



VNiVERSiDAD D SALAMANCA

**MÁSTER PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LAS ADICCIONES DE
LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA**

TRABAJO FIN DE MÁSTER

**DEPENDENCIA Y USO INADECUADO DE
LAS TIC Y LOS VIDEOJUEGOS**

Autor: Enrique Carravilla Moreno

Tutor: Prof. Dr. José A. Martín Herero.

Departamento de Psicología Social y Antropología.



VNiVERSiDAD D SALAMANCA

**MÁSTER PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LAS ADICCIONES DE
LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA**

TRABAJO FIN DE MÁSTER

**DEPENDENCIA Y USO INADECUADO DE
LAS TIC Y LOS VIDEOJUEGOS**

Autor: Enrique Carravilla Moreno

Tutor: Prof. Dr. José A. Martín Herero.

Departamento de Psicología Social y Antropología.

DECLARACIÓN DE AUTORÍA:

Declaro que:

1. He redactado el trabajo “Dependencia y uso inadecuado de las TIC y videojuegos” para la asignatura de Trabajo Fin de Máster en el curso académico 2019-2020 de forma autónoma, con la ayuda de las fuentes bibliográficas citadas en las referencias bibliográficas.
2. He identificado como tales todas las partes tomadas de las fuentes indicadas, textualmente o conforme a su sentido.
3. El trabajo realizado, así como el material incluido en los Anexos constituye una aportación personal y que no he copiado, reproducido ni utilizado programas ya existentes. En todos los casos se ha reconocido expresamente la autoría de instrumentos de evaluación o similares, publicados.
4. Soy consciente de que no respetar estos extremos es objeto de sanciones universitarias y/o de otro orden, incluyendo la calificación del TFM con un 0-Suspenso.

En Salamanca, a 4 de junio de 2020

Fdo.: Enrique Carravilla Moreno

AGRADECIMIENTOS

A David Cortejoso por el consejo aportado, las herramientas recomendadas y una completa disponibilidad.

A Hilario Garrudo por su trascendental guía inicial sin la cual tal vez este trabajo no habría devenido en su forma final.

A Manuel Castrillón por su inestimable ayuda, disposición e interés a lo largo de todo el proceso de recogida.

A Pablo Fernández por su gestión, eficiencia, entrega y trabajo para con los padres del presente estudio.

A José Antonio Martín por su labor como tutor del presente trabajo y asistencia en una época difícil para todos.

A Juana Moreno por su entrega, dedicación e incansable esfuerzo en los buenos y en los malos momentos.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN:	9
ABSTRACT:	9
PALABRAS CLAVE:	10
KEYWORDS:	10
INTRODUCCIÓN	11
OBJETIVO PRINCIPAL Y SECUNDARIOS	12
1 ESTADO DE LA CUESTIÓN Y MARCO TEÓRICO	13
1.1 Breve recorrido histórico de los videojuegos	13
1.2 Breve recorrido histórico de los teléfonos móviles	19
1.3 Mal uso, abuso, tolerancia, abstinencia, dependencia y adicción	24
1.4 Confusión terminológica	27
1.5 Panorama actual	29
1.5.1 Epidemiología	37
1.5.2 Diferencias de género	39
1.5.3 Factores de riesgo y adictivos de las TIC. Señales de alarma	44
2 METODOLOGÍA	51
2.1 Hipótesis	51
2.2 Participantes	51
2.3 Instrumentos	52
2.3.1 Escala de Uso Excesivo de Videojuegos	52
2.3.2 Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil	53
2.3.3 Cuestionario Uso de TIC en menores	53
2.3.4 Cuestionario Uso de TIC para madres/padres	54
2.4 Procedimiento	55
3 RESULTADOS	57
3.1 Escala de Uso Excesivo de Videojuegos	57
3.2 Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil	58

3.3	Uso de TIC en menores	59
3.3.1	Bloque 1: Tipos de Redes, Tiempo y Acceso	59
3.3.2	Bloque 2: Interferencias en la vida diaria por el USO de las TIC	68
3.3.3	Bloque 3: factores familiares	79
3.3.4	Otros factores.....	85
3.4	Cuestionario Uso de TIC para madres/padres	88
3.4.1	<i>Bloque 1</i>	89
3.4.2	<i>Bloque 2</i>	101
3.4.4	<i>Bloque 3</i>	107
4	DISCUSIÓN	117
5	CONCLUSIONES	119
6	LIMITACIONES	123
7	PROSPECTIVA	126
8	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	129
9	ANEXOS.....	133
9.1	Anexo I. Cuestionario Uso de Tic para padres y madres.....	133
9.2	Anexo II. Cuestionario Uso de Tic en menores.....	139
9.3	Anexo III. Escala de uso excesivo de teléfono móvil	147
9.4	Anexo IV. Escala de uso excesivo de videojuegos	149

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares	38
Tabla 2. Factores psicológicos de predisposición	46
Tabla 3. Factores de riesgo de abuso/dependencia a las TIC.....	47
Tabla 4. Escala de Uso Excesivo de Videojuegos.....	57
Tabla 5. Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil.....	58
Tabla 6. <i>Preferencia en el uso de dispositivos</i>	62
Tabla 7. Redes sociales más utilizadas	63
Tabla 8. Edad de inicio de uso de dispositivos	63
Tabla 9. Tiempo de uso de dispositivos estimado por alumnos entresemana.....	65
Tabla 10. Tiempo de uso de dispositivos estimado por alumnos en fin de semana	66
Tabla 11. Dispositivos y sus motivos de uso antes de dormir	69
Tabla 12. Promedios de preferencia para dispositivos	70
Tabla 13. Promedios de preferencias para Redes-Mensajería	71
Tabla 14. Interrupción de actividades.....	73
Tabla 15. Reflexión acerca del uso de las TIC.....	74
Tabla 16. Límites en el uso doméstico de las TIC	81
Tabla 17. Consecuencias por incumplimiento de normas de uso de las TIC	82
Tabla 18. Educación, conocimiento, control, problemas domésticos y normas	83
Tabla 19. Otros factores relacionados con el uso de las TIC	86
Tabla 20. Dispositivos utilizados por padres/madres y sus hijos	89
Tabla 21. Edad a la que los padres permitieron el uso de dispositivos	91
Tabla 22. Redes sociales utilizadas por padres y/o hijos	93
Tabla 23. Importancia en el conocimiento, manejo y aprendizaje de las TIC	94
Tabla 24. Disponibilidad de dispositivos para conectarse a internet.....	95
Tabla 25. Tiempo de uso de dispositivos entresemana estimado por padres.....	96
Tabla 26. Tiempo de uso de dispositivos en fin de semana estimado por padres.....	99
Tabla 27. Grado de aprovechamiento de las TIC.....	102
Tabla 28. Importancia y necesidad de las TIC en el centro escolar	102
Tabla 29. Normas y límites, primera parte	103
Tabla 30. Normas y límites, segunda parte.....	104
Tabla 31. Normas y límites, tercera parte	105
Tabla 32. Hábitos nocturnos en el uso de las TIC.....	107
Tabla 33. Interrupción de actividades por el uso de las TIC.....	109
Tabla 34. Frecuencia de uso en diversas situaciones.....	111

RESUMEN:

Los objetivos de este trabajo fueron: (1) realizar una investigación en población adolescente sobre el uso que se está haciendo de las TIC, realizando un énfasis en dos de ellas: videojuegos y teléfonos móviles/Smartphone; (2) llevar a cabo una observación y análisis de aquellos patrones más problemáticos de uso de estos dispositivos; (3) contrastar la información obtenida con las cuatro herramientas aplicadas en este trabajo; (4) observar si ambas fuentes ofrecen el mismo punto de vista sobre el uso de las TIC. Participaron un total de 111 jóvenes de entre 12 y 16 años (1º, 2º, 3º y 4º de la ESO), todos ellos estudiantes del Colegio Nuestra Señora del Pilar (Valladolid); y un total de 32 padres y madres de esos mismos alumnos. Se utilizaron la Escala de Uso Excesivo de Videojuegos; la Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil (COS); el Cuestionario de Uso de TIC en menores y el Cuestionario de Uso de TIC en madres/padres. Los resultados indican que hay un porcentaje de 2,70% de casos con un uso excesivo tanto en videojuegos como en teléfonos móviles; es decir, que a pesar de la mayor visibilidad y preferencia que el teléfono móvil tiene entre la población adolescente, la gravedad en su uso no es superior, sino igual a la de los videojuegos. Por otro lado, se han hallado una serie de conclusiones cualitativas en torno a los dispositivos utilizados, las aplicaciones preferentes de uso, tiempo empleado, existencia de reglas, cogniciones acerca de las TIC y dualidad paterno-filial en diversos asuntos relacionados con las mismas.

ABSTRACT:

The goals of this study were: (1) to carry out a research in the adolescent population about the use that is being made of ICT, with an emphasis on two of them: videogames and mobile phones/Smartphones; (2) to carry out an observation and analysis of the most problematic patterns of use of these devices; (3) to contrast the information obtained with the four tools applied in this work; (4) to observe whether both sources offer the same point of view on the use of ICT. A total of 111 young people between 12 and 16 years old participated (1st, 2nd, 3rd and 4th of ESO), all of them students of Nuestra Señora del Pilar School (Valladolid); and a total of 32 parents of those same students. The objectives of this work were: (1) to carry out research in the adolescent population on the use that is being made of ICT, with an emphasis on two of them: video games and mobile phones/Smartphones; (2) to carry out an observation and analysis of the most problematic patterns of use of these devices; (3) to contrast the information obtained with the four tools applied in this work; (4) to observe whether both sources offer the same point of view on the

use of ICT. A total of 111 young people between 11 and 16 years old participated (1st, 2nd, 3rd and 4th of ESO), all of them students of Nuestra Señora del Pilar School (Valladolid); and a total of 32 parents of those same students. The Videogame Over-use Scale; Cell Phone Over-use Scale (COS); the ICT Use by Children Questionnaire and the ICT Use by Parents Questionnaire were used. The results indicate that there is a percentage of 2,70% of cases with excessive use in both videogames and mobile phones; in other words, despite the greater visibility and preference that the mobile phone has among the adolescent population, the severity of its use is not greater, but equal to that of videogames. On the other hand, a series of qualitative conclusions have been found regarding the devices used, the preferential applications of use, time spent, existence of rules, cognitions about ICT and parental-affiliate duality in various issues related to them.

