al 27,27% los que dedican entre 3 y 6 horas diarias entre semana y finalmente, un 11,36% lo usan más de 6 horas al día. Un 34,09% de los encuestados de F.P superior y universitarios no dedica ninguna hora diariamente a los videojuegos. Un 13,63% afirma dedicar menos de una hora entre semana, siendo el mismo porcentaje que los que afirman usarlos entre 1 y 3 horas diarias. Un 27,27% lo usan entre 3 y 6 horas diarias y finalmente, un 11,36% lo usan más de 6 horas al día.

Cuando se trata de los fines de semana una parte importante de los encuestados (34,09% y 12,12%) considera que los fines de semana no dedican ninguna hora al uso de los videojuegos, lo que supone una ligera disminución respecto a la dedicación diaria de la semana, de manera similar se da la disminución entre 1-3; el aumento se acumula en las dedicaciones mayores entre 3-6 horas y más de 6 (21,96%, y 14,40% respectivamente).

Para los estudiantes de la ESO más del 40% no dedican tiempo o le dedican menos de una hora, el resto de los intervalos siguen en orden decreciente. 27,27% entre 1-3 horas, 20,45% entre 3-6 horas, 11,36% más de 6 horas.

En bachiller y F.P un 31,81% de los encuestados afirma no dedicar ninguna hora al uso de videojuegos. Un 9,09% dedica menos de una hora los fines de semana. Un 6,81% entre 1 y 3 horas. Un total del 25% afirma dedicar entre 3 y 6 horas y ,

un 27,27% emplea más de 6 horas los fines de semana. Entre Universitarios y la F.P. Superior el incremento mayor se da en la dedicación entre 3-6 horas y sobre todo en más de 6.

c) *Móvil*: La dedicación diaria al móvil entre semana presenta un cuadro diverso (tabla nº 13); la mayor frecuencia es para la dedicación de 3-6 horas (41,67%), y en orden decreciente de 1-3 con el 29,54% y 22,73 para la dedicación superior a 6 horas. El porcentaje correspondiente a 3-6 horas aumenta hasta el 45,45% en los estudiantes de la ESO y al 47,72 en la F.P. y Bachillerato, disminuyendo al 31% en F-P- Superior y Universitarios, si bien en ellos se incrementa la dedicación a mas de 6 horas diarias que llega al 15,90% en Bachillerato y al 38% en los Estudios Superiores.

Con relación a los fines de semana el 52,285 de los encuestados consideran que los fines de semana dedican entre 3 y 6 horas al uso del teléfono móvil y el 25,75% más de 6 horas.. Solo algo más del 5% dicen no utilizarlo o hacerlo menos de una hora.

Tabla nº.13. *Horas de dedicación al móvil*

	Móvil semana		Móvil fin semana	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Ninguna	4	3,03	3	2,27
Menos de 1	4	3,03	4	3,03
Entre 1-3	39	29,54	22	16,67
Entre 3-6	55	41,67	69	52,28
Más de 6	30	22,73	34	25,75
Total	132	100	132	100

Los estudiantes de ESO incrementan el uso del móvil en las dedicaciones de 3-6 y de más de 6 correspondiendo respectivamente 56,81% y 18,18%. El incremento en la dedicación correspondiente a los intervalos 3-6 y más de 6 se produce igualmente entre los estudiantes de Bachiller y F.P con un 47,72% lo usa entre 3 y 6 horas y un 20,45% afirma usarlo más de 6 horas. En el caso de los Estudios Superiores disminuye ligeramente la dedicación entre 3-6 y aumenta hasta el 36% la dedicación superior a 6 horas

5.4.4.- Redes sociales, correo y descargas

En el último año la mayoría de las personas encuestadas (tabla nº 14) ha utilizado todos los días las redes sociales, casi todos los días el correo electrónico, alguna vez a la semana descargan programas películas, vídeos; casi todos los días utilizan internet para cuestiones de trabajo y la búsqueda de aficiones.

a) *Redes*: En el último año más de la mitad de las personas encuestadas han utilizado todos los días las redes sociales. Solo 1 persona nunca ha utilizado las redes sociales en el último año.

