

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**La Influencia de la Tecnología y las Redes Sociales en los adolescentes de 18 a 22 años
de edad de la Universidad San Francisco de Quito**

Proyecto de investigación

Pedro Alejandro Freire Guffanti

Licenciatura en Psicología

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciado en Psicología

Quito, 25 de mayo del 2018

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

La Influencia de la Tecnología y las Redes Sociales en los adolescentes de 18 a 22 años de edad de la Universidad San Francisco de Quito

Pedro Alejandro Freire Guffanti

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Ana María Viteri, PHD.

Firma del profesor

Quito, 25 de mayo del 2018

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Pedro Alejandro Freire Guffanti

Código: 00123237

Cédula de Identidad: 1720029766

Lugar y fecha: Quito, 25 de mayo del 2018

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	6
ABSTRACT	7
INTRODUCCIÓN	8
ANTECEDENTES	10
EL PROBLEMA.....	11
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	12
PROPÓSITO DEL ESTUDIO	12
SIGNIFICADO DEL ESTUDIO	12
REVISIÓN DE LA LITERATURA	14
FUENTES DE INVESTIGACIÓN.....	14
FORMATO DE LA REVISIÓN DE LITERATURA.....	14
DESARROLLO DE LOS ADOLESCENTES.....	14
LA TECNOLOGÍA.....	15
LOS RIESGOS DEL USO DE LA TECNOLOGÍA.....	16
EL CIBERACOSO Y SUS IMPLICACIONES	17
CONSECUENCIAS.....	21
METODOLOGÍA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	29
JUSTIFICACIÓN DE LA METODOLOGÍA SELECCIONADA	29
HERRAMIENTAS DE INVESTIGACIÓN UTILIZADA	30
DESCRIPCIÓN DE PARTICIPANTES.....	30
PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS.....	31
CONSIDERACIONES ÉTICAS	32

RESULTADOS ESPERADOS	33
DISCUSIÓN	34
CONCLUSIONES	35
LIMITACIONES DEL ESTUDIO	36
RECOMENDACIONES PARA FUTUROS ESTUDIOS	36
REFERENCIAS	37
ANEXO A: CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES	40
ANEXO B: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO	41
ANEXO C: HERRAMIENTAS PARA LEVANTACIÓN DE LA INFORMACIÓN	44

RESUMEN

El presente trabajo se basa en la investigación de cómo la tecnología y las redes sociales influyen en el cerebro, modulan y dirigen el comportamiento de los adolescentes de 18 a 22 años de edad de la Universidad San Francisco de Quito; para esto se tomará en cuenta el papel que toma cada una de estas herramientas tecnológicas en la vida diaria de los usuarios pertenecientes a la comunidad USFQ, hasta convertirse en elementos indispensables en su vida cotidiana. El mundo actual impulsa a la mayoría de los individuos, al uso constante de las redes sociales y de la tecnología, porque éstas brindan la oportunidad de expresarse libremente, logrando comunicar y acercar a una gran cantidad de personas en distintas partes del mundo, ayudando a encontrar información y noticias del mundo actual a tan solo un clic de distancia (Rissoan, 2016). Si bien las redes sociales y la tecnología ofrecen múltiples beneficios, estas herramientas pueden tornarse perjudiciales en el caso que se haga mal uso de ellas, ocasionando severos daños a nivel psicosocial y cognitivo, generando posible adicción a largo plazo (Becoña, 2006). El objetivo del presente trabajo es indagar desde una perspectiva psicológica y empírica, cuál es el efecto que tienen las redes sociales y la tecnología en el comportamiento de los adolescentes que pertenecen a la Universidad San Francisco de Quito, y de cómo éstos dirigen su manera de comportarse y desenvolverse dentro de la sociedad actual.

Palabras clave: Redes sociales, Tecnología, Usuario, Actualidad, Adicción Comunicación, Comportamiento, Psicología.

ABSTRACT

The present work is based on the investigation of how technology and social networks influence the brain, modulate and direct the behavior of the adolescents on the age between 18 and 22 years old at the San Francisco University; for making this study possible, it will be studied the role that each of these technological tools take in the daily life of the users of the USFQ community, until becoming indispensable elements in their daily life's. The current world encourages the majority of individuals, to the use of these social networks and technology because they provide the opportunity to express themselves freely, managing to communicate to a lot of people and reach a large number of persons in different parts of the world and helping to find information and news from the current world just a click away (Rissoan, 2016). Although social networks and technology offer multiple benefits, these tools can become harmful if they are misused, causing severe damage or generating long-term addiction in their users (Becoña, 2006). The objective of this paper is to investigate from a psychological and empirical perspective, the effects of the constant use of social networks and technology on the behavior of the adolescents that belong at San Francisco University and how these tools direct their behavior and their development in the current society.

Key words: Social network, Technology, User, Present, Communication, Behavior, Addiction, Psychology.

INTRODUCCIÓN

Dentro de las últimas dos décadas, el auge de la tecnología y las redes sociales han abierto una brecha altamente considerable para la comunicación entre las personas en diversas partes del mundo, ya que esto conforma una red mundial, la cual conecta a un sinnúmero de comunidades, organizaciones y personas, a pesar de que se encuentren a miles de kilómetros de distancia (Rissoan, 2016). Si bien la tecnología y las redes sociales brindan múltiples beneficios, éstos se pueden tornar perjudiciales gracias al gran alcance que tienen y al libre y al fácil acceso que tienen la mayoría de las personas hoy en día, convirtiendo a estas herramientas en posibles medios que generan adicción y fluctuaciones en el comportamiento de las personas, tornando más endeble a las generaciones más jóvenes (De Diego, 2014).

Los riesgos del uso constante de la tecnología y de las redes sociales pueden ser bidireccionales, ya que las comunidades adolescentes llegan a ser proclives a ser víctimas de acoso virtual o mejor conocido en la actualidad como ciberacoso, timos o amenazas, debido a su ingenuidad (Matalí., & Alda, 2008). Los jóvenes también son propensos a usar estas herramientas de manera errónea, pudiendo llegar a ocasionar desórdenes en su desenvolvimiento natural, aislándose de la sociedad y generando un posible deterioro significativo en sus habilidades sociales (Foucault, 2014). Además, se ha comprobado que el uso excesivo de estos medios ocasiona conductas adictivas, al punto de demostrar un deterioro cognitivo similar al de las personas adictas a las drogas (Carbonell, 2014).

Es imperativo y no sólo en el contexto ecuatoriano, conocer cuáles son los riesgos de abusar tanto de las redes sociales como de la tecnología hoy en día, no solo por los daños que esto podría ocasionar a largo plazo en el comportamiento de los adolescentes de la Universidad San Francisco de Quito, sino también porque es importante eludir a las futuras generaciones para que tengan medidas preventivas al momento de usar estas herramientas a

pesar de su gran riqueza y utilidad que le otorgamos la mayoría de las personas en el contexto moderno que vivimos (Requesens., & Echeburúa, 2012).

El objetivo inherente del presente estudio será el de demostrar cuáles son los daños que ocasiona una exposición excesiva y prolongada a la tecnología y a las redes sociales, y de cómo esto puede ocasionar daños significativos en el normal funcionamiento y en el desarrollo psicosocial de los adolescentes de 18 a 22 años, que residen en el Ecuador y que pertenecen a la comunidad USFQ.

A continuación, durante este ensayo, se analizarán los efectos que ocasionan las redes sociales y la tecnología, para poder determinar cuáles son los comportamientos perjudiciales que éstos ocasionan en los adolescentes ecuatorianos de 18 a 22 años de edad que pertenecen a la Universidad San Francisco de Quito.

