

**LAS TECNOLOGÍAS ACTUALES. USOS, RIESGOS Y
ADICCIONES EN LOS ADOLESCENTES Y JÓVENES
LEONESES (2º parte)**

**THE CURRENT TECHNOLOGIES. USES, RISKS AND
ADDICTIONS IN ADOLESCENTS AND YOUNG LEONESES
(2nd part)**

Amparo Martínez Mateos

Centro de Orientación Familiar

Escuela Universitaria de Trabajo Social "Ntra. Sra. del Camino"

Observatorio Social "Elena Coda"

RESUMEN

El artículo se centra, en los hallazgos correspondientes a la 2º parte del estudio de investigación¹ realizado 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. Se aportan aquí los resultados referidos específicamente a como las TIC afectan, positiva y negativamente a las distintas esferas de sus vidas, las dimensiones de uso excesivo, inadecuado y la adicción así como de los efectos no deseados.

PALABRAS CLAVE: Internet, dispositivos móviles, uso excesivo, adicción. efectos no deseados.

ABSTRACT

The article, corresponding to the second part of the study² carried out with the objective of knowing in its real dimension the phenomenon of use and addiction to technologies by adolescents and young people from León. The results here refer specifically to how ICTs affect, positively and negatively, the different spheres of their lives, the dimensions of overuse, addiction and unwanted effects.

KEYWORDS: Internet, mobile devices, overuse, addiction. unwanted effects.

Correspondencia: Centro de Orientación Familiar. mdomp@unileon.es

¹ El estudio ha sido promovido y realizado por el Centro de Orientación Familiar, la Escuela Universitaria de Trabajo Social "Ntra. Sra. del Camino" y el Observatorio Social Elena Coda". El artículo es continuidad del publicado con el mismo título en el anterior nº 18.

² The study has been promoted and conducted by the Family Guidance Centre, the University School of Social Work "Ntra. Sra. and the Elena Coda Social Observatory" The article is a continuation of the one published with the same title in the previous issue 18.

1.- Introducción

Como se afirmaba en el artículo precedente, 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 de las mismas, a la vez que advierte posibles riesgos y efectos indeseados del uso de las nuevas tecnologías. Continuando con la presentación de la información obtenida nos centraremos en aquellos aspectos relacionados con los posibles riesgos a causa del uso excesivo, inadecuado y/o la dependencia de las TIC.

Desde el programa de rehabilitación del Centro de Orientación Familiar, la motivación y el punto de partida para la realización del estudio lo marcaban principalmente la presencia de los efectos indeseados y la necesidad de identificar y adecuar medidas que ayudaran a prevenir y, en su caso, a abordar una posible rehabilitación desde las edades tempranas, el diseño y aplicación de medidas preventivas ante el uso inadecuado o excesivo, la incongruencia de los contextos sociales y familiares, y/o, 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 los 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 enviando mensajes, o conectados a las redes sociales en lugar de estar jugando con los amigos, o advertir y valorar posibles facetas creativas, etc.

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? constituyó el punto de partida en torno al que se

establecieron los objetivos³, que diversificados y explicitados en las variables e indicadores han proporcionado los hallazgos que, a efectos de la discusión, agrupamos en dos bloques:

- A. Quienes y como son los adolescentes y jóvenes y su relación con las Tic. Los resultados del estudio nos hablan de sus características, de sus estilos de vida, del tiempo, del espacio y del nivel de implicación en el uso cotidiano de las TIC.
- B. En segundo lugar la pregunta nos introduce en la consideración de los hábitos y la presencia de comportamientos excesivos incluyendo el posible consumo de sustancias y sobre todo con referencia a las TIC de como estas afectan, positiva y negativamente, a las distintas esferas de sus vidas, las dimensiones de uso inadecuado, excesivo, adicción y de efectos no deseados.

1.1.- Rasgos para recordar.

Respecto a la información correspondiente al punto A, ya presentada en su mayor parte en el artículo anterior, se retoman sólo algunos datos esenciales que a modo de recordatorio ayuden a contextualizar los resultados que constituyen el cuerpo del presente trabajo.