Los estudiantes de la ESO tienen mayoritariamente un uso diario, aunque también es importante el porcentaje de las personas que lo usan de forma habitual o casi todos los días; también los estudiantes de Bachiller y F.P suman un 59,09% que lo usa todos los días a lo que hay que sumar el 13,63% que lo usa casi todos los días. En los estudios superiores los porcentajes de utilización alcanzan el 27,27% para la dedicación entre 3-6 horas y el 63,63% para más de 6 horas.

Tabla nº.14. *Redes sociales, correo y descargas en el último año*

	Redes		Correo		Descargas	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Ninguna	1	0,75	3	2,27	2	1,52
Menos de 1/mes	1	0,78	10	7,57	21	15,91
Alguna vez mes	13	9,84	14	10,60	27	20,45
Alguna vez semana	17	12,88	20	15,15	36	27,27
Casi todos los días	28	21,21	50	37,87	28	21,21
Todos los días	72	54,54	35	26,51	18	13,64
Total	132	100	132	100	132	100

b) *Correo electrónico*: en términos globales mayoría de personas encuestadas lo han utilizado casi todos los días. Para los estudiantes de ESO las frecuencias de no uso y uso esporádico y muy limitado están en torno al 40% , el uso frecuente de casi todos los días y todos los días representa el 29,55% y el 15,91% respectivamente.

Bachillerato y F.P. el no uso, uso muy poco frecuente hasta alguna vez por semana suma en torno al 30%; el uso frecuente de casi todos los días y todos los días suman 43,18% y 25% respectivamente, estos porcentajes son también los de los Universitarios y FP superior.

c) *Descargas*: En el computo global las no descargas y descargas muy poco frecuentes suman en torno al 36%; la mayor frecuencia es para las descargas una vez a la semana (27,27%), casi todos los días (21,21%) y todos los días (13,64%). Las descargas de los estudiantes de ESO (de música, películas, juegos, etc.), se usan alguna vez a la semana en más de un 34% de los casos. menos de una vez al mes y casi todos los días acumulan el 25% de frecuencias en ambos casos. Los estudiantes de Bachiller y F.P. afirman realizar descargas casi todos los días en un 29,54% y el 18,18% las realiza todos los días; descargas menos frecuentes de alguna vez al mes y/o alguna vez a la semana suman respectivamente 27,27% y 13,63% respectivamente.

Los Universitarios y F.P. Superior aumentan sus descargas de programas, películas, vídeos, música, juegos o cómics principalmente casi todos los días y todos los días en torno al 48%, mientras que aproximadamente el 40% realizan descargas alguna vez al mes o a la semana.

5.4.5 Búsquedas, trabajo y aficiones

a) *Trabajo*: En general, (tabla nº 15) la mayoría de los encuestados consideran que en el último año han utilizado internet casi todos los días para cuestiones de trabajo. Solo 4 personas consideran que nunca han usado internet para cuestiones de trabajo.

Tabla nº.15. *Cuestiones de trabajo y aficiones en el último año.*

	Cuestiones de trabajo		Aficiones	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Ninguna	4	3,03	8	6,06
Menos de 1/mes	9	6,82	6	4,55
Alguna vez mes	19	14,40	17	12,88
Alguna vez semana	24	18,18	24	18,18
Casi todos los días	43	32,57	37	28,03
Todos los días	33	25	40	30,30
Total	132	100	132	100

Las búsquedas más frecuentes se realizan alguna vez por semana, casi todos los días y todos los días, representando un 75,75%; en el caso de estudiantes de ESO esta proporción disminuye al 53,55%, los estudiantes de Bachiller y F.P. acumulan