Antecedentes

El auge del uso constante y excesivo de la tecnología y las redes sociales se remonta al año 1995, cuando nació en Harvard, la plataforma universitaria que conectaba personas pertenecientes a distintas universidades o comunidades entre sí (Puyol, 2013). Dentro de la web, existen distintas redes sociales que han surgido antes de la creación de Facebook, pero han fracasado o se han mantenido un periodo relativamente corto de tiempo, como es el caso de *Friendster*, *Hi5* o *MySpace*; estas redes sociales han fallado causa de una mala administración de recursos o una poca inversión publicitaria. Sin embargo, Facebook se diferenció a causa de su gran rango de aceptación, ya que admitía en su tiempo, a alumnos pertenecientes a distintas universidades y contaba con fuertes armas publicitarias como juegos virales o el conocido "boca a boca" (Soto, 2017). Es así, que para el año 2005, Facebook ya era considerado un producto exitoso con la presencia de más de 500 universidades estadounidenses y más de dos 2 millones de usuarios que se unieron a esta red que prometía exclusividad. Las empresas también vieron en esta herramienta, una oportunidad factible para anunciar, promocionar y acercarse a un público con capacidad de gasto y consumo masivo (Rissoan, 2016). Y ya para el año 2006, Facebook se habría convertido en un servicio abierto para todo el público y desde ese momento, marcó la historia del inicio de las redes sociales en el mundo, alcanzando los 10 millones de miembros. En el año 2008, esta red social alcanza el ranking número uno en el mundo, contando con más de 600 millones de miembros. Facebook ha logrado tanto alcance, que hoy en día es el modelo más exitoso de una red social, y es prácticamente imposible no mencionarla al momento de hablar de tecnología y de redes sociales, ya que este modelo presenta una visión de crecimiento horizontal que está conectado a otros servicios que puede ofrecer la web (Soto, 2017).

Resulta tan impactante el auge que ha despertado la tecnología y las redes sociales, que en los últimos años han salido al mercado múltiples redes que permiten la interacción activa entre las personas; dentro de las redes sociales recientes más famosas se encuentran: *Facebook, Instagram, WhatsApp, Snapchat, Twitter, Tumblr, entre otros* (Carbonell, 2014). El desarrollo que ha tenido las redes sociales ha sido impresionante dentro de los últimos años, su historia se encuentra todavía en una fase incipiente y aun así ha logrado un impacto mundial, cambiando por completo la manera en la que las personas se relacionan, otorgando la facilidad de una comunicación inmediata tanto en ámbitos personales como en ámbitos laborales, a pesar de la distancia en la que se encuentren sus usuarios (Morduchowicz, 2012).

A lo largo de las últimas décadas, la tecnología y las redes sociales empezaron a incrementar su frecuencia de uso en múltiples usuarios, tornándose en un elemento fundamental en su día a día, razón por lo que hoy en día muchos individuos no podrían imaginar cómo sería una vida sin dichas herramientas tecnológicas (Ríos, 2017).

Problema

Uno de los problemas que expone el presente estudio es que, hasta la actualidad, no existe cantidad de información, la cual relacione a las redes sociales y a la tecnología conjuntamente como un estilo de vida en el contexto en el que se desarrollan los adolescentes ecuatorianos de 18 a 22 años de edad de la USFQ; por esta razón, se considera imperativo analizar la relación de ambos contenidos para una correcta exploración del tema que se va analizar y tener la oportunidad de transformarlo en un solo tema que sintetice la información más importante y puntual.

El problema también radica en que la mayoría de la información se encuentra en internet; dado que no toda la información provista en el internet es fiable, es necesario

consultar bibliografía válida o libros académicos en bibliotecas, y ya que este tema es contemporáneo, lamentablemente no existe una amplia gama de libros que tengan información acerca de la tecnología y de las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los adolescentes ecuatorianos de 18 a 22 años de edad (Soto, 2017).

Pregunta(s) de Investigación

Se ha planteado la siguiente pregunta de investigación para el presente trabajo:

1. ¿Cómo y hasta qué punto la influencia de la tecnología y las redes sociales ocasionan cambios negativos en el comportamiento de los adolescentes de 18 a 22 años de edad que pertenecen a la Universidad San Francisco de Quito?

Propósito del Estudio

El propósito del presente estudio es investigar y dar a conocer cuáles son las repercusiones negativas del uso excesivo y constante tanto de la tecnología como de las redes sociales en los adolescentes de 18 a 22 años de edad que pertenecen a la Universidad San Francisco de Quito, para tener la posibilidad de prevenir a futuras generaciones de que estas herramientas tecnológicas modulen negativamente su comportamiento y generen adicción o dependencia nociva.

El significado del estudio

En la actualidad, la cantidad de publicaciones académicas acerca de este tema en el Ecuador son escasas, razón por la que el presente estudio resulta muy importante; la tecnología y las redes sociales se apoderan cada vez más de la vida de las personas, disminuyendo la interacción activa frente a frente y afectando considerablemente el

desarrollo de las habilidades sociales; este texto se centra específicamente en los adolescentes ecuatorianos que pertenecen a la Universidad San Francisco de Quito, ya que son la población más propensa a usar constantemente estas herramientas hasta el punto de no interactuar con las demás personas, dañando su adecuado desarrollo dentro de la sociedad, tendiendo a aislarse y estableciendo una posible adicción nociva hacia estos medios. Es por esto, que resulta imperativo alarmar a las presentes y a las futuras generaciones de adolescentes ecuatorianos, acerca del riesgo de abusar de estas herramientas, para tener la posibilidad de aumentar la calidad de interacción entre estos individuos y para evitar posibles fluctuaciones negativas en sus comportamientos como tal.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

Fuentes de investigación

La información que se utilizará en el presente estudio serán principalmente libros que se encuentren enfocados en el tema principal a tratar. La información provista provendrá de libros académicos y publicaciones de revistas científicas. Para el acceso a esta información, se utilizarán palabras clave como: tecnología y adolescentes, redes sociales y el mundo moderno, influencia negativa de la tecnología y redes sociales, ciberacoso, entre otros.

Formato de la revisión de la literatura

La revisión de literatura será revisada por temas, empezando por el más amplio hasta el tema más específico, relacionado con el tema a tratar del presente proyecto de investigación. A continuación, se analizará la literatura relacionada con la influencia de las redes sociales y la tecnología en adolescentes, para poder relacionarlo en un contexto ecuatoriano que pueda representar a los adolescentes de 18-22 años de edad que pertenecen a la USFQ.

El desarrollo de los adolescentes

A lo largo de la serie de transiciones que atraviesan los adolescentes, estos individuos se pueden ver afectados por múltiples cambios; estos pueden ser a nivel físico, a nivel social y a nivel emocional. En el ámbito emocional y en el ámbito social, el adolescente comienza por descubrirse y procede a desarrollar su propia personalidad, empezando a gestionar y expresar sus propias opiniones (Herrero, 2011).

Las redes sociales son espacios en los que, conocer gente, relacionarse y subir fotos, están desempeñando un rol tan significativo, como el de las propias instituciones educativas en cuanto al desarrollo de la identidad de la mayoría de los adolescentes (Blos, 2011). La identidad del adolescente se define y se desarrolla en relación a sus pares; el establecimiento de semejanzas, la comparación constante y las diferencias con los demás adolescentes, juegan

un papel imperativo y fundamental en su proceso de adquisición de una identidad; por consiguiente, su nivel de integración, aceptación y éxito en las relaciones interpersonales se determinan dentro de su grupo etario. (Castells & Silber, 2006). Los cambios pueden llegar a ser súbitos y en ocasiones, pueden provocar graves fluctuaciones en el comportamiento de los adolescentes (Blos, 2011), a medida que los adolescentes se desarrollan en su medio, buscan la aceptación de sus pares y la integración a diversos grupos que les hagan sentirse a gusto con ellos mismos y a su vez, con el resto de la sociedad y en el contexto en el que viven (Eli, & Jensen, 2015).

La tecnología y el internet facilitan sustancialmente la vida diaria de los adolescentes debido a que, en su mayoría, estos individuos necesitan sentirse estimulados por medio de situaciones que incrementen su seguridad para sentirse valorados y aceptados por sus pares (Blos, 2011).

La Tecnología

La tecnología ha aportado sustanciales beneficios a toda la humanidad desde su aparición, ya que su rol principal es generar herramientas útiles que ayuden al ahorro del tiempo y la disminución del esfuerzo de trabajo (Rogers, 2017). La tecnología ocupa un papel imperativo dentro del entorno social de la mayoría de las personas, ya que gracias a ésta podemos comunicarnos de manera fácil e inmediata.