PALABRAS CLAVE:

TIC, videojuegos, uso inadecuado y dependencia, adolescentes, padres.

KEYWORDS:

ICT, videogames, improper use and dependency, adolescent, father.

INTRODUCCIÓN

He querido realizar este TFM titulado “Uso problemático de las TIC y los videojuegos” en primer lugar con un propósito de investigación y profundización personal. Considero que tanto el tema de las nuevas tecnologías como el de videojuegos dominan nuestras vidas y me parecen aspectos realmente interesantes en nuestro contexto social actual. En adición, considero interesante realizar este trabajo para ampliar la información y trabajo disponibles respecto a la problemática de dependencia de nuevas tecnologías; ya que, por su carácter reciente y novedoso, la cantidad de información y estudios disponibles al respecto, no son tan numerosos como podrían serlo en el juego patológico o tabaquismo.

Considero que uno de los motivos de interés científico y su importancia a la hora de realizar este trabajo es el hecho de que creo que puede haber desconocimiento en general respecto a los siguientes aspectos: cómo constantemente se están dando en nuestra sociedad malos usos a las TIC, qué es una adicción y cómo puede medirse, cuál puede ser la gravedad de un uso inadecuado de las tecnologías, y cómo esto último puede tener aspectos en común con una adicción. Y por último me parece relevante e interesante observar cómo personas adultas (no nativos digitales) puedan llegar a ver afectada su calidad de vida debido al uso de estos dispositivos.

En este trabajo se abordará el mal uso o dependencia de dos tipos de dispositivos pertenecientes a las TIC: teléfonos móviles y videojuegos, tanto en un ámbito teórico como en un ámbito práctico. Respecto al primero, se ha realizado una revisión de bibliografía y marco teórico en todo lo relativo al uso de estos dispositivos: historia y evolución, controversia respecto a la terminología, posibles diagnósticos y panorama actual. En relación con el ámbito práctico, se ha realizado una investigación con un grupo de alumnos de la ESO para obtener de forma directa información sobre el uso que hacen de las TIC y sus modos, estilos educativos y normas al respecto.

OBJETIVO PRINCIPAL Y SECUNDARIOS

El principal objetivo de este estudio es realizar una investigación en población adolescente sobre el uso que se está haciendo de las TIC, realizando un énfasis en dos de ellas: videojuegos y teléfonos móviles/Smartphone, los cuales ya forman parte de la cotidianidad humana y están en constante evolución; siendo ya no solo algo típico de los seres humanos, sino también necesario para los mismos. Es por esto que el objetivo primordial de este estudio será detallar la situación actual de uso y dependencia de estos dispositivos en población adolescente.

Respecto a los objetivos secundarios, estos consistirán en la observación y análisis de aquellos patrones más problemáticos de uso: aplicaciones que más tiempo consumen, malas tendencias horarias, sobreexposición a determinados dispositivos, posibles problemas familiares, etc. Otro objetivo secundario vendría a ser el contraste de la información obtenida con las herramientas aplicadas en este trabajo; ya que, como se explicitará más adelante, habrá dos fuentes principales y distintas de información: adolescentes y sus progenitores. Es por esto que se pretende observar si ambas fuentes ofrecen el mismo punto de vista sobre el uso de las TIC y los datos de interés derivados de esto.

1 ESTADO DE LA CUESTIÓN Y MARCO TEÓRICO

1.1 Breve recorrido histórico de los videojuegos

No es fácil determinar cuál fue el primer videojuego, ya que son muchas las definiciones que se le han dado a este tipo de juegos electrónicos. Una posible opción es *Nought and crosses* (llamado también *OXO*), desarrollado por Alexander S. Douglas en el año 1952. Se trataba de una versión del clásico tres en raya que se ejecutaba sobre una EDSAC (modelo de ordenador de aquella época) y enfrentaba al jugador contra la computadora. Seis y diez años más tarde llegaron respectivamente *Tennis for Two* y *Spacewar!*. Ambos permitieron jugar a dos jugadores simultáneamente, aunque su popularidad no pasó del ámbito universitario donde fueron creados.

En 1966 nació el videojuego doméstico con *Fox and Hounds*, dicho proyecto se transformó finalmente en la Magnavox Odyssey, primera plataforma, lanzada en 1972, que conectada a una televisión permitía jugar a varios videojuegos pregrabados. A este hecho ha de serle sumado la aparición de la máquina recreativa *Pong*, parecida a *Tennis for Two*, pero con la diferencia de que esta era utilizada en lugares públicos tales como salones recreativos, bares, aeropuertos, etc. En este mismo año se presentó el que es considerado la piedra angular del videojuego como industria: *Space Invaders*. En los años consecutivos diversas innovaciones técnicas se implementaron en los videojuegos tales como microprocesadores y chips de memoria. Durante estos años llegaron al mercado doméstico plataformas como Atari 5200 (Atari) u Odyssey 2 (Phillips), al mismo tiempo que en las máquinas recreativas ganaban popularidad juegos como Pacman (Namco) o Tron (Midway).

Entre 1983 y 1985 tuvo lugar en Estados Unidos una crisis del videojuego, mientras que en Japón triunfaba la Famicom. Esta era una nueva consola desarrollada por la empresa Nintendo Co., y que llegó a Europa con el nombre de NES (Nintendo Entertainment System). Tras su breve crisis, los americanos decidieron seguir los pasos iniciados por Japón y adoptaron la NES como el principal sistema de juego. En lo restante de esta década fueron apareciendo nuevas plataformas como Master System (Sega) o 7800 (Atari) a la par que juegos considerados como clásicos (*Tetris* de Alexey Patijnov) ganaron gran popularidad.

En los 90 las videoconsolas dieron un gran salto a nivel técnico fruto de la competición de la “generación de 16 bits” integrada por la Mega Drive, la SNES, la PC Engine y la CPS Changer (Capcom). Esta generación llevó a un aumento en la cantidad de jugadores y la introducción de nuevas tecnologías como el CD-ROM, las nuevas capacidades técnicas que esta década trajo

permitió un gran avance dentro de los diferentes géneros de videojuegos. A nivel de PC varias empresas habían comenzado a desarrollar videojuegos con tecnologías tridimensionales dando lugar a juegos como *Doom* o *Virtual Racing*. Este último supuso un antes y un después en los juegos en consola por sus innovaciones técnicas a nivel de recién instaurado 3D. En poco tiempo los videojuegos 3D fueron llenando las ventas debido a la que se conoció como la generación de los 32 bits: PlayStation, Sega Saturn. Por otra parte, también estaba la generación de los 64 bits, la cual ofrecía una mejor calidad visual; entre sus productos se encontraban la Nintendo 64 y la Atari Jaguar. En este momento también tuvo lugar el declive de las máquinas arcade, fruto del aumento de la accesibilidad a consolas y ordenadores más potentes. Para compensar esto, los fabricantes de máquinas arcade tuvieron que apostar por un hardware muy potente que fuese imposible de igualar por las consolas domésticas, tales como coches de tamaño real o pistas de baile. Por otra parte, tuvo lugar el auge de las videoconsolas portátiles tales como la Game Boy (Nintendo). Esta consola y sus descendientes arrasaron en el mercado debido a su enorme popularidad y sistema de juego. No obstante, hacia finales de esta década de los 90 la consola más popular de todas era la Playstation con títulos míticos como *Final Fantasy VII* o *Resident Evil* (Capcom).

Es en este momento, antes de continuar con el recorrido histórico, merece la pena hablar sobre las primeras polémicas que tuvieron lugar debido a los videojuegos. El 20 de abril de 1999 en Columbine, Colorado aconteció la Masacre de Columbine, donde 15 alumnos del Columbine High School fueron asesinados, otros 24 heridos y Eric Harris y Dylan Klebold, los dos perpetradores de la matanza, cometieron suicidio. Este hecho conmocionó no solo a EEUU, sino al mundo entero; y junto a las polémicas sobre la posesión de armas y el bullying en los institutos, se sumó de la del influjo de los videojuegos sobre los adolescentes. Eric Harris era un apasionado del videojuego *Doom* (mencionado anteriormente y siendo este uno de los pioneros de los actuales de los *shooters*, o videojuegos de disparos), y se sirvió de este como vehículo de su psicopatía. En 1996 creó un website para que otros jugadores pudiesen descargar los niveles que el mismo creaba, además de otras actividades ilícitas como tutoriales para la fabricación de bombas caseras. En un primer momento, *Doom* y los videojuegos en general fueron fruto de numerosas críticas, alegando que en ellos se propagaba excesiva violencia (fruto de las crecientes e imparable innovaciones a nivel gráfico/técnico) lo cual podía estar llevando a los adolescentes a emular las conductas agresivas. Comenzó así pues la primera gran polémica acerca de hasta que punto los videojuegos podían estar influyendo sobre los jóvenes y su comportamiento. A pesar de que, con el paso de los años, se ha ido gradualmente venciendo este prejuicio (a día de hoy por ejemplo se sabe que más que *Doom*, fueron la medicación y una psicopatía subyacente los percutores de la conocida masacre) no deja de ser relevante para el presente trabajo esta primera polémica, la cual 20 años

después se ha convertido en una nueva, esta vez enfocada hacia la dependencia que los videojuegos causan en los jóvenes.

Es hacia la segunda mitad de los 90 cuando gracias a la conexión mediante internet nació el juego multijugador y fue esta conexión entre jugadores la que llevó a la aparición de los primeros MMORPG (*Massive Multiplayer Online Role Playing Game*) como *Ultima Online* (Origin), instaurando este último la tendencia de pago mensual de este tipo de juegos, además de un sistema de juego que se mantendría hasta nuestros días.

En el año 2000 Sony lanzó la que es considerada por muchos como la mejor consola de la historia: la Play Station 2, con más de 155 millones de ventas. Esta consola supuso un antes y un después en la historia de los videojuegos. Un año más tarde Microsoft entraría en la industria de las consolas con la Xbox. Este mismo año además Nintendo lanzaría una de sus consolas más simbólicas: la Gamecube, además de la primera Game Boy Advance, otra gran consola a nivel de ventas. Fue la aparición de consolas muy revolucionarias como la Play Station 2, lo que llevó a SEGA a abandonar su producción de hardware en el año 2002. En el año 2004 dos grandes y revolucionarias consolas portátiles vieron la luz: Nintendo DS y PSP (Nintendo y Sony respectivamente). En occidente ambas consolas alcanzaron niveles de éxito similares, mientras que en Japón la DS (a pesar de no contar con la potencia gráfica y la innovadora capacidad de reproducción de medios de la PSP) sobrepasó ampliamente a su competidora de Sony.