95,45% y los Universitarios y F.P. Superior 77,18%. coincidiendo en ellos los porcentajes de dedicación de casi todos los días y todos los días.

b) *Aficiones*: en este caso las búsquedas de alguna vez por semana, casi todos los días y todos los días llegan a sumar en términos generales 76,36%. En las mismas categorías los estudiantes de la ESO rebajan este porcentaje alcanzando el 61,36%; en los estudiantes de Bachiller y F.P. la búsqueda de aficiones aumenta hasta el 90,89% y los Universitarios y F.P. Superior la dedicación alcanza el 77,27%

5.4.6.- Juego on-line

a) *juego on-line sin dinero*: En el conjunto más del 50% de los encuestados no han jugado nunca en internet sin dinero, si bien esta proporción varía entre el 47,73 de las ESO, el 45,5% de bachiller y F.P. y el 59,08 de la educación superior. Si han jugado el otro 50% con distinta frecuencia en la ESO casi todos los días y todos los días suma el 35,13%; Bachiller y F.P. no llega al 10% ; entre los universitarios el juego on.line sin dinero aumenta hasta más del 40%

Tabla nº 16. Juego on-line sin dinero y con dinero

	Juego o-line sin dinero		Juego o-line con dinero	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Ninguna	55	41,46	101	76,51
Menos de 1/mes	12	9,09	7	5,30
Alguna vez mes	10	7,57	6	4,55
Alguna vez semana	10	7,57	5	3,79
Casi todos los días	29	21,97	6	4,55
Todos los días	16	12,12	7	5,30
Total	132	100	132	100

b) *Con dinero*: En el conjunto no juegan o lo hacen de marea muy limitada o esporádica más del 80% un nivel que con pocas variaciones se repite en los distintos grupos.

La dedicación al juego casi todos los días y todos los días en términos generales gira en torno al 12% con matices diferentes en cada uno de los grupos, los estudiantes de la ESO juegan con frecuencia de alguna vez a la semana, y sobre todo diaria o casi en torno a 12%; bachiller y F.P. en 9%; universitarios y F.P. superior el 13%

6.- Reflexión

La aproximación al tema de "Las tecnologías usos, riesgos y adicciones en los adolescentes y jóvenes leoneses , más allá de la alarma social y de los grandes números, proporciona una información real y cercana del uso cotidiano y normalizado, a la vez que advierte posibles riesgos y efectos indeseados del uso de las nuevas tecnologías. El punto de partida para la realización del mismo desde el programa de rehabilitación lo marcaban principalmente la presencia de los efectos indeseados y la necesidad de identificar y adecuar en cada caso medidas que ayudaran a abordar una posible rehabilitación desde las edades tempranas, al diseño y aplicación de medidas preventivas ante el uso inadecuado o excesivo, a la incongruencia de los contextos sociales y familiares, o, a la no disposición de recursos que refuercen a las familias en el ejercicio de su responsabilidad.

Es evidente que las Tecnologías de la información, comunicación y entretenimiento, como se dice con frecuencia, han revolucionado en pocos años el estilo de vida del mundo de los adultos, al tiempo que incluyen cambios que trascienden la visión adquirida del mundo infantil y juvenil. La forma de vivir la infancia, la adolescencia y la juventud hoy dista mucho de las vividas por adultos de hoy; su dedicación, tiempo y comportamientos son tan diferentes que, sin duda, nos sorprenden. Cuesta comprender que prefieran pasar tiempo ante una pantalla o enviando mensajes, o conectados a las redes sociales en lugar de estar jugando con los amigos, o advertir y valorar posibles facetas creativas, etc.

Al limitar la presentación a la primera parte del estudio se trata de centrar y la atención en los adolescentes y jóvenes poniendo de relieve las variables que nos hablan de sus características, de sus estilos de vida y del tiempo, del espacio y del nivel de implicación en el uso cotidiano de las TIC , dejando para otro momento las dimensiones de uso excesivo, adicción y los efectos no deseados.