- Se trata de los adolescentes y jóvenes de León a partir de los 12 años hasta 20 y mas que cursan estudios de acuerdo con su edad, ya sea en enseñanza básica obligatoria, F. Profesional, estudios universitarios, independientemente de que acudan a centros públicos o privados; este encuadre, si bien pone algún límite en la representación, sirve para ilustrar aspectos de la diversidad socio-demográfica.

³ 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.).

- Los estudiantes 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 bachiller y F:P. y sobre todo de estudios superiores y universitarios, con una distribución equitativa 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.
- El análisis de los *datos de uso* referidos 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 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 su aparición es más lenta 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 han hecho a los 16 años.
- *El nivel de uso* se establece en una escala graduatoria que va del nivel nulo al experto. El nivel 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.
- *El tiempo de uso* abre la reflexión en cuanto a la amplitud de dedicación diferenciada entre los días de semana (de lunes a viernes dentro del horario laboral) y los fines de semana, incluyendo el viernes una vez terminada la jornada laboral; 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%.

- Con relación a las actividades de uso tomando como referencia el último año, se especifican para *la utilización de redes sociales*, mensajería instantánea, chat o foros (Tuenti, Facebook, Messenger, Skype, etc.), correo electrónico, y descargar programas, películas, vídeos, música, juegos, comics, como 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 un 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.
- 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 incluye las tareas, teniendo en cuenta que se trata de población estudiante y que los grupos de edad de menores significan un 43,19%.
- 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.

2.- Hábitos, consumos y comportamientos de uso

El tema central nos introduce en la consideración de los hábitos y en la presencia de comportamientos excesivos incluyendo el posible consumo de sustancias y sobre todo la referencia a las TIC y como estas afectan, positiva y

negativamente, a las distintas esferas de sus vidas, las dimensiones de uso excesivo, adicción y los efectos no deseados.

Las variables *hábitos y el consumo*, ofrecen aspectos de interés que tienen que ver con la organización del tiempo de descanso, abriendo también un espacio a comportamientos que pueden implicar riesgos, en este caso vinculados al consumo de sustancias durante el último año.

a) La organización del tiempo de descanso se expresa en los horarios de acostarse y levantarse los días de semana y los fines de semana.

- 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 00 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%.
- 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 los encuestados, a lo que se suma el 18,18% que prolonga el horario hasta las 14hs.

b) Tratar del consumo nos aproxima una dimensión extremadamente delicada y compleja en la vida de los adolescentes y jóvenes, se trata de la presencia y frecuencia del consumo de sustancias como el tabaco, alcohol, hachís porros o

marihuana cocaína, pastillas (éxtasis u otras drogas de diseño), tomando como periodo de referencia el último año.

- Con relación al tabaco más de la mitad de los encuestados afirman no haber fumado nunca o haberlo hecho solo alguna vez resaltando en este caso los estudiantes de la ESO, el mayor nivel de consumo, expresado en tres o más cigarrillos todos los días, tiene mayor representación entre los estudiantes de Bachiller y sobre todo en los universitarios.
- En línea de semejanza, a la hora de emborracharse se mantiene una proporción aproximada del 46% que no lo ha hecho nunca o muy rara vez en la que los estudiantes de la ESO tienen mayor representación y los universitarios pierden mucho espacio. Con relación a la frecuencia mensual y/o semanal la ESO disminuye representación mientras que aumentan de manera muy semejante los consumos de Bachiller y Universitarios, señalando que el porcentaje más elevado del consumo "emborracharse 1 vez por semana lo alcanzan las estudiantes de Bachiller y F.P mientras que los universitarios lo logran una vez por mes.
- Los porros, hachís, marihuana están casi ausentes del consumo de los estudiantes de la ESO si bien es importante señalar el 6,82% de la ESO que fuma todos los días, los porcentajes aumentan en el Bachiller y F.P. y Universitarios, los primeros tienen su máxima expresión en el consumo entre 2 y 5 veces y casi todos los días y los segundos entre más de 5 y casi todos los días.
- Consumo de cocaína, los estudiantes de la ESO registran proporciones mínimas en haberla probado una vez y un poco menos en más de 5 veces. Los estudiantes de Bachiller y Universitarios si bien registran respectivamente entre un 70% y 75% que afirman no haberla probado, el resto entre el 11 y el 18% la han probado una vez, la frecuencia disminuye progresivamente en cada uno de los rangos entre los estudiantes de Bachiller, mientras que entre los universitarios de más de 5 veces y en todos los días.
- El consumo de pastillas parece estar ausente con porcentajes muy elevados en todos los grupos alcanzando una media del 76,51% a la que más contribuyen los estudiantes de la ESO con el 90,91% que nunca han consumido. Entre los consumidores el porcentaje más alto corresponde entre