En 2005 tuvo lugar el inicio de la séptima generación de consolas, siendo la Xbox 360 la primera en inaugurarla. Un año después Sony y Nintendo sacarían respectivamente la Play Station 3 y la Wii. Es en este momento cuando comienza una ferviente batalla por ver qué compañía ofrece a sus jugadores más calidad a nivel de potencia gráfica. Microsoft y su Xbox apostaron por el HD DVD, mientras que Sony y su PS3 lo hicieron con el Blu-ray. El 19 de febrero de 2008 el HD DVD fue finalmente vencido por la tecnología Blu-ray ya que en tan solo una semana prácticamente todos los estudios cinematográficos se decantaron por este, dejando el HD DVD descartado como formato. La Wii por su parte sabía que no podía competir con los potentes motores gráficos de estas dos consolas, por lo que decidió apostar por una innovadora forma de juego basada en el control por movimiento, algo que en su momento fue muy atrevido, pero que terminó siendo un gran éxito, convirtiéndose en la más comprada de las tres consolas competidoras. Esta generación se alargó hasta 2012 sirviéndose de la tecnología complementaria (Blu-ray, HDMI, servicio online) para alcanzar cuotas de mejora bastante considerables respecto a generaciones anteriores.

Además, es en esta generación donde, a parte de las mejoras gráficas y técnicas, hay que hablar de importantes cambios respecto a la jugabilidad y como esto afectó a los jugadores. Como ya se ha mencionado anteriormente, los MMORPG ya llevaban años en el mercado del videojuego, sin embargo, no fue hasta esta generación cuando comenzaron a volverse realmente masivos. Es aquí cuando hay que hablar de uno de los videojuegos que posiblemente mayor controversia haya causado: World of Warcraft (Blizzard Entertainment). A pesar de que su primera edición es de 2004, este fue creciendo exponencialmente hasta nuestros días, teniendo su punto más álgido durante los años de esta séptima generación. Varios casos extremos fueron muy sonados respecto a este videojuego. El primero tuvo lugar en 2005 en China, cuando una joven falleció tras estar jugando durante tres días seguidos. Dos años más tarde un hombre pekinés de 30 años muere colapsado por cansancio tras haber jugado más de tres días. Ya en este momento, el Gobierno Chino comenzaba a tratar de acabar con la adicción a los juegos online. El 27 de octubre de 2008 en ese mismo país, en la ciudad de Tianjin un joven de 13 años se suicidó tras haber estado jugando 36 horas; este se arrojó desde la ventana de su casa, en un piso 24 para “seguir a sus héroes más allá de los mares”, según decía en una nota. Ese mismo año otro joven sueco de solo 15 años de edad murió por un ataque epiléptico tras 24 horas seguidas jugando a este videojuego. En el año 2010 otro joven chino de 26 años murió tras una maratón de World of Warcraft, esta se extendió por casi 7 días completos. Finalmente, en el año 2013 tuvo lugar uno de los casos más graves de este juego. En el condado de Orange (California, EEUU) un matrimonio mantuvo encerradas a sus hijas en una furgoneta durante 3 años (mayo de 2010 a mayo de 2013) mientras ellos pasaban prácticamente días seguidos jugando a World of Warcraft. Las jóvenes de 5 y 10 años fueron encontradas en un avanzado estado de abandono y desnutrición tras un aviso de un vecino. Todos estos casos no son sino un mismo reflejo de un fenómeno común. Anteriormente muchos habían sido los videojuegos que causaron furor y provocaron grandes horas a los jugadores: *Zelda: Ocarina of Time*, *Super Mario Bros*, *Tetris*... Sin embargo, ninguno de ellos contaba con un sistema de juego tan adictivo como el de World of Warcraft. El cual destacó desde un principio por ofrecer al jugador un mapa enorme, el cual podía llevar meses enteros recorrer al completo. A esto habría que sumarle el sistema de subastas, la progresiva subida de nivel del personaje (la cual venía acompañada de objetos, ventajas y habilidades cada vez mejores) y una lista de misiones y eventos inagotable. Sin embargo, lo más característico y revolucionario de este juego fue su interconexión, extensos servidores llenos de gente de todo el mundo permitió una jugabilidad a nivel mundial no contemplada hasta el momento.

Esta séptima generación de consolas no solo supuso un cambio a nivel de avances técnicos y gráficos, sino en la propia forma de jugar a videojuegos y conectar a sus jugadores. Respecto a la primera cabe destacar la puesta en funcionamiento de los DLCs (Downloadable Content) o

contenido descargable. Este se trata básicamente de ampliar la experiencia de un videojuego añadiendo nuevas misiones e historia, personajes, objetos y/o nuevas características. Con esto se consigue que el jugador prolongue más su tiempo de juego y aumentar los ingresos por parte de las empresas desarrolladoras. Aparentemente podría decirse que es una estrategia de mercado que beneficia tanto a jugadores como a empresarios; sin embargo, poco a poco ha ido suponiendo un encarecimiento de los videojuegos, ya que, a mayor número de contenido descargable, más se encarece el precio total del juego completo. Uno de las primeras franquicias en poner en funcionamiento este sistema fueron Los Sims (EA), quienes consiguieron mantener su jugabilidad durante cuatro o cinco años por juego gracias a una continua salida al mercado de DLCs que aportaban nuevos accesorios, herramientas y características jugables. El tercer título de la franquicia (Los Sims 3) llegó a lanzar hasta veintiún DLCs hasta la salida de Los Sims 4, el siguiente de la saga.

Por otra parte, estarían las expansiones, estas son similares a los DLCs pero mucho más amplias, su objetivo es el mismo que estos primeros, pero a más largo plazo y por un mayor coste económico. World of Warcraft es conocido por poner en práctica este sistema de expansiones, llevando hasta el momento un total de siete. Pero si por algo destacó y ha destacado siempre este juego es por su sistema mensual/anual de pago. Esto significa que aparte del precio del juego base y de las expansiones, el jugador de World of Warcraft ha de pagar cada mes o cada año una suma (alrededor de 10 euros por mes) para poder continuar accediendo al juego. Esto no solo significa que los jugadores más antiguos de este título han podido llegar a pagar más de mil euros hasta el día de hoy para poder continuar jugando, sino que además la rentabilidad del mismo ha sido muy alta. No obstante, Blizzard ofrece a sus jugadores novedades prácticamente semanales dentro del juego, lo que hace (sumado a la ya mencionada inmensidad del mundo del juego y las sucesivas expansivas y actualizaciones) que este sea un título realmente interminable y al cual puede llegarse a estar jugando ingentes cantidades de horas sin “agotar” el juego.

Este sistema de pago no solo quedó en título como World of Warcraft, sino que en esta séptima generación algunas empresas hicieron lo propio con el servicio online de sus jugadores. Xbox 360 incorporó el servicio Xbox Live, mientras que PS3 hizo lo mismo con Playstation Plus. A partir de estas dos consolas se requería de una suscripción/cuenta en estas plataformas de pago para poder acceder al juego online de varios títulos como Call of Duty (Activision) o FIFA (EA Sports) además de contenido exclusivo como almacenamiento en la nube; otra innovación que tuvo lugar durante esta generación y que consiste en almacenar los datos de las partidas guardadas en línea, en vez de tener que emplear grandes tarjetas de memoria o discos duros.

A parte de todos los avances y cambios en el contexto de los videojuegos también se dio un enorme avance en la jugabilidad online, ya que muchos títulos comenzaron a aprovechar las ventajas de la mejoría en las conexiones de internet para crear sistemas multijugador que acababan con ciertas limitaciones presentes hasta el momento; y compitiendo así con el clásico sistema cooperativo de dos o más personas jugando desde una misma consola, para poder jugar con prácticamente cualquier persona del planeta.

En el año 2012 vio la luz la octava generación de consolas integrada principalmente por Play Station 4 y PS Vita (Sony), Xbox One (Microsoft); y Wii U, Nintendo Switch y Nintendo 3DS (Nintendo). Son varias las características a analizar en esta última generación. En primer lugar, lo más reseñable es el aumento y mejoría del uso de internet como soporte y eje central del funcionamiento de las nuevas consolas. Estas ya no son solo dispositivos de juego, sino que añaden plataformas de ocio (Netflix, HBO, Wuaki TV), un amplio bazar desde donde comprar juegos en formato digital y a menos precio, alquiler de películas, etc. Con esto aumenta la funcionalidad y recursos que las nuevas consolas ofrecen.

Otro aspecto importante de esta generación es la “supremacía del PC”, esto quiere decir que los videojuegos en ordenador han demostrado en los últimos años una clara ventaja respecto a las consolas, ya que el potencial de los nuevos ordenadores gaming (ordenadores diseñados específicamente para videojuegos) está muy por encima del de las consolas domésticas. Esto lleva a que mientras Xbox One y PS4 compiten por ofrecer a sus jugadores la mejor opción de juego, el videojuego para PC está ya varios pasos por delante, ofreciendo una capacidad gráfica que las consolas no pueden afrontar.

Otro aspecto a destacar es que es la generación en la que menos consolas han salido al mercado (la quinta generación llegó a tener hasta diecinueve consolas, mientras que esta apenas ha alcanzado las nueve). No obstante, esto podría ser resultado de los nuevos dispositivos que se han sumado al mundo de los videojuegos: teléfonos móviles y gafas de realidad virtual. Los primeros como resultado del avance de la telefonía y los nuevos smartphones han permitido descargar o comprar videojuegos por muy poco precio, de esta forma los teléfonos se han convertido en auténticas consolas portátiles, dando lugar a una nueva forma de jugar a videojuegos no contemplada hasta el momento. Las gafas de realidad virtual son un nuevo dispositivo que está empezando a implementarse, y que por su elevada tecnología no goza de la accesibilidad con la que cuentan las consolas convencionales. Sin embargo, representa un gran avance a nivel técnico y es posible que en años venideros su uso se incremente notablemente.