La pregunta inicial ¿Cómo es el uso que hacen los adolescentes y jóvenes leoneses de las nuevas tecnologías y como afecta, positiva y negativamente, a las distintas esferas de sus vidas? encuentra respuesta en distintos grupos de edad entre los 12 y 20 y más años,

1. Los grupos de menores entre 12 y 18 años representan el 43,19% , el grupo de a partir de 18 años hasta 20 y más suman 56,81%; la mayor presencia de este grupo de edad está dada por la población de estudios superiores y universitarios, con una distribución equitativa en ambos casos de mujeres y varones. Los encuestados tienen un nivel socioeconómico medio, están integrados en el sistema educativo, mayoritariamente en centros públicos, disfrutan de programas vacacionales y más del 50% de sus familias, disponen de 2 o más coches y 2 o más ordenadores.
2. Otro aspecto de interés tiene que ver con el tiempo de descanso que se expresa en los horarios de acostarse y levantarse los días de semana y los fines de semana.
3. Los días de semana los horarios están más marcados por la dedicación al estudio, reflejando de alguna manera las variaciones propias de los ciclos formativos, de cada centro y de los turnos correspondientes a mañana, tarde o nocturno. En general las mayores frecuencias y de manera especial los estudiantes de la ESO se acuestan temprano de manera que entre las 22 y las 24 horas ya descansan, más variedad de horarios se encuentra entre los estudiantes de bachiller F.P y Universitarios. Entre semana también se levantan temprano, los primeros a partir de las 6 y sucesivamente entre las 8 y las 10 horas lo han hecho el 90%
4. Los fines de semana se modifican los horarios, a la hora de acostarse disminuyen notablemente las frecuencias entre 22:00-00:00, hasta 12,87% y se incrementa 00:01-02:00 hasta el 41,66%; como sucedía en los días de entre semana estos porcentajes que acumulados suman el 54,53% cuentan con la mayor aportación de los estudiantes de la ESO, el restante 45,44% va distribuyéndose de forma decreciente en los horarios de las 2 y las 8 de la mañana. Despertarse los fines de semana es diferente si bien un 9,09% lo hacen entre las 6 y las 8 horas y un 23,48% entre las 8 y las 10 hs., los rangos con mayores frecuencias se registran entre las 10 y las 12, horario preferido para casi el 50% de las encuestados, a lo que se suma el 18,18% que prolonga el horario hasta las 14hs.
5. El análisis de los datos de uso respecto a la edad de inicio o de acceso a los distintos dispositivos señala la tendencia a iniciar en edades cada vez más

tempranas, de manera que en internet y en los videojuegos aunque con registros muy bajos ya comienzan a aparecer en los intervalos de de 2-4. siguiendo un incremento progresivo entre los 5-7; los valores más elevados se registran entre los 8-10 años y entre 14 y 16 se completa la iniciación. en términos generales este recorrido es válido para el inicio de los móviles con la salvedad que aparece más lento en las edades más tempranas para tomar cuerpo entre los 8-9 años y alcanzar la máxima expresión entre los 11-12. La mirada particularizada a cada grupo pone en evidencia que los estudiantes de la ESO completan la edad de inicio a los 13 años mientras que Bachiller, F.P. , F.P. Superior y Universitarios lo hacen a los 16 años