De manera que la introducción de la tecnología reemplaza y modifica las funciones humanas, cuando estos cambios se tornan globales pueden llegar a modificar las relaciones entre las personas, generando un nuevo orden social (Raynaud, 2018). Tanto la tecnología como las redes sociales, se encuentran presentes en la mayoría de los ámbitos del día a día, ya sea en el ámbito, cultural, social, entre otros; los cuales constituyen un elemento fundamental del funcionamiento de la vida cotidiana de la mayoría de todas las personas. La adolescencia comprende una etapa en la que amerita presentar atención especial a los adolescentes con

respecto a sus relaciones interpersonales, en especial porque esta comunidad es en extremo sensible al momento presente en el que se encuentran, y al entorno social en el que viven (Labrador, 2009).

Riesgos del uso de la tecnología

Las estafas de naturaleza cibernética se consideran organismos vivos, debido a que tienen la capacidad de adaptarse a diferentes entornos de manera relativamente rápida; en la actualidad, es muy común que se haga uso de las redes sociales más utilizadas para que la expansión de la estafa llegue a ser masiva, siendo los adolescentes el objetivo más fácil de manipular (Morduchowicz, 2012).

Los riesgos y peligros que abarcan esta clase de engaños pueden conllevar serias consecuencias en la vida de la persona perpetrada, como robo de dinero, robo de identidad, o el abusador podría hacer uso de las cuentas personales de la víctima con fines delictivos; por ejemplo, *Phishing* es un término que hace referencia a una serie de engaños ejecutados por un ciberdelincuente hacia otro individuo, relegando la identidad corporativa de una compañía legítima con el único fin de recabar información confidencial (Foelsch, 2015). Por consiguiente, resulta necesario que la sociedad ecuatoriana, entizado en la población adolescente, se concientice acerca de los verdaderos peligros que rondan el internet y reconocer que las medidas de protección para timos, amenazas o acoso en la web, son escasas y resultan aún más peligrosas cuando hay menores de edad involucrados, debido a su ingenuidad (Matalí & Alda, 2008).

Es importante también considerar que las contingencias que conlleva el ciberacoso no son únicamente dañinas para la víctima, sino que el propio perpetrador puede correr el riesgo de entrar en una especie de círculo vicioso, deteriorando la calidad de su vida debido a que la dinámica de la agresión puede generar conductas crónicas nocivas, transgrediendo en contra de los valores que los constituyen como seres humanos, ocasionando considerables

fluctuaciones en su personalidad, reflejándose como posibles desconexiones a nivel moral, conjuntamente con un alto índice de falta de empatía, desarrollo de comportamientos antisociales, absentismo escolar, conductas delictivas y un potencial consumo excesivo de sustancias como el alcohol y/o las drogas (Rissoan, 2016).

Son por todas estas razones, por las cuales se considera que un adecuado apoyo familiar y un fuerte apoyo social, el cual pueda recibir una persona que ha sido víctima o que ha sido perpetrador de ciberacoso, son la principal salida a este problema (Foelsch, 2015). Para que esto sea posible, es necesario promover la comunicación, el apoyo mutuo y la expresión de los sentimientos para que el adolescente en cuestión, se sienta en capacidad de acudir a pedir ayuda cuando se presenten problemas de esta índole y frenar este fenómeno a tiempo antes de que las consecuencias se tornen irreversibles e incontrolables (Soto, 2017).

El ciberacoso y sus implicaciones

Al momento en que se crea una cuenta de usuario y las personas viven la experiencia de exponerse en la red, muchos de estos individuos generalmente cuentan con un perfil en donde comparten fotos, videos, historias, publicaciones donde tienen la posibilidad de expresarse libremente, contar experiencias, pensamientos, ideas y también tienen la oportunidad de crear amigos virtuales o generar seguidores alrededor de todo el mundo para compartir vivencias o aspectos muy personales de sus vidas (Morduchowicz, 2012).

Si bien la tecnología y las redes sociales brindan la oportunidad de generar lazos y mantener conectadas a las personas, esto puede convertirse en un arma de doble filo (Foelsch, 2015). Se ha logrado comprobar que en su mayoría, el comportamiento de los adolescentes a través de las redes sociales suelen ser muy distintos a cómo estos mismos individuos se comportarían frente a frente con las mismas personas; esto es conocido como *el efecto de desinhibición*, fenómeno en el que las personas suelen ser empáticas y generosas con usuarios con los cuales son cercanos y con los que se identifican, pero si son personas extrañas o

celebridades, muchos adolescentes tienden a criticarlos fuertemente (Gutman, 2016). Por consiguiente, es posible denotar que en ocasiones las redes sociales dirigen de manera negativa el comportamiento de los adolescentes, hasta tal punto que atacan deliberadamente a otros individuos, ya sea por sentimientos de envidia, rencor o para sentirse importantes imponiendo su fuerte punto de vista (Solé, 2009).

Este despliegue de comportamientos dentro del ciberespacio es conocido como *ciberacoso*, una costumbre adoptada mayormente por los jóvenes, el cual tiene como finalidad ejercer el poder de expresión contra quienes no pueden defenderse (Morduchowicz, 2012). Es muy común que los cyber agresores seleccionen como víctimas a personas que ya han sido victimizadas en entornos físicos, por lo que esto se llega a convertir en un precedente y, por consiguiente, constituye un importante factor de riesgo que hay que considerar cuando se habla de ciberacoso (Rissoan, 2016).

Debido al gran alcance, masificación y difusión del internet, se puede atribuir ciberacoso prácticamente en todos los ámbitos en los que una persona joven se desenvuelve en su día a día; existen tres tipos de ciberacoso: El primer tipo de ciberacoso es *académico*, este tipo de agresión surge durante la etapa de formación adolescente llegando hasta la universidad; el segundo tipo de ciberacoso es *profesional*, este tipo se desenvuelve principalmente en el ámbito laboral, ya que la mayoría de empresas cuentan con página web y generalmente las personas trabajan en ordenadores que están conectados a internet. El tercer tipo de ciberacoso es de tipo *social y amoroso*, y, de la misma manera que el tipo académico, los miembros más activos resultan ser los adolescentes, debido a su gran inmersión en las redes sociales en la actualidad (Marco., & Choliz, 2012). Los usuarios de estas herramientas tecnológicas, se encuentran deliberada o indeliberadamente expuestos a todo el despliegue de información que abarca la web, razón por la que una comunidad con un criterio que no se encuentra en su totalidad formado, como en el caso de los adolescentes, se

tornan proclives a ser víctimas de acoso, timos y/o amenazas por parte de terceros (Solé, 2009).

Las estadísticas demuestran que en países como Estados Unidos y en el continente asiático, prevalecen cifras más altas de ciberacoso con un porcentaje aproximado de 55%, Europa y Canadá alcanzan un 25%, mientras que Sudamérica representa un porcentaje de 22% (Rissoan, 2016). Por consiguiente, es posible denotar que Ecuador entra en la tercera categoría con el menor porcentaje percibido, razón por la que resulta imperativo prevenir que este porcentaje siga en aumento y en vez, disminuya paulatinamente porque a modo general, entre un 40% a un 55% de los adolescentes se encuentran implicados en algún tipo de ciberacoso, ya sea en rol de víctima, de perpetrador o de espectador. Las agresiones más comunes que conlleva el ciberacoso son las agresiones de tipo verbal, que representan un porcentaje aproximado de 52,1%, las amenazas en línea representan un porcentaje del 22,3% y la difusión de videos o fotografías comprometedoras alcanzan el 20,2%; los dispositivos más utilizados para publicar y entrar a la red son teléfonos móviles en un 93,4%, mientras que las tabletas y los ordenadores representan un 9,9%. Uno de los principales problemas del ciberacoso es que aproximadamente el 75% los adolescentes generalmente no lo denuncian, ya sea por vergüenza o por intimidación infringida por el acosador virtual a través de sus amenazas (Soto, 2017).