una vez y más de 5 a los estudiantes de Bachiller y entre 2y 5 y más de cinco a los universitarios. En los tres grupos hay un porcentaje mínimo de consumo diario.

3.- Uso inadecuado, excesivo y adicción a las tic.

A partir de la iniciación en internet y los distintos dispositivos accesibles y de uso normalizado en la población, se avanza en el incremento de la frecuencia del uso. del uso excesivo, del abuso y finalmente de la dependencia; tiempo y contenidos condicionan de distintas maneras la libertad de los jóvenes y adolescentes con repercusión en sus comportamientos, compromisos, intereses, estilo de vida, relaciones familiares y sociales.

3.1. Usos y adicción a internet

Conectarse a internet más tiempo del previsto, repercute en los comportamientos, compromisos, intereses, puede conllevar al abandono de tareas, a desarrollar la preferencia de conectarse a estar con pareja/amigos, establecimiento de nuevas relaciones por internet, y otras repercusiones sociales.

3.1.1.-Internet independientemente del medio utilizado

Tabla nº 1.

Conectarse más tiempo del previsto

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	8	18,20	6	13,64	2	4,54	16	12,12
A veces	15	34,10	5	11,37	16	36,37	36	27,27
Con frecuencia	15	34,10	20	45,45	13	29,55	48	36,36
Muy a menudo	5	11,36	10	22,72	10	22,72	25	18,95
Siempre	1	2,24	3	6,82	3	6,82	7	5,30
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- En los tres grupos hay un pequeño porcentaje que nunca o rara vez se conectan más tiempo del previsto y menor aún los que dicen hacerlo siempre. Para los estudiantes de la ESO los valores más altos se encuentran entre a veces y con

frecuencia, para los de Bachiller entre con frecuencia y muy a menudo y para los universitarios entre a veces, con frecuencia y muy a menudo con predominio de a veces. *El abandono de tareas* en los estudiantes de la ESO es muy bajo en todos los rangos y en proporción menor entre los de Bachiller, que tienen sus valores más altos de abandono en a veces, con frecuencia y a menudo, Los universitarios abandonan siempre en mayor proporción con frecuencia, seguido de a veces y muy a menudo; aunque con valores menores son los que más se registran en siempre. Un porcentaje importante de ESO y Bachiller *prefieren los amigos a la conexión*, mientras que los universitarios no se registran en este punto pero tienen el mayor registro en a veces, superando con un 70% la suma acumulada de las respuestas de los otros grupos, las mayores semejanzas se encuentran en con frecuencia, a menudo y en la opción siempre que todos rechazan. Con porcentajes muy similares que en su conjunto superan el 65% todos los grupos establecen *nuevas relaciones por internet* a veces y con frecuencia, destaca además en el caso de los universitarios que lo hagan también muy a menudo.

3.1.2.- Repercusiones de los comportamientos excesivos

- Los datos ilustran también que el comportamiento excesivo, puede provocar en las personas que nos rodean quejas por tiempo conexión, al tiempo que se incrementa la frecuencia con que se tiende a consultar el e.mail y las distintas redes posponiendo lo que se tiene que hacer, así mismo afecta al tiempo y rendimiento de trabajo, provoca respuestas defensivas y actitudes de evasión de las situaciones conflictivas y pueden encontrarse soñando con lo que van a hacer la próxima vez que se conecten o pensando que la vida sin internet es aburrida o vacía.