En resumen, esta octava generación de consolas supone un cambio ya no solo a nivel gráfico, técnico y de jugabilidad, sino que continúa con la tendencia que inicio la generación anterior de interconexión vía online, incorporando plataformas de ocio y compra, la compra de videojuegos digitales, la ventaja de almacenamiento online, etc. Además, es interesante (sobre todo teniendo cuenta la temática del presente trabajo) el hecho de que en esta generación los teléfonos móviles se hayan incorporado también al contexto de los videojuegos. Todo esto ha llevado a un cambio general en la forma tanto de desarrollar videojuegos, como de jugarlos; abundando cada vez más los juegos con amplias y elaboradas opciones multijugador (cada vez son menos frecuentes los videojuegos que no cuentan con esta opción). Si a esto último se le añade que las microtransacciones o compras (con dinero real) dentro de los videojuegos son cada vez más utilizadas por las desarrolladoras; podría hallarse una de las claves para entender la dependencia o juego compulsivo de los videojuegos.

Actualmente, se está asistiendo al final de la octava generación de consolas, y para el presente año 2020 se prevé que dé comienzo la novena. Según la opinión general esta sería la última generación de consolas, debido a la creciente e imparable digitalización de esta industria. Es por ello que no habrá una décima generación de consolas, sino que para entonces (año 2028 aproximadamente) todos los videojuegos serán lanzados por streaming e incluso algunas previsiones hablan de que habrá para entonces una consola única.

1.2 Breve recorrido histórico de los teléfonos móviles

En 1973 tuvo lugar la primera llamada a través de un teléfono móvil, este se llamaba DynaTAC 8000X y pesaba cerca de un kilogramo, contaba con una batería de una hora de comunicación u ocho horas de reposo y tenía pantalla led. La histórica llamada tuvo por emisor a Martin Cooper (directivo de la empresa de telefonía y comunicaciones Motorola) y por receptor a Joel Engel de Bell Labs (compañía estadounidense de tecnología propiedad de Nokia), quienes por entonces eran máximos rivales en el sector de la telefonía. El DynaTAC 8000X se comercializaría a partir de 1984, sin embargo, no fue el primer teléfono móvil en salir al mercado. En 1981 la empresa Sony Ericsson Mobile Communications AB (actualmente Sony Mobile) lanzaba el sistema NMT (*Nordic Mobile Telephony*) 450. Esta tecnología se basaba en sistemas de radio analógicos (450 megahercios) con modulación de frecuencia; siendo este el primero de los sistemas de telefonía móvil en salir al mercado. Se trató de un gran avance tanto tecnológico como social, ya que por primera vez un dispositivo de comunicación podía ser tanto utilizado por

una sola persona, como transportado de un sitio a otro. Estos primeros dispositivos y tecnologías conforman la conocida como primera generación de telefonía móvil.

En el año 1986, la empresa Ericsson implementó mejoras en el dispositivo, lanzando así el sistema NMT 900. Con un funcionamiento similar a su predecesor, este permitía aumentar la frecuencia hasta 900 megahercios; lo cual significó ofrecer servicio a un mayor número de usuarios posibles, además de progresar en la portabilidad de los terminales. Junto a la *Nordisk MobilTelefoni*, en los años 80 diversos servicios de telefonía vieron la luz, tales como: TACS (*Total Access Communication System*) y AMPS (*Advanced Mobile Phone System*) en Estados Unidos. TACS se empleó en la Península Ibérica bajo el término comercial de MoviLine y permaneció en el mercado hasta su desaparición en 2003. (Revisar margen de estos dos párrafos)

En la década de 1990 tuvo su origen la segunda generación de los dispositivos de telefonía móvil, la cual empleaba frecuencias que iban desde los 900 a los 1800 megahercios. La característica central de esta segunda generación es la progresiva digitalización de su tecnología; la cual permitía una mejor transmisión por voz, junto al aumento del nivel de seguridad y la simplificación en la fabricación. Otro gran avance que trajo la digitalización fue la Multiplexión, tecnología que permite transmitir varias conversaciones simultáneamente, aumentando así el número consumidores que podían disponer de la red de telefonía.

Sin embargo, fue el GSM (*Global System for Mobile communications*) el sistema que permitió la globalización de las telefonías móviles, que entre otras ventajas aportó una adecuada calidad de voz (gracias al procesado digital), itinerancia en el extranjero (*roaming*), terminales portátiles con menor tamaño y peso a un precio económico; y, la implantación de un mercado competitivo con gran cantidad y variedad de fabricantes y operadores. El GSM fue el estándar durante los años 90, sin embargo, empezó a ser insuficiente y el mercado demandaba una serie de demandas telefónicas que hacían casi obligatorio el incremento de la capacidad de transferencia de datos del sistema. Es en esta situación cuando se comienza a plantear el proyecto del 3G, pero al no estar suficientemente desarrollada la Multiplexión, se decidió poner en funcionamiento una velocidad intermedia denominada 2.5G (*Privateline.com Mobile Telephone History*, 2015).

Esta nueva generación del 2,5G (la cual dura aproximadamente del 2000 a 2003) permitía el envío de EMS, este servicio de mensajería instantánea mejorado que hacía posible la incorporación de melodías e iconos dentro de los mensajes basándose en el sistema de los SMS; un EMS era equivalente a tres o cuatro SMS. Además, permitía también el envío de MMS (Sistema de Mensajería Multimedia) los cuales permiten insertar archivos multimedia como fotografías, vídeos y sonidos de hasta 15 segundos de duración y texto. Entre los servicios que esta generación

ofrecía se encuentran “pulsar para hablar”, multimedia, información basada en la web de entretenimiento, juegos móviles, búsqueda y directorio, acceso a correo electrónico y videoconferencia. (*Evolución de la red de comunicación móvil, del 1G al 5G / VIU, s. f.*).

En la primera mitad de la década de los 2000 surgiría la célebre generación del 3G. Este surge de la necesidad de incrementar la capacidad de transmisión de datos con el objetivo de poder ofrecer al usuario servicios como el acceso a una conexión a internet desde el móvil, la videoconferencia, la visualización de contenidos televisivos y la descarga de archivos. («Historia del teléfono móvil», 2019). La finalidad de los sistemas 3G fue brindar un aumento de las tasas de datos, favorecer el crecimiento, capacidad más potente tanto de voz como de datos, soporte a las múltiples aplicaciones disponibles y alta transmisión de datos con un coste reducido. Los datos son enviados a través de una tecnología denominada Packet Switching. Entre sus múltiples servicios se encuentran acceso a internet con una alta velocidad, acceso fijo inalámbrico a internet, videollamadas, chats y conversaciones, acceso a contenidos de la televisión desde el móvil, vídeos a la carta y al gusto del consumidor, servicios con base en la localización, correo, buscapersonas, telefax y navegación por mapas, servicios de visualización multimedia como fotos y películas. Servicios de localización que permiten el acceso a las actualizaciones de tráfico y climatología, servicios móviles del ámbito de oficina, como por ejemplo la banca virtual. (*Evolución de la red de comunicación móvil, del 1G al 5G / VIU, s. f.*).

Dos aspectos a destacar en esta generación de cara al enfoque del presente trabajo serían: la implementación de las aplicaciones para redes sociales y un innovador servicio de datos móviles. Respecto al primero, en el año 2008 Facebook lanzó su aplicación para teléfonos iOS. Este hecho supuso una mayor conexión y uso de una red social ya en sí increíblemente expansiva. (*Conoce más acerca de la historia de Facebook, 2018*). A pesar de que seguía siendo igual que en su formato original para ordenador, el hecho de estar disponible en forma de aplicación para un teléfono, incrementó su facilidad de uso, manejo y accesibilidad; una tendencia que a día de hoy todas las redes sociales han seguido (Twitter, LinkedIn, Instagram...) contando todas ellas con su correspondiente versión móvil; la cual es mucho más utilizada que la informática. Respecto a los nuevos servicios de datos móviles, muchos teléfonos comenzaron a tener su propia conexión a internet. Con esto desaparecía el tener que buscar una conexión Wi-Fi, además de permitir una conexión constante a internet. Ambos hechos han podido indirectamente desencadenar el actual problema de dependencia a las nuevas tecnologías, al ofrecer tanto un servicio más manejable, como una conexión personal e ininterrumpida.

En febrero de 2007 NTT DoCoMo (empresa japonesa de telefonía) fue la precursora en experimentar con tecnologías de cuarta generación, llegando a alcanzar los

100 Mbit/s (12,5 MB/s) en un vehículo a una velocidad de 200 km/h. La empresa lanzó los que serían los primeros servicios 4G basados en tecnología LTE (*Long Term Evolution*) en Tokio, Nagoya y Osaka en el mes de diciembre de 2010 dando así comienzo la cuarta generación de telefonía móvil. El servicio 4G está basado enteramente en el protocolo IP, consiguiendo ser una innovadora tecnología lograda gracias a la convergencia entre las redes inalámbricas y de cable. De este tipo de tecnología se sirven dispositivos como módems inalámbricos y SmartPhones, entre otros. Su principal diferencia con las anteriores generaciones es la posibilidad de proporcionar unas velocidades de acceso mayores de 100 Mbit/s en movimiento y 1 Gbit/s en reposo, manteniendo de esta forma una calidad de servicio de alta seguridad que permite ofrecer cualquier clase de servicios en cualquier lugar, en cualquier momento, con el mínimo coste posible («Telefonía móvil 4G», 2019).

Entre los servicios de esta generación se encuentran telefonía IP, servicios de juegos, TV móvil de alta definición, videoconferencia, televisión 3D, computación en la nube, gestión de flujos múltiples de difusión y movimientos rápidos de teléfonos móviles, Digital Video Broadcasting (DVB) y acceso a información dinámica. (*Evolución de la red de comunicación móvil, del 1G al 5G / VIU, s. f.*). Esta generación es en la que nos encontramos a día de hoy, aunque si bien es cierto que en menos de un año se prevé que dé comienzo la 5G. Es por tanto esta cuarta generación la “responsable” de los problemas asociados al mal uso y dependencia de los dispositivos móviles.