Ejemplos claros de agresiones en la red pueden ser las fotografías y/o videos publicados sin el consentimiento de la persona implicada con el propósito de chantajearla o humillarla, y en algunos casos, se puede generar una *sextorsión* por parte del perpetrador, acción en la que se coacciona a la víctima a cambio de no extender o publicar fotografías o videos de índole sexual (Requesens & Echeburúa, 2012). Otro tipo de agresión que conlleva el ciberacoso es la usurpación de la personalidad, en donde el abusador suplanta la identidad de la víctima, con el fin de usar el ciberespacio para amenazar o molestar a los amigos o

familiares de ésta; la exclusión también resulta un tipo de agresión, al momento en que el victimario relega intencionadamente al individuo abusado de un grupo en específico, posiblemente aislándolo de su grupo etario como tal (Del Rey, Elipe & Ortega-Ruiz, 2012).

El anonimato, la adopción de posibles roles imaginarios en la red y la no percepción inmediata y directa del daño causado, convierten al ciberacoso en un grave problema, ya que la omnipresencia y la difusión instantánea del internet ocasiona que el ciberacoso llegue a ser más traumático que el acoso de tipo físico, debido a que no es necesario la proximidad física por parte del abusador con la víctima para ocasionar daño; por lo tanto, el ciberacoso constituye un subtipo de violencia psicológica directa, la cual se puede perpetrar en cualquier lugar y momento, sin la necesidad de que el acosador o la víctima coincidan en tiempo y en espacio, tornándolo en una amenaza inminente y de alto riesgo para la mayoría de los adolescentes hoy en día (Rissoan, 2016).

Previamente se consideraba al acoso como una manifestación de violencia; sin embargo, lo que antes sopesaba como un tipo de agresión, se ha llegado a convertir en una auténtica tortura para sus víctimas, ya que las nuevas tecnologías ocasionan que ningún individuo afectado pueda librarse en ningún momento del ciberacoso, lo que se convierte en un conjunto de amenazas, intimidaciones y burlas durante las 24 horas del día, infringiendo en sus víctimas constantes sentimientos intensos de estrés, ansiedad, humillación, ira, depresión, pérdida de confianza en sí mismos, impotencia, e incluso en ocasiones, puede abarcar consecuencias catastróficas como el suicidio (Soto, 2017). Los adolescentes víctimas de ciberacoso generalmente perciben menos apoyo social, lo que a la larga dificulta su vinculación afectiva con las demás personas, inhibiendo su adecuado y normal desarrollo dentro de la sociedad, ocasionando posibles patologías dentro de su personalidad y/o de su estado anímico (Del Rey, Elipe & Ortega-Ruiz, 2012).

Consecuencias

Se ha logrado determinar que tanto las redes sociales como la tecnología, establecen posibles patrones de comportamiento que tienden a aislar a los adolescentes del medio en el que viven; aunque pueda parecer que la tecnología y las redes sociales representan una amplia gama de oportunidades para llenar el vacío social, existen algunas contradicciones significativas (Marco & Choliz, 2012). Por ejemplo, se ha constatado que el consumo excesivo de los medios sociales tiende a desplazar las experiencias sociales significativas más auténticas entre los individuos más jóvenes, ya que mientras una persona se encuentra "conectada" la mayor parte de su tiempo, esto significa que tendrá menos disponibilidad para las interacciones en el mundo real (Foucault, 2014). Asimismo, muchos adolescentes pueden llegar a sentirse excluidos dentro de la misma red, al ver fotos de amigos que se divierten en un evento al que posiblemente no fueron invitados, provocando sentimientos de inadecuación, envidia y la creencia distorsionada de que otras personas llevan vidas más exitosas y más felices (Morduchowicz, 2012).

Dentro del presente horizonte moderno, el uso indebido tanto de la tecnología como de las redes sociales, ha ocasionado un impactante cambio dentro de nuestra sociedad actual, ya que no es extraño hoy en día caminar por la calle y notar a la mayoría de personas concentradas y pendientes de sus teléfonos móviles; accidentes como atropellos, choques automovilísticos, tropiezos, son algunas de las consecuencias más comunes del mal uso de estas herramientas, derivaciones que a la larga pueden provocar aislamiento mayormente en los adolescentes, retrasando significativamente el desarrollo de sus habilidades sociales (Del Rey, Elipe & Ortega-Ruiz, 2012).

Redes sociales como *Facebook e Instagram*, donde millones de personas e incluso celebridades y modelos comparten sus vicisitudes diarias, denotan ser algo superficiales, ya que, a través de estos medios, la mayoría de los individuos tienden a presentarse como el

prospecto ideal, eligiendo y/o editando y subiendo las mejores fotos a su perfil y desplegando todos los bienes que poseen mediante su muro o historia; ver representaciones altamente idealizadas de la vida de celebridades o de compañeros, pueden generar considerables fluctuaciones en el comportamiento de los adolescentes ya que esto puede ocasionar que quienes no se encuentran en las mismas condiciones y posibilidades, se aíslen de los demás a causa de que se comparan negativamente con estos prospectos aparentemente perfectos con vidas ideales (Soto, 2017).

De acuerdo con investigaciones comprobadas empíricamente, se ha llegado a establecer que individuos que se conectan a las redes sociales por un periodo de más de dos horas diarias, indican el doble de probabilidad de aislamiento social, a diferencia de los adolescentes que gastan menos de media hora al día de su tiempo en las redes sociales (Del Rey, Elipe & Ortega-Ruiz, 2012). Se presume que cuando los adolescentes hacen uso de la tecnología y de las redes sociales, generalmente se encuentran en busca de un medio alternativo para la interacción con otras personas, debido a que no poseen una comunicación efectiva con sus padres y familiares; los adolescentes, al encontrarse inmersos en estas herramientas, tienden a dormir menos por seguir conectados a la red, lo cual les impide consumir su tiempo en otras actividades como reunirse con su grupo de amigos o el cumplimiento de sus tareas académicas, deteriorando múltiples aspectos de sus vidas como potenciales organismos funcionales de la sociedad (Rissoan, 2016).

Los jóvenes que hacen uso excesivo de las redes sociales, frecuentemente se encapsulan y tienden a perder el interés en diferentes ámbitos de sus vidas como en el ámbito académico, en el ámbito social o en el ámbito recreacional, como la realización de algún deporte; por ende, es comprensible que el rendimiento en general de estos individuos no va a resultar satisfactorio, a diferencia de los jóvenes que sí se involucran activamente en su medio, pudiendo ocasionar en el adolescente afectado, comportamientos agresivos, incluso

pudiendo llegar a romper el vínculo con sus amigos y familias (Soto, 2017). Además, se ha cotejado posibles patologías de la personalidad atribuidas al uso excesivo y frecuente de estos medios, indicando que los adolescentes que los usan de manera constante, son más predilectos a presentar comportamientos narcisistas o incluso desarrollar un desorden de esta índole, también presentan una mayor tasa de enfermedad, a diferencia de los demás usuarios y son más propensos a padecer problemas de salud en el futuro, a causa de la exposición prolongada de estos mecanismos electrónicos (Del Rey, Elipe & Ortega-Ruiz, 2012).

Las redes sociales y la tecnología también pueden representar una vía de escape riesgosa para los usuarios que padecen fobia social o que sufren de soledad, ya que esto un medio útil que les permite socializar de una manera en la que no se encuentran amenazados o intimidados a causa de la interacción frente a frente con otro; en vez, esta interacción se da a través de un dispositivo electrónico, fomentando y exacerbando su aislamiento e incitando a una falta de comunicación que va en contra la natura de la existencia humana (Foucault, 2014). Se ha constatado que al momento en que adolescentes se aíslan, no solo interrumpen la normal interacción con sus pares y con su familia, sino que también corren el riesgo de desarrollar patrones de sueño deficientes, alterando considerablemente su metabolismo; también pueden sufrir alteraciones del sistema inmunológico, corren más riesgo de sufrir infartos y presentan índices más altos de cortisol, la hormona del estrés (Rissoan, 2016).