Tabla n° 2.*Quejas por tiempo conexión*

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca/rara vez	7	15,91	11	25	21	47,73	39	29,54
A veces	20	45,46	18	40,90	14	31,82	52	39,40
Con frecuencia	14	31,82	9	20,46	6	13,64	29	21,97
Muy a menudo	2	4,54	4	9,10	2	4,54	8	6,03
Siempre	1	2,27	2	4,54	1	2,27	4	3,03
Total	44	100	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- La *interferencia* en el trabajo se expresa en la conexión que en su mayor proporción sucede solo a veces y nunca/rara vez alcanzando la media de 39,40% y 29,54 respectivamente; con frecuencia en Bachiller (31,82%) y la ESO y con porcentajes más bajos muy a menudo y siempre en todos los grupos; cuando se trata del *control de redes* previo a la ocupación todos los grupos admiten hacerlo en la mayor parte a veces, y muy poco menos con frecuencia y a menudo, la representación más baja es siempre, rango en el que el grupo de bachiller menos representación tiene, afectando a veces y con frecuencia su rendimiento, sobre todo en los Universitarios
- *Respuestas defensivas y ocultamiento*, en una proporción alta no se dan entre los estudiantes Universitarios y de Bachiller; si se dan en la mayor proporción a veces sobre todo en los estudiantes de Bachiller y con frecuencia entre los de Bachiller. Internet se utiliza también como evasión en todos los grupos, con frecuencia sobre todo en los estudiantes de Bachiller y a menudo en Universitarios.
- Estar pendiente de la próxima reunión nunca o rara vez para el 43,19% de los estudiantes de Bachiller, a veces principalmente los Universitarios y los estudiantes de la ESO. Piensan en la próxima conexión a veces y con frecuencia todos los grupos, en mayor proporción los universitarios seguidos de los estudiantes de la ESO, Bachiller y F.P. son los que registran el mayor porcentaje de nunca o rara vez; con valores similares manifiestan su concepción de la vida

aburrida si falta internet, incrementándose esta concepción en los universitarios. en el rango muy a menudo.

3.1.3- Respuestas inadecuadas, ocultamiento, evasión en internet

Avanzando en el comportamiento excesivo se revela la presencia de comportamientos y actitudes de mayor intensidad, se pasa de las respuestas defensivas a respuestas con reacciones improcedentes e inadecuadas, ante situaciones de interrupción de internet, a la pérdida de sueño, a estar más pendiente y/o fantasear sobre estar conectado, repetirse "solo unos minutos más" antes de la desconexión, fracasar ante el intento de controlar o reducir el tiempo de conexión, ocultar el tiempo dedicado, o preferir la conexión a estar con los amigos y sentirte nervioso, tenso cuando no estás conectado hasta que logras conectarte

Tabla n° 3

Respuesta inadecuada ante la interrupción de internet

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca/rara vez	17	38,64	18	40,90	0	0	35	26,52
A veces	15	34,09	14	31,83	29	65,90	58	43,93
Con frecuencia	8	18,18	8	18,18	12	27,28	28	21,21
Muy a menudo	4	9,09	3	6,81	3	6,82	10	7,58
Siempre	0	0	1	2,27	0	0	1	0,76
TOTAL	44	100	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- Las respuestas inadecuadas ante la interrupción de internet se dan en todos los grupos en los rangos a veces, con frecuencia y muy a menudo, principalmente en los universitarios. Los estudiantes de la ESO y Bachiller registras respuestas de nunca y rara vez dentro de su grupo en el 38,64% y 40,90% respectivamente.

Tabla nº 4.*Perder horas de sueño*

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	11	25	13	29,54	0	0	24	18,18
A veces	13	29,54	12	27,28	11	25	36	27,27
Con frecuencia	16	36,36	13	29,54	15	34,10	44	33,34
Muy a menudo	4	9,10	3	6,82	10	22,72	17	12,88
Siempre	0	0%	3	6,82	8	18,18	11	8,33
TOTAL	44	100%	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- Todos pierden horas de sueño sobre todo a veces y con frecuencia, los universitarios superan además muy a menudo y siempre. En la apreciación global la mayor opción sigue siendo con frecuencia un 33,34%. Pierden horas de sueño a menudo el 12,88% y siempre un 8,33%. El porcentaje que nunca o rara vez pierde horas de sueño por estar conectados es de 18.18%, los que afirman que a veces 27,27%
- En términos semejantes todos los grupos piensan en internet cuando no están conectados sobre todo a veces y con frecuencia, principalmente los universitarios, y también a veces con frecuencia y muy a menudo solo unos minutos más, y un 20,45% de los universitarios se lo dicen siempre.