Como ha podido verse, diez años atrás existían teléfonos “muy humildes” en comparación con los ambiciosos dispositivos que hoy día prácticamente cualquier persona tiene en su bolsillo. Todos los avances que esta generación ha aportado han facilitado enormemente muchas de nuestras tareas cotidianas: utilizar Google Maps para hacer un viaje, estar en un contacto permanente y prácticamente gratuito con cualquier persona del mundo gracias a WhatsApp, acceder a millones de canciones con Spotify o almacenar miles de fotos en la nube gracias a Google Drive. Estos ejemplos y muchos más son un claro reflejo de cómo los dispositivos móviles han aportado un evidente incremento de la calidad de vida de los usuarios o al menos una facilidad para ciertas tareas de la misma. Sin embargo, se trata de una moneda de dos caras, ya que al mismo tiempo es esta enorme accesibilidad y capacidad multitarea la que ha llevado a un uso excesivo de los dispositivos móviles, causando así dificultades y problemas que se abordarán en el presente trabajo.

Un último dato relativo a esta generación es que el 43 % de sus usuarios están utilizando “menos o ningún punto de acceso wifi público” desde que comenzaron a utilizar esta tecnología. Además, usan menos la conexión de banda ancha doméstica. Un 26 % de los suscriptores de LTE

pasan más de tres horas al día conectados, y una parte considerable de este tiempo lo dedican al consumo de vídeo («Telefonía móvil 4G», 2019).

Durante los últimos años se ha asistido al nacimiento de la próxima generación 5G. En 2017, en el mes de febrero, la Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT), organismo dependiente de Naciones Unidas, clarificó alguna de las especificaciones y distinciones que ofrecía la tecnología 5G; entre ellas se encuentran velocidades mínimas de 20 Gbps de descarga y 10 Gbps de subida, y una latencia de 4 ms. Se pretende la mejoría de los dispositivos para conseguir la mayor eficiencia posible para el internet de las cosas; además se prevé que todo el mundo utilice esta nueva tecnología en 2025. El 20 de febrero de 2018 empresas como Huawei y Vodafone, concluyeron en España la primera llamada de móvil 5G del mundo, y un año más tarde Samsung comercializó su primer móvil 5G, el "Samsung Galaxy S10 5G". En junio de 2019 Vodafone España ha comenzado a ofrecer 5G en las principales ciudades de España (Muñoz, 2019).

El 5G es la próxima generación que está por venir, y se trata de un ecosistema concebido para la integración total y masiva de dispositivos (IoT). Existe una ruta planificada y se espera la puesta en producción en el año 2020. Se espera que la quinta generación de la tecnología brinde una capacidad masiva de tráfico, con las más altas velocidades, uso eficiente del espectro y nuevos rangos de espectro, para una densidad masiva de usuarios. Otra de las expectativas es que se pueda contar con soporte para misiones críticas con una muy baja latencia, alta confiabilidad, disponibilidad y seguridad. Esta generación dará el soporte para implementar el internet de las cosas IoT (*Internet of Things*), para interconectar millones de dispositivos entre sí, con optimización en el uso de energía requerida por un lado y con un mejoramiento en la calidad y tiempo de vida de las baterías de los dispositivos por otro (*“Evolución de la tecnología móvil. Camino a 5G”* Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales, diciembre 2016).

Entre la totalidad de sus servicios se incluirán personas y dispositivos conectados en cualquier lugar en cualquier momento. Su aplicación hará que el mundo real sea una zona Wi-Fi. Dirección IP para móviles asignada de acuerdo con la red conectada y la posición geográfica. Señal de radio también a mayor altitud. Múltiples servicios paralelos, con los que se puede saber el tiempo meteorológico y en tu posición geográfica mientras se utiliza el dispositivo. El diagnóstico remoto es una gran característica de 5G: Un médico puede tratar al paciente situado en la parte remota del mundo. El seguimiento será más fácil, una organización gubernamental y otros investigadores pueden monitorear cualquier parte del mundo; además se hace posible reducir la tasa de criminalidad. La visualización del universo, galaxias y planetas serán posibles. Posible también detectar más rápidamente desastres naturales incluyendo tsunamis y terremotos (*Evolución de la red de comunicación móvil, del 1G al 5G / VIU, s. f.*).

En las líneas anteriores se ha hablado del “internet de las cosas”, se especificará a continuación más acerca de este fenómeno. Se usa este término para hablar de dispositivos conectados vía internet que ofrecen información variada al usuario, y, a su vez, es útil en el proceso de toma de decisiones relativas a un ámbito de su vida determinado. Internet de las cosas va a potenciar, sin duda, una profundización y una mayor generalización del uso de internet, tanto en el número de usuarios como en el número de aplicaciones y utilidades de esos usuarios. Además, hay aspectos externos a los propios usuarios de internet, como pueden ser las propias actuaciones de los organismos públicos, que pueden potenciar un mayor uso de internet de las cosas y una mayor asunción de una autoconfianza excesiva que haga que el usuario magnifique ese instrumento conectado a internet, que le aconseja y le ayuda a tomar decisiones, aunque no sean las más adecuadas.

Ese mayor uso de aparatos conectados a internet aumentará el sesgo de autoconfianza de los usuarios; todos facilitarán información propia sobre sus pautas de consumo, comportamiento y datos biológicos, y el instrumento irá aconsejando qué hacer en cada caso y qué productos se han de consumir o qué servicios han de contratarse. Se prevé que el internet de las cosas seguirá cambiando la forma de vida de los usuarios, como ya lo han hecho Facebook, Twitter o WhatsApp, pero que la forma cómo lo harán es actualmente impredecible. No podemos concretar el efecto adicional que producirá el advenimiento del internet de las cosas, ya que aún no hay estudios empíricos, pero sería razonable pensar que, como mínimo, exacerbará las patologías existentes al sustituir, en cierta medida, la relación entre humanos por una mayor interrelación computador-humano-computador. Eso sitúa a los humanos en un nuevo bucle con consecuencias hoy por hoy impredecibles (Glòria Callicó & Jordi Celma, 2016).

1.3 Mal uso, abuso, tolerancia, abstinencia, dependencia y adicción

El concepto de mal uso hace referencia a una manera inadecuada de tratar con cierta sustancia/dispositivo (en el contexto de las adicciones). Otros sinónimos que pueden encontrarse para esta denominación son: un uso limitadamente sano o enfermizo, uno forzoso, uno que sea problemático, uno que sea exagerado, uno no medido o un uso que involucre una fuerte vinculación a internet (Rial et al., 2014).

El abuso se define como una situación de riesgo evolutivo hacia la dependencia, que tiene relación con características psicológicas y psicopatológicas de la persona. Por un solo abuso no puede decirse que un sujeto vaya a crear una dependencia o una abstinencia. Abuso no es el estado

de drogodependencia en sí, es un contexto o comportamiento de riesgo que puede implicar una caída en una posible dependencia o adicción. No obstante, dependiendo de la herencia genética y la composición del ADN, es verdad que ciertos sujetos son más proclives a que una sola administración (un solo abuso) les lleve a dependencia. No obstante, no se trata de un factor decisivo, ya que el desarrollo de la dependencia también depende de muchos factores intrínsecos al sujeto.

La tolerancia se produce cuando, como resultado bien de la administración (o autoadministración) o bien de la exposición del sujeto a la sustancia/dispositivo, este presenta menor sensibilidad a ella/o, por lo que se necesitan dosis/exposiciones más altas para producir los mismos efectos. Es sabido que hay una correlación entre el uso/abuso y tolerancia: a mayor uso/abuso de una sustancia se da una mayor tolerancia de la misma.

La abstinencia hace referencia a no consumir cierta sustancia, o, en el contexto de las TIC, el dejar de estar expuesto a un dispositivo determinado. La abstinencia supone un conjunto de síntomas opuesto al buscado por quien toma la sustancia o utiliza un dispositivo. Esto último lleva a explicitar un concepto muy empleado en el mundo de las adicciones: el síndrome de abstinencia. Este se refiere a precisamente ese conjunto de síntomas y manifestaciones, tanto físicas como psicológicas que están asociadas al cese en el consumo/uso de cierta sustancia/dispositivo.

La dependencia es un síndrome que destaca a causa de un cuadro comportamental en el que se determina una gran preferencia para la utilización y consumo de una o varias sustancias psicoactivas concretas, en detrimento de a otras conductas consideradas frecuentemente de una naturaleza más primordial (OMS, 1982). El DSM-IV definía este concepto como: “la dependencia de sustancias consiste en un grupo de síntomas cognoscitivos, conductuales y sociológicos que indican que el individuo continúa consumiendo la sustancia, a pesar de la aparición de problemas significativos relacionados con ella y existe un patrón de repetida auto-administración que a menudo lleva a la tolerancia, abstinencia e ingestión compulsiva de la sustancia”. Da preferencia a que se incida en los efectos psicopatológicos de la drogodependencia y la drogadicción.

En el DSM-III el diagnóstico de abuso se realizaba por exclusión del de dependencia mientras que en el DSM-IV y DSM-V se recoge un gradiente dentro de la dependencia desde el abuso hasta el consumo compulsivo. Otro término a tener en cuenta es el de síndrome de dependencia, en este ya se crea un consumo compulsivo, dando prioridad a que el sujeto con dependencia pone una prioridad al consumo de la droga a otras conductas. La dependencia puede crear efectos que no solo inciden a nivel médico y físico, sino que también hay que centrarse en los aspectos sociales y psicológicos. Esta multifactorialidad es lo que el DSM-IV y DSM-V han

incluido en la definición de dependencia. Dando prioridad a hacer incidencia en los síndromes psicopatológicos que conlleva la drogadicción.

En sexto y último lugar estaría la adicción. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la califica como una afección somática y psicoemocional que establece una fuerte dependencia o exigencia de cara a una relación, sustancia o actividad. Es significativa por una serie de síntomas y rasgos, en los que están implicados un conjunto de agentes biológicos, hereditarios, psíquicos y sociales. Se trata de una afección creciente y fatídica, que destaca por una serie de sucesos ininterrumpidos de pérdida de control, distorsiones cognitivas y oposición de cara al padecimiento.