Desde la aparición de la tecnología y las redes sociales, se ha estudiado a estos fenómenos con el objetivo de poder entender y conocer la manera en cómo estas herramientas afectan al comportamiento y a la forma en la que las personas tienden a valorarse. Los resultados obtenidos, coinciden en que el uso erróneo y excesivo de estos medios, contribuyen a un aumento significativo en la disminución del sentimiento de felicidad y aumenta la sensación de soledad, generando que las personas se aíslen a largo plazo (Soto, 2017). Este tema resulta de importancia primordial, debido a que los problemas

aislamiento social y de salud mental se encuentran en niveles epidémicos entre los adolescentes ecuatorianos hoy en día (De Diego. 2014).

Hoy en día, casi cualquier conducta normal que se considere placentera, puede ser susceptible de convertirse en un comportamiento patológicamente adictivo; los componentes que determinan si una actitud se está volviendo nociva y adictiva, son principalmente la pérdida de control y la dependencia (Olivencia & Cangas, 2003). Las adicciones se desenvuelven a ciertas sustancias o actividades las cuales poseen un fuerte dominio sobre las emociones del ser humano. Las sustancias que inciden en las emociones mediante acciones físicas se denominan *psicoactivas*; pero aun así las sustancias que no son psicoactivas fisiológicamente, pueden llegar a convertirse en conductas repetitivas y aprendidas, tal como la afición contraproducente hacia la tecnología y las redes sociales (Marco & Choliz, 2012).

Existen ciertos patrones de conducta que de tienden a convertirse en adicción, los cuales pueden intervenir en la vida cotidiana de los individuos afectados en función de la intensidad, frecuencia, la cantidad de tiempo invertido y el grado de interferencia en las relaciones interpersonales con los demás (Rodríguez, 2006). Los adolescentes resultan ser los más susceptibles a adquirir comportamientos adictivos, debido a su flexibilidad de adaptación a las nuevas tecnologías y a su relación con el mundo moderno en el que viven (Echeburúa, 1999); los *millennials*, término que se utiliza para referirse a los adolescentes del nuevo milenio, viven sus vidas a través de las redes sociales, publican constantemente sus vivencias diarias, sus pensamientos, sus ideas, sus preferencias y generan amigos virtuales y conexiones con personas alrededor de todo el mundo, razón por la que esta población se encuentra en un mayor y alarmante riesgo de adquirir conductas adictivas y nocivas que afectan su normal desarrollo social dentro de la sociedad como tal (Requesens & Echeburúa, 2012).

Cuando un comportamiento adquiere patrones de adicción a la tecnología y a las redes sociales, éstas actúan restando libertad al individuo, estrechando su campo de conciencia en el presente y restringiendo la amplitud de intereses, ocasionando posibles fluctuaciones dentro de su adecuado desenvolvimiento social (Cañas, 2015). Usualmente este tipo de comportamientos adictivos se encuentran controlados en una fase inicial, por reforzadores positivos que comprenden el aspecto placentero del acceso a estos medios; sin embargo, en ocasiones estas conductas suelen ser redirigidas por la influencia de reforzadores negativos. Por ejemplo, un individuo normal hace uso de estas redes por el placer de navegar en la red, pero una persona que ha adquirido conductas adictivas hacia estos medios, hace uso de las redes sociales y la tecnología para buscar alivio a cierto malestar emocional, ya sea nerviosismo, soledad, aburrimiento, entre otros (Balado, 2016).

Frecuentemente las redes sociales operan como un escaparate en donde se expone en su mayoría, todo lo relacionado con la felicidad y el bienestar de un individuo; comportamientos que de manera puntual no indican nada, pero si estas conductas se convierten en acciones repetitivas y aprendidas, colaboran a la creación de un personaje ficticio dentro de la red, ya que, en el fondo, la adicción a estos medios indica una necesidad emocional que no se encuentra cubierta (Gutman, 2016).

En la actualidad, la mayoría de personas comparten, publican, opinan en Facebook y se encuentran a la espera de ver qué ocurre, con el fin de buscar la aprobación de los demás usuarios, ansiando el tan deseado *"me gusta"*; esta práctica se ha incrementado tanto en los adolescentes que en el día a día, estas actitudes denotan ser tan habituales como comer o respirar, desarrollando en ellos mismos, una posible dependencia y una pérdida de control acerca del uso excesivo de estos medios (Carbonell, 2014). Se ha constatado que recibir *"me gusta"* en Facebook, ocasiona activaciones en el tallo cerebral, la corteza cerebral y en el sistema límbico (Waisman, 2018); las mismas áreas del cerebro las cuales se activan cuando

se ingieren sustancias estimulantes, cuando se gana dinero o cuando se come alimentos adictivos como el chocolate. Por el contrario, cuando no se reciben suficientes "me gusta", se ha evidenciado que produce efectos negativos en la psique del individuo y en su comportamiento, adquiriendo hábitos de frustración, similares a los sentimientos causados por la privación de una sustancia adictiva (Balado, 2016). Aproximadamente un porcentaje del 10% a un 15% de adolescentes, desarrollan comportamientos adictivos similares a la dependencia de drogas, integrando fenómenos de abstinencia, tolerancia y sensación de pérdida de control hacia estos medios; estas actitudes también se caracterizan porque pueden ser utilizadas como un medio para escapar de la realidad al igual que las drogas, involucrando serias alteraciones tanto sociales como familiares (Matalí & Alda, 2008).

Se ha logrado comprobar empíricamente que esta clase de adicciones, atacan al sistema de recompensas del cerebro inundando el circuito central con dopamina, el cual es un neurotransmisor que se localiza en regiones del cerebro que estabilizan el movimiento, la motivación, la emoción y los sentimientos de placer; una sobre estimulación de este sistema ciertamente refuerza negativamente al usuario, provocando que éste adquiera dependencia y conductas repetitivas (Waisman, 2018). Un comportamiento adictivo hacia la tecnología y a las redes sociales, comprenden un trastorno de dependencia, el cual proviene de una actividad cotidiana, que por lo general es placentera y socialmente aceptada; sin embargo, en un determinado momento esto puede convertirse en una obsesión perjudicial, alterando el normal funcionamiento del individuo, destrozando sus habilidades sociales en relación con su esfera social y familiar (Moguillansky, 2013). Tanto los cambios físicos como los cambios psicológicos que se viven durante la adolescencia, convierten a estos individuos en los seres más vulnerables a nivel emocional. Es por esta razón, por la que los adolescentes tienden a buscar en ciertos momentos, la seguridad que les falta dentro de sí mismos, en las redes

sociales y en la tecnología, hasta el punto en que desarrollan ciertas conductas patológicas (Balado, 2016).

Se ha demostrado que el abuso de la tecnología y de las redes sociales, afectan la salud física que se representa por fallas en la visión y en la postura, también afectan la salud psíquica a manera de generar obesidad, sedentarismo, ansiedad, tolerancia y abstinencia en los jóvenes (Cañas, 2015). Además de estos síntomas, los adolescentes que abusan de estos medios también pueden acarrear consecuencias como la fatiga, la cual disminuye el aforo de los individuos para la resolución efectiva de problemas y ocasiona disminución en la capacidad de atención y de memoria. Estos comportamientos no afectan únicamente las relaciones intrapersonales, sino que también deterioran el rendimiento general del adolescente en tareas concretas y reales (Requesens & Echeburúa, 2012); de tal manera que las actividades cotidianas del individuo, se encuentran irrumpidas por mensajes de texto, mails o notificaciones, provocando que estas personas entren en compulsión por leer estos avisos, y en el caso de no hacerlo, estos generan angustia e inquietud, tal como los síntomas que provoca una sustancia adictiva (Carbonell, 2014).

Los individuos que padecen de adicción a estos medios, generalmente se caracterizan como personas con baja tolerancia a la frustración, ocasionando fluctuaciones en su conducta como irritabilidad y la formulación de emociones no placenteras, las cuales intentan sustituir con el uso constante y excesivo de la tecnología y de las redes sociales, fomentando de esta manera, su dependencia y tolerancia hacia estas herramientas (Moguillansky, 2013). La dependencia hacia estos medios ocurre cuando el individuo no puede mantenerse tranquilo al no tener acceso a dispositivos electrónicos o acceso a la red; suelen descuidar sus responsabilidades, integran comportamientos agresivos y tienden a tornarse irritables, similar a los síntomas de abstinencia. Por otra parte, la tolerancia es la necesidad creciente de aumentar el tiempo que una persona se mantiene “conectado” en la red para sentirse

satisfecho, lo que ocasiona repercusiones negativas en sus vidas cotidianas (Echeburúa, 1999).