Tabla nº 5.*No conseguir reducir tiempo de conexión*

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	10	22,73	18	40,91	14	31,82	42	31,81
A veces	12	27,28	15	34,09	18	40,91	45	34,10
Con frecuencia	13	29,54	6	13,64	6	13,64	25	18,94
Muy a menudo	9	20,45	5	11,36	5	11,36	19	14,40
Siempre	0	0	0	0	1	2,27	1	0,75
TOTAL	44	100	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- Los grupos tienen dificultad para reducir el tiempo de conexión, principalmente los estudiantes de bachiller y F.P (40%) y los universitarios (31,82%) si bien también logran reducirlo a veces y en menor proporción con frecuencia. Cuando

se trata de ocultar el tiempo de conexión una parte importante tiende a hacerlo sobre todo a veces y el 20,45% de la ESO con frecuencia,

Tabla n° 6.

Preferir estar conectado a salir con amigos

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	19	43,19%	21	47,73	35	79,55	75	56,82
A veces	18	40,91	17	38,64	4	9,09	39	29,55
Con frecuencia	4	9,09	6	13,63	5	11,37	15	11,37
Muy a menudo	1	2,27	0	0	0	0	1	0,75
Siempre	2	4,54	0	0	0	0	2	1,51
TOTAL	44	100%	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- En general el 56,82% nunca prefieren estar conectados a salir con los amigos sobre todo los universitarios, pero en menor proporción si lo prefieren a veces y con frecuencia los estudiantes de la ESO y Bachiller y siempre y muy a menudo una pequeña proporción de la ESO.

Tabla n° 7.

Sentirse nervioso si no está conectado

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	18	45%	20	45,46	25	56,82	63	49,22
A veces	12	30%	15	34,19	11	25	38	29,69
Con frecuencia	3	7,5%	6	13,63	7	15,91	16	12,50
Muy a menudo	4	10%	3	6,81	1	2,27	8	6,25
Siempre	3	7,5%	0	0	0	0	3	2,34
TOTAL	40	100%	44	100	44	100	132	100

Elaboración propia

- En términos generales y en la mayor proporción (49,22%) los estudiantes dicen no sentirse nerviosos cuando no están conectados pero si lo están a veces y con frecuencia sobre todo los estudiantes de Bachiller y F.P. con representaciones menores todos lo están muy a menudo y siempre un 7,5% del Bachiller.

3.2.- Adicción al videojuego, juego online y móvil

Las respuestas en este caso miden la necesidad de estar continuamente cerca, la intensidad de uso, independientemente del medio utilizado; se especifica la relación con los Videojuego, juego online y móvil. El uso abusivo de estos medios aparece como un problema emergente relacionado con el desarrollo de la tecnología y su accesibilidad masiva. Las cuestiones planteadas, especifican en cada caso dificultades y consecuencias tales como necesidad de invertir cada vez más tiempo, estar pendiente, mentir, irritarse, intentos fallidos de abandono, dedicación como forma de evasión, deterioro de las relaciones, arriesgar el trabajo y en el caso del juego la comisión de actos ilegales. Tener presente que el número de respuestas en el caso de los videojuegos y de los juegos online disminuye al haber respondido solo la parte más implicada en total 77 respuestas para los videojuegos y 20 para los juegos online con dinero.

3.2.1.- Videojuegos

Los hallazgos lustran sobre el condicionamiento que puede suponer su uso, las probabilidades del mal uso, los comportamientos reactivos de defensa, ocultamiento o evasión, o las derivaciones en los compromisos y relaciones personales.

Tabla nº 8.