Se han de cumplir al menos tres de los criterios que se exponen a continuación en un intervalo de un año para que se pueda hablar de dependencia física y psicológica (Organización Mundial de la Salud. (2010) *Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol*. Italia.: Servicio de Producción de Documentos de la OMS):

- a. Irrefrenable anhelo o necesidad de consumir la sustancia.
- b. Impedimentos a la hora de controlar el consumo.
- c. Síndrome de abstinencia cuando se interrumpe o disminuye el consumo.
- d. La presencia de tolerancia.
- e. Pérdida progresiva de inquietudes distintas al consumo de la sustancia.
- f. Perseverancia en el consumo de sustancias aun advirtiéndose de manera objetiva los resultados nocivos.

Dentro de la adicción encontramos diferentes niveles, los cuales coinciden con varios de los términos vistos hasta ahora (Consejo Nacional contra las Adicciones (2008). *Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables. Guía para el promotor de "Nueva Vida"*. Capítulo 1):

1. Experimentación: es el caso donde la persona, guiada por la curiosidad, se anima a consumir determinada sustancia, para poder posteriormente continuar el consumo o interrumpirlo.

2. Uso: no existe gran compromiso con la sustancia, esta usualmente se consume los fines de semana y en circunstancias especiales. No puede hablarse de deterioro laboral, social o familiar y tampoco se presentan episodios de intoxicación. El consumidor tan sólo busca un cambio de sensaciones o búsqueda de otras nuevas. Sin embargo, ciertas sustancias generan dependencia física o psíquica progresivamente y es fácil caer en el abuso.

3. Abuso: el uso pasa ahora a volverse común en períodos de entresemana y se dan incidentes que involucran toxicidad. Por ejemplo, el caso del alcohol la intoxicación tiene lugar en momentos donde pueden observarse resacas o amnesias temporales. La sustancia va ocupando un espacio cada vez mayor en la vida del consumidor, presentándose así degradación académica, profesional, social y familiar. Se da también un estado de ánimo variable encontrando por un lado una vida corriente, y por otro lado una vida sumida en la adicción, siendo además no conocida usualmente por la familia.

4. Adicción: las relaciones de amistad y familiares se rompen, se dan obstáculos a nivel académico-laboral. La búsqueda de la sustancia ocurre casi de manera involuntaria. La abstinencia es ahora difícil ahora que tenga lugar; además hay un compromiso orgánico. Se dan patrones de peligrosidad: promiscuidad en el sexo, utilización de sustancias intravenosas y/o mezcla de diversas sustancias, el estado anímico está regulado por fase adictiva en la que pueda encontrarse la persona.

1.4 Confusión terminológica

Aun teniendo en cuenta que recientemente las investigaciones científicas ha mostrado un incremento verdaderamente significativo en las publicaciones relativas a la adicción a las nuevas tecnologías (NTIC), no debe de ser pasado por alto que, hasta el momento, no se puede hablar de una unanimidad en la comunidad científica internacional a la hora de considerar las ciberadicciones como una enfermedad, además de carecer de definiciones operativas para las diferentes expresiones del problema: internet, videojuegos, cibercasino, chat, redes sociales, etc (Terán Prieto, 2019, p.34).

Además, la existencia de comorbilidad psiquiátrica en cierta parte de la población afectada por este nuevo fenómeno podría actuar como factor de confusión diagnóstica. La Organización Mundial de la Salud (OMS) en la próxima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11), a pesar de una ausencia de unanimidad reseñada, incluirá por primera vez el trastorno por videojuegos como un trastorno de la salud mental más, este viene definido como: “un comportamiento persistente o recurrente de juego” (ya sea online u offline). Este último avance será visto con más detalle en posteriores apartados del presente trabajo.

Si se busca la primera definición sobre esta nueva problemática, la parodia hecha al DSM-IV por el psiquiatra americano Ivan Goldberguna; es unas primeras menciones relativas al trastorno de adicción a internet. En el año 1995 Goldberg definía los hipotéticos criterios

diagnósticos que este supuesto trastorno tendría, este fue llamado *Internet Addiction Disorder*, o IAD. No mucho tiempo más tarde esto derivó de ser un episodio simplemente anecdótico a ser planteado como un nuevo tipo de problema que merecía ser científicamente por las repercusiones y consecuencias que puede conllevar este tipo de conducta en la salud.

Es sabido que, actualmente no está incluido en el DSM-V y el hecho de si debe ser tratado como un trastorno o no continúa generando debate. A pesar de que, como ya se ha mencionado, el CIE-11 integrará la adicción a videojuegos como una nueva enfermedad, sigue habiendo muchos detractores sobre si las NTIC representan realmente un objeto de adicción y por ende un objeto de trastorno. Algunos expertos afirman que no se está en condiciones de hablar de una verdadera adicción como tal, sino de una sobreutilización o un uso desadaptativo (Carbonell, Chamarro, et al., 2012).

Por el contrario, se ha llegado también a afirmar que se trata de un tipo de “adicción sin sustancia”, y que “cualquier propensión desmesurada hacia cierto tipo de actividades puede desencadenar una adicción, haya o no una sustancia química de por medio”. El concepto de adicción se define pues como “una afición psicológica que genera dependencia y resta libertad (...) al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses” (Echeburúa y Corral, 2010).

En este trabajo se ha decidido utilizar el término “dependencia” como un término sustitutivo de adicción, con el objetivo de no utilizar esta última sin ser aceptada en su totalidad por la comunidad científica. Esta confusión terminológica y debate que se da en la literatura de este campo para hacer referencia al concepto podría verse ejemplificada en la gran amalgama de términos que se ha utilizado para referirse a la dependencia a internet. Entre los términos empleados pueden encontrarse: adicción a internet, uso insano o enfermizo, uso compulsivo, uso patológico, uso problemático, uso excesivo, uso no regulado o dependencia a internet (Rial et al., 2014). El empleo de uno u otro término revela las ideas subyacentes al constructo, ya sea debido a su componente más compulsivo y conductual (uso excesivo, compulsivo, no regulado...) o una patologización de este (adicción, uso patológico, dependencia...).

Si se atiende a la perspectiva de la adicción pueden encontrarse “dos bandos” a la hora de entender si se trata de una adicción o no. Por una parte, los más críticos de cara a que el abuso de las NTIC sea aceptado como una adicción, afirman que en los últimos años se ha dado una enorme predisposición a la hora de delimitar nuevos trastornos. Esto puede verse reflejado en que con cada edición y revisión del DSM es mayor el número los trastornos que en ella se incluyen o incluso “pseudotrastornos”. Además, estos detractores afirman que da la impresión de que cada cierto

tiempo una nueva adicción ocupa un puesto central en las investigaciones y, por ello, es visto como una moda transitoria. Por otra parte, la influencia que ejercen los medios de comunicación con una información “sensacionalista” puede estar sesgando en cierta manera la visión acerca del asunto (Pérez del Río, 2014).

Por otra parte, aquellos más partidarios de incluir el uso dependiente de estas nuevas tecnologías como trastorno, afirman que se pueden observar semejanzas entre la adicción a las nuevas tecnologías y las adicciones “clásicas”. Sin ir más lejos, el que al comienzo de un proceso adictivo la conducta está reforzada positivamente por una serie de factores, no obstante, a lo largo de las repeticiones, se pasa a actuar ante reforzadores negativos, en otras palabras, la evitación del malestar a causa de no realizar la conducta adictiva, llegando incluso a manifestar un síndrome de abstinencia al ser imposible realizar la conducta (Echeburúa y Corral, 2010). Otra semejanza pudiera ser la existencia de tolerancia, es decir, un decaimiento de la excitación original ante la misma cantidad de estimulación (SánchezCarbonell et al., 2008).

Por último, se está empezando a caer en la cuenta de que el WhatsApp, las notificaciones de diversas redes sociales, noticias y emails funcionan como pequeños reforzadores de esta conducta. Es realmente frecuente y usual que los usuarios de nuevas tecnologías comprueben cada poco tiempo sus dispositivos para ver si hay alguna novedad. Esto viene a ser una fuente continua de información susceptible de captar poderosamente la atención de los usuarios, reforzando cada vez más la posible conducta adictiva. Algunos autores afirman que no es debido a los teléfonos a los que un sujeto puede volverse “adicto”, sino a la información, entretenimiento y conexiones personales que esto aporta (Emanuel et al., 2015).

1.5 Panorama actual.

A pesar de que las conocidas como nuevas tecnologías llevan acompañando al ser humano desde la segunda mitad del siglo XX, no es sino hasta mediados de los años noventa que estas han irrumpido en la vida cotidiana, transformándose en una pieza clave en la cotidianidad humana de cara a la confrontación y resolución de una larga lista de estados, abarcando de la más simple a la de mayor dificultad, al igual que una parte primordial de ocio y tiempo libre. No obstante, las nuevas tecnologías no están exentas de polémica y problemática para algunos usuarios que han hecho de su uso una necesidad constante e imperiosa además del motor de sus vidas y una parte importante de sus rutinas, hasta llegar a causar interferencias en el llevar correctamente a cabo las imposiciones de la vida cotidiana transformarse en una verdadera “adicción” (Terán Prieto, 2019, p.132)

En los últimos años, ciertos estudiosos del tema han sugerido innovadores términos para posibles alteraciones. Por un lado, estaría la posible presencia de nomofobia (*no-mobile-phonephobia*) (King et al., 2013; Bragazzi & Del Puente, 2014), que hace referencia a la sensación de temor e inquietud irracionales que siente un considerable número de gente a salir de casa sin su Smartphone, que se les acabe la batería o permanecer en una ubicación en la cual la cobertura sea escasa o inexistente. Investigaciones del lustro pasado afirman que, en torno al 58% de los varones y el 48% de las mujeres padecían este trastorno, y un 9% accesorio afirmaba sentirse bajo cierto estrés en el momento en que su Smartphone no estaba encendido. Alrededor del 55% afirmaba que por el sentirse “aislados” de la posible comunicación con su familia y amistades experimentaban ansiedad, a su vez un escaso 10% afirmaba que el motivo era su empleo, ya que este demandaba estar siempre conectado (Gil, 2015).