Además, se ha establecido que el cerebro de las personas que indican afición nociva a la tecnología y a las redes sociales, presentan anomalías similares a las personas adictas a sustancias tóxicas, esto ocurre debido a una considerable devaluación en el núcleo estriado y altas disminuciones de materia blanca en el cerebro. De esta manera, una persona que ya abusa de estos medios, eventualmente a largo plazo se sentirá aplacada, sin vida, deprimida e incapaz de disfrutar las cosas que antes le producían placer, entrando a la red y haciendo uso de dispositivos electrónicos con más constancia para que la función de dopamina en su cerebro regrese a la normalidad, empeorando el problema ya que forma un círculo vicioso difícil de superar (De Diego, 2014; Waisman, 2018).

La adicción a la tecnología y a las redes sociales comprenden un conjunto de conductas adictivas particularmente complejas, ya que abstenerse totalmente de su uso es prácticamente imposible; hoy en día, es posible encontrar dispositivos con conexión a internet básicamente en cualquier lugar, generando un margen de vulnerabilidad el cual ocasiona una pérdida significativa de las habilidades sociales en cuanto al intercambio personal, desembocando en un tipo de *analfabetismo relacional*, aumentando significativamente la edificación de relaciones sociales ficticias (Cañas, 2015; Becoña, 2006).

METODOLOGIA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación del presente estudio es de tipo cuantitativo; ya que, para concretar los objetivos de dicho trabajo, es importante contar con el uso de técnicas estadísticas, donde el objetivo es cuantificar los resultados del presente proyecto de investigación, con el fin de obtener un análisis exacto y puntual de los resultados obtenidos. Se ha seleccionado un diseño de investigación cuantitativo, debido a que éste analiza y predice la conducta de la población objeto, en este caso los adolescentes de 18 a 22 años de edad de la Universidad San Francisco de Quito, basándose en una metodología que se centra en indagar la relación entre causa y efecto, orientándose directamente hacia los resultados esperados. El tipo de investigación cuantitativa que se procederá a integrar será una investigación de tipo analítica, ya que consiste en establecer la comparación entre las variables obtenidas (Jensen, 2016).

Diseño y Justificación de la Metodología Seleccionada

La investigación cuantitativa es un método que emplea la exploración y el análisis de una amplia gama de datos numéricos o de datos cuantificables, con el fin de otorgar generalizaciones acerca de un fenómeno en específico (Bruhn, 2016), los resultados se originan a partir de diversos métodos; estos pueden ser encuestas, cuestionarios, entrevistas, tests, entre otros (Lomelin, 2007). Generalmente las escalas de medición discriminan el comportamiento de una variable y explican el fenómeno que se busca entender, por lo que esto resulta de alta utilidad para el presente estudio (Bruhn, 2016). Las escalas psicométricas son un sistema métrico de unidades que sirven como medida única de los procesos u opiniones; la escala de Likert es una escala psicométrica que ha sido comprobada empíricamente, y que se utiliza comúnmente en estudios para comprender las opiniones y actitudes de una determinada persona hacia un estímulo en específico, por medio de la aplicación de un test que mide su grado de acuerdo o de desacuerdo hacia una pregunta en

particular (Vallejo, Sanz, & Blanco, 2003); por consiguiente, se puede denotar que esta escala de medición en específico, resulta de alta utilidad para el presente estudio que se pretende realizar, pues la escala de Likert comprende un conjunto de afirmaciones ante las cuales se les pide a los participantes que anoten su reacción en un amplio rango de cinco grados de intensidad (muy de acuerdo, de acuerdo, neutro, desacuerdo y muy desacuerdo), ocasionando que la población objeto a estudiar, externalicen sus reacciones, escogiendo una de las opciones propuestas, para poder estudiar los resultados obtenidos y generar conclusiones (Bruhn, 2016).

Participantes

Los participantes del presente estudio constan una muestra total de 200 estudiantes entre las edades de 18 a 22 años de edad, pertenecientes a la Universidad San Francisco de Quito. Para la selección de estos individuos, se hará una recopilación de participantes voluntarios escogidos dentro de la universidad, excluyendo a los alumnos que excedan el rango de edad que se requiere para llevar a cabo la presente investigación, es decir que se incluirán únicamente alumnos de 18 a 22 años de edad; sin embargo, no se discriminará en cuanto a raza, género o condición económica que pueda presentar algún participante potencial.

Herramientas de Investigación Utilizadas

Para la realización del presente estudio, se hará uso de La Escala de Likert, la cual consta de un total de 10 preguntas. Al hacer una evaluación psicométrica Likert, todas las preguntas propuestas se responderán en un rango de cinco grados: La persona encuestada podrá responder una sola vez, una de estas opciones: *Muy en desacuerdo*, *Desacuerdo*, *Neutro*, *De acuerdo*, *Muy de acuerdo*. De esta manera, se puede ver el grado de intensidad con la que un individuo determinado (un estudiante de 18 a 22 años de la USFQ en este caso)

se relaciona con la pregunta propuesta en específico, analizando la relación con la variable de interés (Vallejo, Sanz, & Blanco, 2003).

Procedimiento de recolección y Análisis de Datos

Todos los participantes del estudio serán escogidos dentro del campus de la Universidad San Francisco de Quito; no se discriminará en cuanto a género, raza, posición social o discapacidad física, ya que se pretende alcanzar y cubrir una gran variedad de estudiantes entre edades de 18 a 22 años de edad, pertenecientes a la comunidad de la USFQ. Todos los participantes reclutados serán voluntarios, el procedimiento iniciará cuando se reúna a un número considerable de participantes para evaluarlos. Posteriormente a reclutarlos, se les administrará la hoja del consentimiento informado para que firmen y para que quede constatada su participación dentro de la presente investigación. Después de esto, se les explicará que se les va a dar una hoja en donde están formuladas un total 10 preguntas, de las cuales tienen que contestar con la mayor honestidad posible para la óptima obtención de resultados.

La Escala de Likert permite analizar cada pregunta por separado o bien, en algunos casos, las preguntas también se podrían analizar en conjunto para una mayor abstracción del contenido y de lo que abarca toda la presente investigación (Cortada, 2004). Además, la Escala de Likert genera un promedio el cual permite analizar la media, la moda y/o la mediana del total de todas las preguntas realizadas en la encuesta, lo cual puede llegar a ser altamente relevante, pues esto puede ser un buen indicador de que se acepta o se rechaza la hipótesis planteada en la presente investigación (Vallejo, Sanz, & Blanco, 2003). Para el análisis de datos, se puede hacer uso del programa SPSS para la correcta interpretación de todos los datos obtenidos.

Consideraciones Éticas

Al momento en que se recluten a los participantes voluntarios, se les pedirá que firmen un consentimiento informado el cual tendrá como objetivo mostrar al participante de qué trata la presente encuesta y en dónde y para qué se utilizarán los resultados obtenidos, otorgando confidencialidad a los participantes y a la información provista por los mismos; Además, se les indicará la hoja del test en donde al principio, se determina que los resultados obtenidos se utilizarán únicamente con fines académicos y se protegerá la identidad de cada participante. Se otorgará plena confidencialidad a los participantes y discreción por parte del investigador en cuanto a los resultados obtenidos del presente estudio.

RESULTADOS ESPERADOS

Los resultados esperados se encuentran estrechamente ligados con la teoría propuesta a lo largo del presente estudio. La gran relevancia que despierta tanto las redes sociales como la tecnología en la actualidad, genera un gran interés en el público, razón por la que el tema en cuestión genera impacto a nivel psicológico, debido a que esto presenta una estrecha relación con la cotidianidad y el estilo de vida de muchos adolescentes hoy en día, ocasionando que muchos se sientan identificados con el estudio, proporcionando información valiosa para la recopilación pertinente de dichos datos (Rissoan, 2016).