Necesidad de invertir cada vez más tiempo en videojuegos

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	12	36,37	7	29,17	8	40	27	35,07
A veces	10	30,30	4	16,67	10	50	24	31,17
Con frecuencia	5	15,15	10	41,66	2	10	17	22,08
Muy a menudo	5	15,15	3	12	0	0	8	10,39
Siempre	1	3,03	0	0	0	0	1	1,29
TOTAL	33	100	24	100	20	100	77	100

Elaboración propia

- Con relación a los *videojuegos* son los estudiantes de la ESO los que más respuestas acumulan y los que tienen presencia en todos los rangos: Bachiller y F.P los que con frecuencias necesitan invertir más tiempo, las opciones más

elegidas corresponden con no nada, sí algo y sí bastante, universitarios está ausente en sí mucho y muchísimo, y Bachiller en sí muchísimo. Un 28,58% confiesan que nunca o muy rara vez están pendientes de los videojuegos, si bien por grupos es el grupo de la ESO el que registra mayor porcentaje, el resto están pendiente los estudiantes de la ESO sí algo y sí mucho, Bachiller y F.P. a veces, con frecuencia y muy a menudo y los universitarios a veces y con frecuencia. ESO y Universitarios registran valores mínimos en siempre.

Tabla nº9.

Mentir por los videojuegos

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	13	41,94	9	37,5	7	35	29	38,67
A veces	10	31,26	5	20,83	10	50	25	33,33
Con frecuencia	4	12,90	6	25	2	10	12	16
Muy a menudo	4	12,90	4	16,67	1	5	9	12
Siempre	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTAL	31	100	24	100	20	100	75	100

Elaboración propia

- La respuestas se polariza hacia no nada y sí algo cuando se trata de recurrir a la mentira a causa de los videojuegos, aunque con algunas diferencias, en todos los grupos disminuyen las opciones sí bastante y sí mucho hasta desaparecer lo opción siempre; valores muy semejantes registra la irritabilidad por interrumpir videojuegos si bien algo más acentuada entre los estudiantes de bachiller y FP. Un 38,67% nunca o rara vez han fallado en sus intento de dejar de jugar, y un 30,67% solo alguna vez; el 30% restante tienen dificultades con frecuencia y muy a menudo más acentuados en la ESO y Bachiller.
- Con relación a las tres últimas cuestiones cabe resaltar que su utilización por evasión, aunque la mayor parte de las respuestas se sitúan en nunca rara vez y a veces sigue habiendo un grupo que acumulan un 44% que dicen utilizarlo con frecuencia y muy a menudo, la opción siempre la registran solo los universitarios. - También en relación al deterioro de las relaciones personales, sigue habiendo más de un 70% del total que indican el no deterioro nunca rara vez y a veces, pero si hay un registro de con frecuencia y a menudo en los

estudiantes de la ESO y Bachiller. El riesgo de pérdida de trabajo por jugar al videojuego también está presente en menor proporción en con frecuencia y a menudo en todos los grupos.

3.2.2.-Juego con dinero por internet

Este apartado presenta algunas connotaciones de mayor dificultad, de hecho recoge un número más reducido de respuestas, dentro de este límite siguen siendo las más numerosas las de los estudiantes de ESO. También aquí los hallazgos ilustran sobre el condicionamiento que puede suponer su uso, los comportamientos reactivos de defensa, ocultamiento o evasión, o las derivaciones en los compromisos. relaciones personales y en la posible comisión de actos ilegales a causa el juego por internet

Tabla nº10.

Necesidad cada vez más dinero para el juego en internet y sentirte satisfecho

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	2	33,34	3	30	1	25	6	30
A veces	1	16,67	2	20	1	25	4	20
Con frecuencia	2	33,33	4	40	1	25	7	35
Muy a menudo	0	0	1	10	1	25	2	10
Siempre	1	16,66	0	0	0	0	1	5
TOTAL	6	100	10	100	4	100	20	100