Un novedoso término planteado es el *ringxiety*, también llamado *phantomringing* o sonido fantasma (Avvannavar, Kumar, Shrihari & Babu Are, 2008). Este tiene lugar en el momento en que el sujeto escucha el sonido de su Smartphone o percibe su vibración cuando realmente esto no está ocurriendo. El *ringxiety* está directamente relacionado con migrañas, estrés, cambios en el sueño y depresión (Ofstedal, Wilen, Sandstromt & Mild, 2000; Thomée, Harenstam & Hagberg, 2011). Por último, se ha podido demostrar, que el *ringxiety* resulta ser una causa de peligro de cara al avance de alteraciones relacionadas con problemas mentales (Thomée et al., 2011).

El término de FoMO (*fear of missing out*) va en esta nueva corriente terminológica, y ha obtenido enorme divulgación en años recientes. Este concepto ha sido desarrollado por el doctor Dan Herman durante la década de los noventa, no ha obtenido rigor hasta el lanzamiento de *Computers in Human Behaviour: Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out* (Przybylski, Murayama, DeHaan y Gladwell, 2013), donde es descrito como un sentimiento de molestia que puede alcanzarse al ser conocedor de que otros están llevando a cabo actividades agradables y el sujeto no está integrado en ellas. En la mencionada investigación se halló una correlación entre el FoMO y la percepción general de malestar psicológico. Przybylski et al. fueron pioneros en posibilitar un entendimiento objetivo y empíricamente validado del término FoMO, al desarrollar un cuestionario tipo auto-informe y posibilitar la demostración objetiva de su validez de constructo y de los correlatos psicológicos (Gil, 2015).

Los sujetos afligidos por el FoMO tienen miedo de quedarse fuera y verse excluidos a causa de no permanecer atentos a lo que ocurría en las redes sociales online. El FoMO no puede ser entendido como una forma de dependencia a las redes sociales, no obstante, pudiera ser un impulsor de un uso inadecuado, y de cómo las redes sociales pueden convertirse en fuente de malestar que podría empeorar el estado de salud del sujeto. Como afirman Przybylski et al. el

FoMO tiene relación directa con la mediación sentimental. El FoMO demostró tener relación con una considerable utilización de redes sociales, menor gratificación por parte de algunas necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía, conexión interpersonal) y peor satisfacción vital. El FoMO sería entendido como un elemento autorregulador a causa de la insatisfacción continua u ocasional de las necesidades básicas (Alt. D., 2015)

A día de hoy no puede encontrarse una completa unanimidad en la literatura científica respecto a estos nuevos problemas de adicción, a pesar de una demanda asistencial notablemente en crecimiento, de igual manera en las prestaciones de jóvenes/adolescentes y en las de adultos, asociados a alteraciones derivadas de la utilización excesiva de las nuevas tecnologías (NTIC). En esta división de opinión respecto a esta nueva problemática, se encontraría por un lado a los defensores la presencia de un síndrome clínico correctamente reconocido, que emula al clásico de dependencia de sustancias. Por otro lado, se encontraría aquellos detractores de la existencia de una patología y le dotan de un matiz educativo y también apoyan las medidas pedagógicas de cara a una capacidad resolutive y de afrontamiento.

No obstante, antes de continuar detallando el actual panorama sobre la problemática de las nuevas tecnologías en el contexto científico, es menester realizar ciertas aclaraciones terminológicas al respecto.

El término de adicción ha sido enormemente estudiado en las últimas décadas como un fenómeno inherente al consumo de sustancias (drogadicción) y podría servir tanto como base como guía en el entendimiento de las ciberadicciones. La Organización Mundial de la Salud (OMS) en su Décima Revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10), delimita el concepto de drogodependencia como:

“Síndrome que implica un esquema de comportamiento en el que se establece una gran prioridad para el uso de una o varias sustancias psicoactivas determinadas, frente a otros comportamientos considerados habitualmente como más importantes” (OMS, 2018, p.96).

La dependencia está acompañada de tres o más de los rasgos siguientes (España et al., 2018, p.17):

- A) Fuerte deseo o experiencia de una compulsión a consumir la sustancia.
- B) Reducción de la competencia para el control del consumo (inicio, final o cantidad ingerida).
- C) Síntomas de abstinencia.
- D) Tolerancia.

E) Cesión progresiva de otras fuentes de placer u ocio.

F) Perseverancia en el consumo de la/s sustancia/s aun teniendo en cuenta sus evidentes consecuencias nocivas.

Por otra parte, el DSM-V no reconoce más que el Juego Patológico como único trastorno adictivo no relacionado con sustancias. Los criterios diagnósticos de este único trastorno reconocido son (American Psychiatric Association, 2014):

A. Juego patológico con problemática continuada y reiterada que causa un desgaste o malestar significativamente clínico, y se exterioriza porque el individuo muestra cuatro (o más) de los siguientes criterios durante un periodo de un año:

1. Necesidad de realizar grandes apuestas que involucran cantidades de dinero crecientes para lograr la excitación deseada.

2. Muestra nerviosismo/excitación en el momento que trata de reducir o abandonar el juego.

3. Ha realizado esfuerzos continuados para establecer un control, reducción o abandono del juego, siempre sin éxito.

4. Frecuentemente piensa e imagina situaciones de apuesta (por ejemplo, reviviendo continuamente en su imaginación vivencias de apuestas pasadas, condicionando o programando su siguiente apuesta, planificando maneras de conseguir dinero para apostar).

5. Frecuentemente apuesta en el momento que siente malestar (p. ej. desamparo, culpabilidad, ansiedad, depresión).

6. Tras haber perdido dinero en sus apuestas, tiende a regresar otro día para intentar ganar (“recuperar” las pérdidas).

7. Miente para esconder su grado de implicación en el juego.

8. Ha arriesgado o ha perdido una relación significativa, un puesto de trabajo o una carrera universitaria o profesional debido al juego.

9. Confía en que otros le presten dinero para aliviar su crítica situación económica causada por el juego.

B. Su comportamiento ante el juego no se explica mejor por un episodio maníaco.

A pesar de no existir un consenso o delimitación de un trastorno relacionado con adicciones tecnológicas, algunos estudios se han basado en estas dos clasificaciones, adaptándolas al contexto de las nuevas tecnologías. Tal es por ejemplo el caso del trabajo de (Flores Robaina et al., 2015)

en el cual se utilizan los criterios diagnósticos del Juego Patológico para adaptarlos a un posible criterio diagnóstico de dependencia de internet y teléfonos móviles.

No obstante y aunque recientemente la investigación científica ha mostrado un avance significativo en las publicaciones y trabajos relacionados con una posible adicción de las nuevas tecnologías, no debe pasarse por alto que, hasta ahora, no hay consenso en la comunidad científica internacional de cara a contemplar las ciberadicciones como una patología, además de carecer de definiciones operativas para las diferentes expresiones del problema: internet, videojuegos, casino online, chats, redes sociales, etc. Por otra parte, la existencia de comorbilidad psiquiátrica parcial de los afligidos pudiera ejercer un papel como agente de confusión diagnóstica (Terán Prieto, 2019, p.134).

Según un reciente boletín de la OMS este mismo año se reconocía una definición “un comportamiento persistente o reiterado de juego” (sea este online u offline) que se manifiesta a través de tres síntomas (*Sharpening the focus on gaming disorder*, 2019):

- 1) Presencia de descontrol en la conducta de juego respecto al inicio, frecuencia, intensidad, duración, finalización y contexto donde se desarrolla el juego.
- 2) Preferencia que se otorga a los videojuegos frente a otros intereses vitales y actividades rutinarias.
- 3) Perseverancia de la conducta o aumento de la misma aun teniendo conocimiento de las repercusiones peyorativas asociadas.

El patrón de uso ha de ser considerado grave y también causar un deterioro significativo en las esferas individual, familiar, social, académica, profesional u ámbitos de funcionamiento. La sintomatología ha de manifestarse en un periodo de, por lo menos un año, o en menos tiempo en caso de cumplirse los criterios destacados y la sintomatología es grave (Terán Prieto, 2019, p.134). Esta clasificación entrará en vigor el 1 de enero de 2022.

En adición, y dentro de los problemas relacionados con los comportamientos y alteraciones de salud, se debe saber que se ha incluido el trastorno por uso de videojuegos en una medida de riesgo, que se trata de “un patrón de uso de juegos digitales, ya offline u online, que incrementa considerablemente el riesgo de consecuencias perjudiciales para la salud física o psicológica del individuo o de aquellas personas en su entorno”.

Así, desde la OMS se afirma que el mayor riesgo puede deberse a “la frecuencia de uso de los videojuegos, tiempo invertido en estas actividades, al descuido de otras actividades y preferencias, a las actitudes de riesgo asociadas con el uso de videojuegos o con su contexto, a las

repercusiones adversas o a la combinación de todos estos factores”. Además, apuntan que es frecuente que el patrón de uso de los videojuegos sea persistente a pesar de que el individuo sea consciente del mayor riesgo de daño que tiene esta actividad para sí mismo o para otras personas (ABCvideojuegos, 2019)

El Dr. Susumu Higuchi, director del Centro de Medicina y Tratamiento de Adicciones de Kurihama, en la Prefectura de Kanagawa (Japón) está convencido de que los videojuegos online involucran riesgo para la salud mental. Higuchi comenzó en 2011 el primer programa de Japón enfocado al tratamiento de la adicción a internet. Actualmente hay 84 programas como este en el país Nipón. El Dr. Higuchi ha presenciado el incremento incesante de la cantidad de pacientes con adicción a los videojuegos. Según Higuchi de una serie de 269 pacientes con los que trabaja a día de hoy su adicción a internet, 241 son “adictos”, especialmente a los videojuegos; y de estos, 215 son varones.

Los pacientes tratados por el Dr. Higuchi muestran diversos síntomas. Generalmente, son incapaces de controlar el período de juego y siguen jugando aun teniendo en cuenta las repercusiones negativas, por ejemplo, dejando el colegio (teniendo en cuenta que casi tres cuartas partes de los pacientes están en edad escolar) o la pérdida de su empleo. El Dr. Higuchi es participante en una reciente revisión bibliográfica, titulada *Cross-sectional and longitudinal epidemiological studies of internet gaming disorder* (“Estudios epidemiológicos transversales y longitudinales del trastorno por uso de videojuegos en línea”), donde pudo concluirse que la predominancia de este trastorno en los grupos muestrales estudiados varía entre el 0,7% y el 27,5%.