6. El tiempo de uso abre la reflexión en cuanto a la amplitud de dedicación diferenciada entre los días de semana y los fines de semana, en el primer caso la dedicación que supera las 3 horas semanales son Internet, 44,70%; videojuegos: 23,49%; móvil: 64,40%, estos valores aumentan más de 10 puntos porcentuales cuando se trata de los fines de semana de modo que internet alcanza el 59,09% ; videojuegos 36,36% y móviles el 78,03%..
7. El nivel de uso nulo y principiante, que aparece con muy poco relieve en los apartados internet y móvil, tiene mayor volumen en los videojuegos donde alcanza el 44,16%; los niveles medio y avanzado significan el 82,57% cuando se trata de internet, y el 74,24 en el móvil; el aumento en el nivel de experto aparece en los videojuegos y el móvil.
8. Con relación al acceso a las redes, correos y descargas, la actividad de casi todos los días y todos los días, suma respectivamente 79,75%, 64,69% y 34,85 porcentaje este último que se vería incrementado en 27,27% si se suma alguna vez por semana. La consideración de estos resultados abren nuevas preguntas y llaman a la reflexión en los casos en que las dedicaciones se acumulen en las mismas personas.
9. La especificación de las búsquedas y consultas por cuestiones de trabajo y/o aficiones tienden también a polarizarse en casi todos los días y en todos los días con porcentajes que alcanzan el 57,57% y 58,83 respectivamente. El elevado volumen de las búsquedas por cuestiones de trabajo llama la atención teniendo en cuenta que se trata de población estudiante y que los grupos de edad de menores significan un 43,19%.

10. La última cuestión, a poner de relieve introduce en un tema de gran actualidad como es la alarma en torno al incremento de la presencia de adolescentes y jóvenes en el mundo del juego. Aunque el 41,46% nunca ha jugado sin dinero por internet hay 21,97 que si lo hace casi todos los días y un 12,12% que juega diariamente. En la alternativa de juego con dinero casi se duplica la proporción de los que no lo hacen nunca que alcanza el 76,51%, disminuyen los porcentajes de los que si lo hacen, y un 9,85% si juegan casi y todos los días.

Al proporcionarnos la información a través de las conversaciones directas "cara a cara" adolescentes y jóvenes han permitido entrar en sus vidas e introducimos en su mundo, es decir en sus dedicaciones, intereses y de alguna manera en los estímulos y riesgos que el día a día y el contexto de vida les ofrecen, proporcionando pistas que, desde su experiencia, ayuden a promover un uso adecuado, competente y responsable.

Referencias bibliográficas

- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. La Coruña: Nova Galicia Edicions.
- Bravo D., Díaz, Y. (2013). *Adicciones al juego desde la mirada del trabajo social* (Tesis de Grado). Universidad Nacional de Cuyo, Mendoza, Argentina.
- Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X, Graner, C. y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28(3), 196-204.
- Chóliz, M., Villanueva, V. y Chóliz, M.C. (2009). Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 3, 74-78
- Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid (2006). *Por un uso responsable de las nuevas tecnologías*. Madrid: Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid.
- Echeburúa, E., Labrador, F. J. y Becoña, E. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid: Pirámide.
- Estallo, J. A. (2009). El diagnóstico de "adicción a los videojuegos": uso, abuso y dependencia. En E. Echeburúa, F. J. Labrador y E. Becoña (Coords.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes* (pp. 151-167). Madrid: Pirámide
- Estévez, L., Bayón, C., de la Cruz, J. y Fernández-Liria, A. (2009). *Uso y abuso de Internet en adolescentes*. En E. Echeburúa, F. J. Labrador y E. Becoña (Coords.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes* (pp. 77-100). Madrid: Pirámide.
- Estévez, A., Urbiola, I. Iruarizaga, I., Onaindia, J. Y Jáuregui, P. (2017). Dependencia emocional y consecuencias psicológicas del abuso de Internet y móvil en jóvenes. *Anales de psicología*, 33 (2), 1695-2294
- Galíndez, E. y Casas, F. (2010). Adaptación y validación de la Student's Life Satisfaction Scale (SLSS) con adolescentes. *Estudios de Psicología*, 31(1), 79-87.