Elaboración propia

- Necesidad cada vez de más dinero para el juego en internet para sentirse satisfecho un 50% se sitúan en bastante, nunca rara vez y a veces, el resto se distribuye entre con frecuencia que afecta más a los estudiantes de Bachiller y la ESO y aunque con representaciones menor muy a menudo lo registran universitarios y Bachiller, mientras que la opción siempre solo en la ESO. - Aunque todos están muy pendientes con frecuencia es la opción más registrada por los estudiantes de la ESO, muy a menudo por los estudiantes de Bachiller y siempre por los universitarios.
- Aunque todos los grupos recurren a la mentira los universitarios lo hacen siempre y sobre todo con frecuencia los estudiantes de la ESO. a veces y muy a menudo

en bachiller a veces y con frecuencia, ninguno confiesa hacerlo siempre. Se enfadan menos los universitarios solo a veces y con frecuencia, ESO solo muy a menudo y siempre y Bachiller en todos los rangos - La tentativa de dejar el juego aparece con poca representación en a veces y con frecuencia, la mayor valoración es nunca y la menor siempre. Jugar por evasión encuentra la negativa del mayor número de respuestas prioritariamente de los universitarios, que además al igual que Bachiller acumulan otro 50% en a veces y con frecuencia, ESO se distribuye entre a veces, con frecuencia y siempre.

- Todos los grupos en una proporción comprensiva del 60% registran deterioro de las relaciones a causa del juego que afecta principalmente a veces y siempre a Bachiller, y con frecuencia a los universitarios. Solamente un 15% del conjunto de respuestas acumuladas entre ESO y Bachiller, indican no haber cometido actos ilegales nunca o rara vez- Los universitarios los han cometido a veces y muy a menudo, Bachiller en todos los rangos sobre todo a veces, y ESO a veces y con frecuencia,

3.2.3.- Móvil

Aparentemente las respuestas han recuperado el nivel de mayor normalidad, los estudiantes no han tenido dificultad en responder, más bien parece que desearan poder hacerlo.

Tabla nº .11.

Necesitas invertir cada vez más tiempo con el móvil para sentirte satisfecho

N. USO	ESO		Bachiller y F.P.		F.P. Superior/Univ		Global	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nunca o rara vez	8	18,61	12	27,28	16	36,37	36	27,49
A veces	23	53,48	17	38,65	21	47,73	61	46,56
Con frecuencia	8	18,61	7	15,90	6	13,63	21	16,03
Muy a menudo	4	9,30	7	15,90	1	2,27	12	9,16
Siempre	0	0	1	2,27	0	0	1	0,76
TOTAL	43	100	44	100	44	100	131	100

Elaboración propia

- Necesitas invertir cada vez más tiempo con el móvil para sentirte satisfecho la respuesta mayoritaria para todos los grupos es a veces seguida de nunca o rara

vez, con bastante distancia se registra con frecuencia y muy a menudo, permaneciendo un registro de siempre en Bachiller. La opción nunca o rara vez registra una notable disminución; en gran parte reconocen estar pendientes del móvil a veces, con frecuencia y muy a menudo todos los grupos - mentiras para ocultar el uso del móvil más de la mitad de los encuestados afirma no recurrir a la mentira para ocultar el uso del móvil, siguiendo un orden decreciente si recurren a veces todos los grupos, sobre todo el de la ESO, y con frecuencia. Muy a menudo ESO y Bachiller y siempre solo Bachiller.

- Sentimiento de irritabilidad - en su rango de a veces es el que aparece con mayor intensidad resaltan sobre todo en los universitarios, seguido de con frecuencia donde resalta Bachiller y F.P. y muy a menudo más preferido por ESO la opción siempre con valores mínimos esta presente solo en ESO y Bachiller - intentos fallidos de interrumpir - todos lo han intentado los más están recogidos en nunca o rara vez, siguiendo el orden decreciente para a veces, con frecuencia y con notable disminución para muy a menudo y siempre esta opción no se registra en universitarios - uso del móvil como forma de evasión tiene una valoración aproximada al 30% que se afirman nunca o rara vez lo que deja un espacio mayor para la realidad del uso como evasión que presenta su máxima expresión en a veces y con frecuencia, aunque con porcentajes mínimos está también presente la evasión muy a menudo sobre todo en Bachiller, y siempre.
- *deterioro de las relaciones* a causa del móvil la percepción de los adolescentes y jóvenes respecto al deterioro de las relaciones es prácticamente nula en el 64,12% de las respuestas, cobrando mayor relieve el grupo de universitarios que representen dentro de su grupo el 72,73%, el deterioro continúa en orden decreciente en todos los rasgos, no registrándose ninguna percepción en siempre. - arriesgar trabajo por el móvil, podría decirse que en una proporción grande no pero hay un 30% aproximado que lo arriesgan a veces y con frecuencia y casi un 5% que lo arriesgan muy a menudo y siempre.