Si bien no se puede discutir los resultados inherentes de la presente investigación, se puede investigar acerca de estudios similares para poder relacionar posibles resultados. Un estudio de la Universidad de Flinders en Australia, averiguó una correlación relativamente alta entre la cantidad de tiempo que los adolescentes pasan en las redes sociales, la insatisfacción con su imagen corporal y la baja autoestima. Este estudio fue llevado a cabo con la participación de 1.000 mujeres adolescentes entre edades de 18 a 25 años de edad (Soto, 2017). Ciertamente, este estudio responde a uno de los temas clave propuestos a lo largo de la presente investigación; denotando que los adolescentes que se exceden en el uso de la tecnología y de las redes sociales, presentan un índice de problemas psicológicos que aminoran sustancialmente su calidad de vida.

Por otro lado, estudios en la Universidad de Stanford encontraron un vínculo existente entre la exposición a la tecnología conjuntamente con la exposición a las redes sociales en los adolescentes, lo que ocasiona que adquieran sentimientos y experiencias negativas, tornándose menos socialmente adaptables (Foucault, 2014). Existe algo llamado *paradoja de internet* que consiste en entender que, si bien la tecnología y las redes sociales brindan múltiples beneficios a sus usuarios, esto puede reducir su implicación social directa y podría reducir su bienestar psicológico en general; existen dos mecanismos que pretenden explicar

esta paradoja: La primera denota que el uso excesivo de la tecnología y las redes sociales pueden deteriorar las actividades sociales de sus usuarios; en segundo lugar, esta paradoja explica que el uso excesivo de las redes sociales y la tecnología podrían ser capaces de desplazar las relaciones sociales directas que son representadas por vínculos fuertes hacia familiares o amigos (Puyol, 2013). Por consiguiente, los resultados que han arrojado varias investigaciones de la misma índole denotan que la exposición excesiva a la tecnología y a las redes sociales pueden llegar a ser perjudiciales en múltiples ámbitos de la vida de un adolescente, por lo que los resultados esperados de la presente investigación se prevé que sean consistentes con estudios similares previamente realizados.

DISCUSIÓN

No existe duda alguna de que tanto el internet como las redes sociales, han revolucionado por completo la vida de la mayoría de las personas; sin embargo, la influencia de la tecnología y de las redes sociales pueden llegar a ocasionar cambios negativos en el comportamiento de los adolescentes, ya que se ha logrado constatar que el uso excesivo de estos medios genera una fuerte adicción, alejando a los más jóvenes de la vida real, ocasionando que estos individuos sean incapaces de percibir la realidad tal como es, sino que, en vez, los adolescentes crearán su propio mundo virtual, aislándose de la interacción humana de calidad (Moguillansky, 2013).

En la actualidad, la mayoría estudiantes de la era digital reconocen que, debido al uso excesivo que le brindan a la tecnología y a las redes sociales, pierden tanto horas de sueño como horas de estudio; por lo que esto constituye un problema mayor, ya que esto interfiere con el adecuado funcionamiento orgánico de estos que individuos usualmente duermen menos de 6 horas al día (Ríos, 2017). Por otro lado, se ha logrado aseverar que estos medios tecnológicos son adictivos y que las personas que abusan de ellos, tienden a experimentar

problemas de comportamiento y de autocontrol, problemas de concentración y tendencia al fracaso académico debido a un deficiente rendimiento (Rissoan, 2016).

Se ha determinado que *Instagram* y *Snapchat* son dos de las redes sociales más nocivas debido a sus diferentes *filtros*, los cuales afectan negativamente la autoestima de la mayoría de adolescentes, impulsándolos a querer lucir de manera irreal, imitando a modelos o a las celeridades que también hacen uso de estas herramientas tecnológicas. En múltiples casos, estos medios obligan a mostrar la perfección de la imagen corporal, ocasionando posibles trastornos de la personalidad y del sueño y/o severas fluctuaciones en el comportamiento de estos individuos (Solé, 2009).

La necesidad de los adolescentes de mantenerse conectados a través de las redes sociales y a toda la información que estos medios abarcan y ofrecen, generan fluctuantes niveles de ansiedad y depresión en muchos individuos si éstos se abstienen de entrar en la red, causando problemas en la vida cotidiana de esta persona, ya que no se adapta al entorno real en el que se encuentra, sino que se sumerge en un mundo virtual que es irreal y el cual aísla y perjudica la interacción de calidad frente a frente. Además, el anonimato que brindan estos medios, pueden ser vías peligrosas para que los adolescentes acosen a otros o desplieguen conductas nocivas a través de la red, afectando a muchos de sus usuarios (Eli, & Jensen, 2015). La utilidad y la eficacia de la tecnología y las redes sociales son indiscutibles; sin embargo, el uso excesivo puede ocasionar serias fluctuaciones importantes a considerar cuando un adolescente comienza a hacer uso de dichas herramientas tecnológicas, para tener la posibilidad de proteger su bienestar tanto físico como psicológico.

Conclusiones

Gracias a la información obtenida, es posible determinar que tanto la influencia de la tecnología como de las redes sociales en los adolescentes de 18 a 22 años de edad de la Universidad San Francisco de Quito, es altamente perjudicial tanto para su salud física como

para su salud emocional. Por consiguiente, es tarea de todos los seres humanos el no descartar la riqueza que provee una adecuada y buena interacción entre personas, a pesar de los grandes beneficios que nos pueda otorgar el uso de la tecnología y de las redes sociales para poder evitar el deterioro en las habilidades sociales y el impedimento a gozar de los momentos que brinda la interacción con las demás personas.

Limitaciones

La falta de información con relación a este tema en el contexto ecuatoriano es escasa, razón por la que no se integra gran cantidad de información con respecto a los adolescentes ecuatorianos, sino más bien se realiza una investigación un poco más generalizada la cual ayude a dar a entender el punto focal de este estudio.

Una de las limitaciones del presente estudio fue la edad; si bien el rango de edad fue a partir de los 18 hasta los 22 años de edad, se podría ampliar dicho rango para determinar diferencias entre grupos etarios más amplios; pues es necesario comprender cómo este fenómeno actual afecta a la mayoría de jóvenes en el Ecuador.

Una de las limitaciones también es encontrar participantes voluntarios dispuestos a colaborar con las encuestas dentro de la Universidad.

Otra de las limitaciones de la investigación es la aplicación de una sola escala psicométrica, limitando la investigación únicamente a los usos de la escala de Likert.

Recomendaciones para Futuros estudios

Se recomienda reclutar una muestra más grande para cubrir un espectro más amplio que permita una mejor y mayor concreción e interpretación de la información obtenida.

Se recomienda usar una gran variedad de escalas psicométricas que sean válidas, las cuales puedan aseverar que los resultados obtenidos no hayan sido al azar.

Referencias

- Balado, A. (2016). *La cara oculta de las adicciones*. Madrid: Chiado Editorial.
- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. Pontevedra: Editorial Nova Galicia.
- Blos, P. (2011). *La transición del adolescente*. Madrid: Editorial Amorrortu.
- Bruhn, K. (2016). *La comunicación y los medios: metodologías de investigación cualitativa y cuantitativa*. México D.F.: Fondo de cultura económica.
- Carbonell, X. (2014). *Adicciones tecnológicas: que son y cómo tratarlas*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Castells, P., & Silber, T. (2006). *Guía práctica de la salud y psicología del adolescente*. Madrid: Editorial Planeta.
- Cañas, J.L. (2015). *Antropología de las adicciones*. Madrid: Editorial Dykinson.
- Cortada, N. (2004). *Teoría y métodos para la construcción de escalas de actitudes*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- De Diego, M. (2014). *Ludopatía, cyber-ludopatía y otras adicciones de la red: Adquisición y rehabilitación*. Almería: Editorial Círculo Rojo.
- Del Rey, R., Elipe, P., & Ortega-Ruiz, R. (2012). Bullying and Cyberbullying: Overlapping and Predictive Value of the Co-occurrence. *Psicothema*, 24, 608-613.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida e internet*. Bilbao: Editorial Desclée De Brouwer.
- Eli, A. & Jensen, F.E. (2015). *El cerebro adolescente*. Madrid: RBA Editorial.
- Foelsch, P.A. (2015). *Tratamiento para la identidad del adolescente*. México D.F.: Editorial Manual Moderno.
- Foucault, M. (2014). *Las redes del poder*. Buenos Aires: Prometeo Editorial.
- Gutman, L. (2016). *Adicciones y violencias invisibles*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.
- Herrero, M. (2011). *Sentimiento puro, adolescentes*. Madrid: Edición Personal.