- García, T. y Bautista, J. (2015). Redes sociales y dispositivos móviles en la comunicación de los estudiantes de educación secundaria. *Revista Profesorado*, 19 (3)
- Instituto Nacional de Estadística (INE) (2008). Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares.
- Instituto Nacional de Estadística (INE) (2017). Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de la información y comunicación en los hogares.
- Labrador,F.J., Villadangos, S.M. y Becoña, E. (2013). Desarrollo y validación de cuestionario de uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT), *Anales de Psicología*, 29, (3), (836-847)
- Martínez, M.A. (2009)Redes sociales, contenidos publicitarios y dispositivos móviles. *Revista Icono*,14 (12), (162-173)
- Muñoz-Rivas, M. J., Fernández, L. y Gámez-Guadix, M. (2010). Analysis of the indicators of pathological internet use in Spanish university students.*The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 697-707.
- Observatorio de la Infancia en Andalucía (2010). *Actividades y usos de TIC entre los chicos y chicas en Andalucía. Informe 2010*. Sevilla: Consejería de Innovación, Ciencia y Empresa y Consejería para la Igualdad y Bienestar Social.
- Oliva Delgado, A., Hidalgo García, M.V., Moreno Rodríguez, C., Jiménez García, L., Jiménez Iglesias, A., Antolín Suarez, L., Ramos Valverde, P. (2012). *Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*. Trabajo de investigación. Universidad de Sevilla. Sevilla.
- Oliva, A., Reina, M. C., Pertegal, M. A. y Antolín, L. (2011). Rutinas de sueño y ajuste adolescente. *Psicología Conductual*, 19(3), 541-555.
- Pérez-Díaz, V. y Rodríguez, J. C. (2008). *La adolescencia, sus vulnerabilidades y las nuevas tecnologías de la información y la comunicación*. Madrid: Fundación Vodafone España
- Ruiz-Olivares, R., Lucena, U., Pino, J.M. y Herruzo, J. (2010). Análisis de comportamientos relacionados con el uso y abuso de Internet, teléfono móvil, compras y juego en estudiantes universitarios. *Adicciones*, 22, (4), 301-310
- Serrano López, Ana Isabel (2011). *Prevención del mal uso de las nuevas tecnologías*. Memoria Fin de Grado de Trabajo Social. Universidad de Castilla-La Mancha
- Ruiz-Palmero, J., Sanchez, J. y Trujillo-Torres, J.M. (2016). Utilización de internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescente. *Revista latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (2) 1357-1369
- Suriá, R. (2016). Análisis comparativo del uso excesivo del móvil entre jóvenes con y sin movilidad reducida. *Health and addictions. Salud y drogas*, 16, (2), 105-114
- Toboso-Martín, M. (2016). “En la palma de la mano”. Dependencia tecnológica en la práctica del uso de tecnologías móviles. *Intersticios*, 10 (2), 201-212
- Vall-Llovera, M. (2010). La triangulación metodológica como alternativa de análisis de la realidad sobre el uso de las TIC por parte de los jóvenes. (Tesis Doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona)
- Villanueva, V. (2012). Programa de prevención del abuso y la dependencia del teléfono móvil en la población adolescente (Tesis Doctoral, Facultad de Psicología. Universidad de Valencia)

Internet segura for Kids (IS4K). Centro de Seguridad en Internet para menores de edad en España (INCIBE) <http://www.is4k.es/>

Educación, acompañamiento y protección de los menores en su proceso de aprendizaje digital <https://www.is4k.es/necesitas-saber/mediación-parental>

Guía para un uso seguro y responsable de Internet por los menores. Itinerario de mediación parental <https://is4k.es/sites/default/files/contenidos/herramientas/is4kguiamediacionparentalinternet.pdf>

Padres Asegurando a los menores en internet <https://www.centrointernetsegura.es/indexpadres.php>

Promoción del uso seguro y saludable de las nuevas tecnologías y el fomento de la ciudadanía digital responsable en la infancia y adolescencia <http://www.pantallasamigas.net>

Cibercoits. Aplicación del incibe para demostrar quién es el que más cultura de ciberseguridad posee de toda la casa <https://www.savethechildren.es/publicaciones/consejos-para-padres-y-madres-frente-al-bullyng-o-acoso-escolar>