4.- A modo de conclusión

La mirada global permite advertir que los adolescentes y jóvenes leoneses presentan una realidad en muchos aspectos coincidente con las líneas de tendencia de los estudios realizados en otros contextos. Las Tecnologías y el uso que de ellas se hace, proporcionan una amplia oferta de aplicaciones que destacan por su variedad, atractivo e interés, y facilitan nuestra vida diaria. Sin embargo, los datos se hacen eco de algunos de los problemas, ya manifiestos, que puede generar y de hecho genera su uso excesivo e inadecuado.

Al proporcionarnos la información a través de las conversaciones directas "cara a cara" adolescentes y jóvenes nos han permitido entrar en sus vidas e introducirnos 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 y en ocasiones les envuelven y les atrapan, proporcionando pistas que, desde su experiencia, ayuden a promover un uso adecuado, competente, satisfactorio y responsable.

Cada uno de los grupos apuntan en diversos aspectos el mayor y/o menor relieve que tienen los hábitos de descanso y de consumos en su estilo de vida, Los consumos no están ausentes de las vidas de los adolescentes y jóvenes aunque tengan mayor presencia entre los estudiantes de Bachiller y F.P y los estudios universitarios. El protagonismo en el uso de los distintos dispositivos y sus aplicaciones, también tiene matices distintos en los grupos de edad pero igualmente salvo pocas excepciones la tendencia al exceso y el incremento de comportamientos consecuentes afecta a todos los grupos. Videojuegos tiene mayor interés para los estudiantes de Bachiller, los juegos online con dinero en los universitarios y el móvil en todos los grupos apareciendo con fuerza entre los estudiantes de la ESO.

Desde este ángulo el teléfono móvil, los 'smartphones', por su proximidad y por la multiplicación de funciones y aplicaciones que soporta se ha convertido en una herramienta de gran importancia y utilidad en la vida de cada día, ejerciendo un gran atractivo entre los jóvenes y adolescentes ya que en ellos cobra relieve la impulsividad y la búsqueda de nuevas sensaciones. Si se tiene presente que la edad de inicio del uso del móvil está relacionada con el riesgo de hacer un uso

problemático, cuanto más temprana la adquisición, mayor es el riesgo. Por ello es responsabilidad de todos, individuos y colectivos entre los que se incluyen familias y educadores, prestar atención para mantener un uso adecuado y fomentar una práctica óptima en función de prevenir comportamientos que a la larga pueden ser, potencialmente adictivos, si aparecen refuerzos fisiológicos y psicológicos que fomenten la repetición

Un punto de atención con relación al uso de las TIC especialmente de parte de los menores es la necesidad de controlar los contenidos de acceso y fomentar que el uso de estos dispositivos se haga en compañía de adultos, y en espacios comunes.

La experiencia de las actividades de prevención desarrollada, en los talleres realizados con los jóvenes, familias y educadores, teniendo presente los datos del estudio, pone en evidencia la importancia de iniciativas y pautas que refuercen y promuevan un uso responsable. Desde este ángulo cobran valor los hábitos de vida saludable que incluyen el descanso, el ejercicio físico, la alimentación variada, las relaciones humanas con familiares, amigos, compañeros.

5.- Bibliografía

- 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'sLifeSatisfactionScale (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) (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)
- 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., Parra, Á. y Sánchez-Queija, I. (2008). Consumo de sustancias durante la adolescencia: trayectorias evolutivas y consecuencias para el ajuste psicológico. *International Journal of Clinical and HealthPsychology*, 8(1), 153-169.
- 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
- Ruiz-Palmero, J., Sánchez, 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
- 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
- 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>

Cibercouts. 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>