- Labrador, F.J. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en jóvenes y adolescentes*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Lomelin, M. (2007). *Cómo hacer investigación cuantitativa*. Barcelona: Inde Editorial.
- Marco, C., & Choliz, M. (2012). *Adicción a internet y redes sociales*. Madrid: Alianza Editorial.
- Matalí, J., & Alda, J. (2008). *Adolescencia y nuevas tecnologías: innovación o adicción*. Barcelona: Editorial Edebé.
- Moguillansky, R. (2013). *Escritos clínicos sobre perversiones y adicciones*. Buenos Aires: Editorial Lumen Humanitas.
- Morduchowicz, R. (2012). *Los adolescentes y redes sociales*. Madrid: Editorial S.L. Fondo de la cultura económica de España.
- Puyol, A. (2013). *Nuevas tecnologías: nuevas adicciones*. Barcelona: Editorial Grupo Gesfomedia.
- Raynaud, D. (2018). *¿Qué es la tecnología?* Pamplona: Editorial Laetoli.
- Requesens, A., & Echeburúa, E. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Ríos, M. (2017). *Círculos*. Madrid: Editorial Suma.
- Rissoan, R. (2016). *Redes sociales: comprender y dominar estas nuevas herramientas de comunicación*. Barcelona: Editorial ENI.
- Rodríguez, J.A. (2006). *¿Porqué nos drogamos? El poder y otras adicciones*. Madrid: Editorial Biblioteca nueva.
- Rogers, S. (2017). *La tecnología*. Barcelona: Editorial Flow Press.
- Olivencia, J., & Cangas, A. (2003). *Las adicciones en adolescentes*. Málaga: Editorial Arguval.
- Solé, R. (2009). *Redes complejas*. Buenos Aires: Tusquets Editores.

Soto, J. (2017). *Arden las redes*. México: Editorial Debate.

Vallejo, M., Sanz, B., & Blanco, A. (2003). *Construcción de escalas de actitudes tipo Likert*.

Barcelona: Editorial La Muralla.

Waisman, L.J. (2018). *Adicciones*. Argentina: Editorial Médica Panamericana.

ANEXO A: CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES

Quito, ___de_____ de_201__ Estimado señor(a) _____, Nos encontramos realizando un estudio sobre los efectos que tendría la exposición excesiva a las redes sociales y a la tecnología, para lo cual hemos solicitado su colaboración. Por medio de esta carta queremos extenderle la invitación a participar en este proyecto que consistirá en la aplicación de una encuesta. Si usted decide colaborar la realización del presente estudio, el siguiente paso será firmar el documento de consentimiento informado. Tiene la posibilidad de contactar a la persona a cargo del estudio, con los datos ubicados más abajo, para despejar cualquier duda que se tenga o para solicitar información adicional. Le agradecemos mucho de antemano por su ayuda y por su honestidad en las respuestas que se recopilen.

Cordialmente,

Pedro Alejandro Freire Guffanti

Teléfono: 0995594162

E-mail: pedrofreireg@hotmail.com

ANEXO B: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO



Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos

Universidad San Francisco de Quito

El Comité de Revisión Institucional de la USFQ

The Institutional Review Board of the USFQ

Formulario Consentimiento Informado

Título de la investigación: La Influencia de la Tecnología y las Redes Sociales en los adolescentes de 18 a 22 años de edad de la Universidad San Francisco de Quito

Organización del investigador: Universidad San Francisco de Quito USFQ

Nombre del investigador principal: Pedro Alejandro Freire Guffanti

Datos de localización del investigador principal: 593 2 22889910, 593 995594162
pedrofreireg@hotmail.com

DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO

Introducción

Este formulario incluye un resumen acerca del propósito del presente estudio. Usted tiene la posibilidad de hacer todas las preguntas que quiera, para poder entender claramente su participación y despejar posibles dudas. Usted ha sido invitado a participar en una investigación sobre la influencia de las redes sociales y la tecnología en los adolescentes de 18 a 22 años de la Universidad San Francisco de Quito.

Propósito del estudio

Participarán en este estudio un total de 200 estudiantes de la USFQ, para poder analizar si la influencia de las redes sociales y la tecnología pueden ocasionar daños significativos a los usuarios entre 18-22 años de edad que pertenecen a esta comunidad.

Descripción de los procedimientos

Para empezar, se les dará a los participantes un consentimiento informado que les explique de que trata el estudio y cómo se empelarán los resultados obtenidos. Posteriormente, se les dará una hoja de encuesta, donde tienen que escoger la respuesta que con la que se sientan más a

gusto o con la que concuerdan más.

Riesgos y beneficios

El presente estudio presenta como beneficio, el estar consciente acerca de los daños que nos puede ocasionar la tecnología y las redes sociales, a pesar de su gran utilidad.

Confidencialidad de los datos

Es muy importante mantener privacidad, por lo que los resultados obtenidos de la investigación, se utilizarán únicamente con fines académicos y se protegerá la identidad de cada participante también.

Derechos y opciones del participante

El participante tiene derecho a una opinión, siempre y cuando esta no inflencie a las otras personas que están realizando la misma encuesta. Asimismo, el participante tiene el derecho a la confidencialidad y a la protección de su identidad al proporcionar información personal.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el presente estudio por favor llamar al siguiente número de teléfono 0995594162 que pertenece a Pedro Freire, o envíe un correo electrónico a pedrofreireg@hotmail.com

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. William F. Waters, Presidente del Comité de Bioética de la USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec

Consentimiento informado (Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora

adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieren el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron

una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.	
Firma del participante	Fecha
Firma del testigo (si aplica)	Fecha
Nombre del investigador que obtiene el consentimiento informado	
Firma del investigador	Fecha

ANEXO C: ESCALA LIKERT**ENCUESTA**

Los datos obtenidos de la presente encuesta se utilizarán únicamente con fines académicos, se protegerá la confidencialidad y la identidad de cada participante y de los resultados obtenidos. Por favor escoja una de las siguientes opciones:

GÉNERO:**EDAD:**

1. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales y de la tecnología pueden llegar a ser perjudiciales?

**-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO -DE ACUERDO-
MUY DEACUERDO**

2. ¿Crees que las redes sociales y la tecnología pueden llegar a dañar y/o atrofian el cerebro?

**-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO -DE ACUERDO-
MUY DEACUERDO**

3. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales y de la tecnología aíslan a los adolescentes de las demás personas?

**-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO -DE ACUERDO-MUY
DEACUERDO**

4. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales puede generar cambios en el comportamiento de las personas?

**-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO -DE ACUERDO-MUY
DEACUERDO**

5. ¿Crees que estos medios pueden llegar a ser altamente adictivos como las drogas?

**-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO -DE ACUERDO-MUY
DEACUERDO**

6. ¿Crees que las redes sociales pueden incentivar al ciberacoso debido al anonimato que brindan?

-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO –DE ACUERDO-MUY DEACUERDO

7. ¿Crees que los adolescentes están más pendientes de conseguir “me gusta” en la red, que hacer amigos reales?

-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO –DE ACUERDO-MUY DEACUERDO

8. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales a largo plazo podría generar depresión?

-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO –DE ACUERDO-MUY DEACUERDO

9. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales se ha convertido en una parte primordial en la vida de la mayoría de muchos adolescentes hoy en día?

-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO –DE ACUERDO-MUY DEACUERDO

10. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales deteriora las habilidades sociales?

-MUY EN DESACUERDO -DESACUERDO -NEUTRO –DE ACUERDO-MUY DEACUERDO