Vladimir Poznyak, miembro experto perteneciente a la OMS en consumo de sustancias y conductas adictivas, confirma a raíz de esta revisión que el espacio geográfico no ejerce excesiva influencia sobre la prevalencia. Poznyak cita también diversas investigaciones que afirman que la prevalencia del trastorno por uso de videojuegos online varía entre el 1% y el 10% en Europa y Norteamérica. A su vez, la Dra. Sophia Achab, directora del programa de comportamientos adictivos en el Hospital Universitario de Ginebra, trata el asunto del incremento imparable en el número de individuos que sufren trastornos relacionados con el uso videojuegos y de la proporción en crecimiento entre hombres jóvenes. Según afirma Achab “43 de nuestros 110 pacientes con adicción a internet son fundamentalmente adictos a los videojuegos. Hay 40 niños u varones jóvenes, y sólo tres niñas”.

En concreto, un caso que ha causado un fuerte impacto a la Dra. Achab es un varón joven de 22 años al cual su madre acompañó al programa. “Había dejado el colegio hacía dos años y se

oponía a salir de su cuarto, donde llegaba a jugar 18 horas al día. A causa del sedentarismo, se le habían formado coágulos sanguíneos en las piernas”, afirma Achab.

El Dr. Higuchi afirma que realmente complejo el tratamiento de este tipo de pacientes, especialmente porque internet es universal y extensamente difundido, la adicción a los videojuegos es más compleja de abordar que una adicción al alcohol o a sustancias, porque internet está en todo momento y lugar. Además, el diseño de los videojuegos dificulta todavía más el tratamiento. Uno de los tres elementos que tiene en consideración la Dra. Achab de cara a la evaluación de la exposición al peligro adictivo es el tipo de videojuego. Los dos elementos restantes mantienen una estrecha relación con el individuo (su autoestima, por ejemplo) y el entorno (su hogar, su escuela y su trabajo). Para Achab, los sistemas de recompensa de estos videojuegos (“cajas de botín virtuales, cofres de recompensa, paquetes...”) que ofrecen recompensas virtuales (por ejemplo, armamento y protección) o recompensas reales (suscripciones a emisiones en directo) no están exentos de riesgo. La doctora añade que la búsqueda de recompensas lleva a los jugadores a continuar jugando para conseguir victorias reales o virtuales, entrando así en una vorágine de la cual es difícil salir.

Otro problema que señala el Dr. Higuchi son los juegos multijugador: “te permiten jugar y competir con otras personas. Esto puede ser emocionante para la mayoría de la gente, pero especialmente todo para los jóvenes a quienes les cuesta socializar”. Higuchi además resalta aquellos juegos que animan a los jugadores a participar en torneos y competiciones para ganar dinero. El doctor afirma que muchos de sus pacientes consideran la posibilidad de ganarse la vida con los videojuegos, lo que hace que aumente la dimensión de su posible trastorno.

Tanto Higuchi como Achab proponen sendas formas de abordar el tratamiento de este nuevo problema. El primero combina la terapia cognitivo-conductual con el desarrollo de habilidades sociales y los programas enfocados en la actividad física. La segunda por su parte, se sirve de la psicoterapia para que el paciente reconecte consigo mismo, con sus metas vitales y con su entorno social. No obstante, ambos tratamientos buscan lo mismo: conseguir que el individuo reconozca su adicción y reconecte con la realidad.

Aún en nuestros días, los especialistas se enfrentaban a la ausencia de acuerdo sobre la naturaleza del problema con el que tratan. El Dr. Higuchi habla al respecto afirmando que la ausencia de una delimitación precisa de este trastorno, dificulta tanto que se delimiten buenas prácticas de salud y tratamientos apropiadas, así como el entorpecimiento a la hora de lograr un seguimiento y una vigilancia efectivas. Para dar solución a este problema, la OMS ha puesto en funcionamiento un proceso de consulta de cuatro años de duración con el objetivo de estudiar las

consecuencias de los videojuegos para la salud pública y así poder delimitar con claridad el “trastorno por uso de videojuegos”. La clasificación obtenida de este programa se publicó en la vigesimoprimer edición de la Clasificación estadística internacional de enfermedades y problemas relacionados con la salud (CIE-11).

Según la clasificación del CIE-11, es posible hacer un diagnóstico de un trastorno por abuso de videojuegos cuando, en un periodo de al menos un año, se manifiesta un comportamiento que se caracterice por la pérdida del control sobre el intervalo que se dedica a jugar, la mayor preferencia que obtiene el juego frente a otros intereses y actividades y la continuidad de esta conducta aun teniendo en cuenta las repercusiones negativas. La decisión de añadir una nueva etiqueta diagnóstica en la CIE-11 ha sido bien acogida por la psicología y la psiquiatría en todo el mundo, entre ellos formando parte los asociados al Real Colegio de Psiquiatras del Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte además de la División 50 de la Asociación Estadounidense de Psicología (APA) experta en psicología de las conductas adictivas.

No obstante, este avance no ha logrado crear una plena satisfacción diagnóstica. Empresas y asociaciones del sector de los videojuegos junto a algunos investigadores y expertos de la salud mental creen que, ya que no se dispone todavía de suficiente información acerca de los efectos de los videojuegos en los individuos, esta reciente inclusión es precipitada. Afirman además que pudiera originar a un sobre-diagnóstico e incrementa el conocido como “pánico moral” sobre los videojuegos online y la estigmatización de aquellos que los juegan. Estas críticas están basadas además en la decisión de la APA de añadir el “trastorno por juego en internet” en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) como una trastorno que debe ser investigado con mayor rigor (American Psychiatric Association, 2014), reconociendo así que es necesario estudiarlo mejor para validarlo como categoría diagnóstica.

Vladimir Poznyak señala por su parte que la admisión de este trastorno en la CIE-11 se fundamenta en los resultados obtenidos por un grupo de especialistas de más de veinte naciones y en el incremento de la demanda de tratamiento de las patologías relacionadas con los videojuegos online. Respecto a la preocupación concerniente al sobre-diagnóstico y la estigmatización, Poznyak mantiene una postura escéptica: “La admisión del trastorno por uso de videojuegos en la CIE-11 abrirá las puertas al diagnóstico y correcto tratamiento, así como llevar a cabo un seguimiento, vigilancia e investigación necesarios para saber más acerca de su prevalencia e impacto”. Poznyak afirma que la OMS mantiene colaboración con sus miembros para que los expertos en medicina puedan disponer de una prueba de detección basada en evidencias científicas además de una entrevista diagnóstica.

Por último, el Dr. Higuchi considera positivo todo aquello que sea de ayuda para clarificar este diagnóstico y aumentar el reconocimiento de este trastorno, y piensa que la recién incluida clasificación en la CIE-11 ayudará en ello. También considera realmente apropiado que la OMS provea de instrucciones sobre las conductas apropiadas para los infantes de menos de 5 años respecto a las nuevas tecnologías. Entre otras cosas aconseja que, durante su primer año de vida, los niños no estén expuestos a las pantallas, que entre el primer y segundo año se les exponga el menor intervalo posible, y que los infantes de 2 a 4 años no pasen más de una hora al día frente a una pantalla.

1.5.1 Epidemiología

Una de las últimas encuestas llevada a cabo por el Plan Nacional sobre Drogas en población escolar (14-18 años) ESTUDES 2016-2017 destacaba la presencia de Uso Compulsivo de internet, puntuación mayor a 28 en la *Compulsive Internet Use Scale* (CIUS), en el 21% de la muestra, esto es un 4,6% mayor que la encuesta llevada a cabo en 2014 (Terán Prieto, 2019, p.134). Por otra parte, el jugar dinero tanto offline como online afectaba al 6,4% y 13,6% respectivamente. Datos pertenecientes a la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas afirman que entre el 0,2% y el 12,3% de los adolescentes cumplen criterios para el juego problemático (*Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2014*, 2017). Según el último informe *Global Digital 2019 Reports*, en el mundo hay 5.112 millones de usuarios de teléfonos móviles y 3.484 millones de personas activas en las redes sociales, con un aumento del 9% respecto al año anterior. En España, según un estudio de 40db para Uppers, el 90% de la población entre 45 y 65 años está en Facebook; en Instagram de momento la cifra se mantiene en un 37,7%.

Un equipo de investigadores de la Universidad de Michigan ha podido demostrar que un uso excesivo de las redes sociales provoca en el cerebro unos efectos similares al consumo de cocaína y heroína. Para demostrarlo, hicieron una prueba con 71 personas, a las que les sometieron a determinados ejercicios psicológicos de distinta índole y a una encuesta que medía su dependencia a Facebook, con preguntas acerca de sus sentimientos cuando no podían usar la plataforma o el impacto que creían que había tenido la red social en su trabajo o en sus estudios. Las conclusiones demostraron que aquellas personas que usan de manera abusiva las redes sociales toman peores decisiones que las que no. Precisamente, según apuntan, esto mismo también ocurre con los adictos a sustancias como la cocaína, la heroína y la nicotina (Nacho Ontoria, 2019). En cambio, los participantes que hicieron mejor la tarea, utilizaban menos sus redes sociales. Y esta deficiencia psicológica también se da entre las personas que abusan de las drogas, como la cocaína

o la nicotina, porque muestran la misma tendencia psicológica en la toma de malas decisiones (Gregori, 2019).

Una investigación llevada a cabo por la Cátedra para el Desarrollo Social de la Universidad Camilo José Cela (UCJC), en alumnos de cuarto de la ESO (15 y 16 años) en la capital de Madrid ha investigado acerca del uso y abuso de las nuevas tecnologías (NTIC) y su posible vínculo con índices de salud mental, hallando una elevada prevalencia de alteraciones relacionadas con el uso inapropiado de estas. Entre ellos destacan (Terán Prieto, 2019, pp. 134-136):

1) Teléfono móvil: Más de la mitad de los adolescentes hacen un uso inadecuado del teléfono móvil: 28,4% muestra un uso de riesgo, el 21% hace un uso abusivo y el 8% presenta dependencia de su smartphone.

2) WhatsApp: Un 43,5% de los adolescentes presenta una conducta problemática en su uso: el 21% muestra un uso de riesgo, el 14,5% de abuso y el 8% de dependencia.

3) Redes sociales: Cerca del 40% presentaban un uso problemático: el 19% mostró un uso de riesgo, el 13% abuso y el 7% dependencia.

4) Videojuegos: En un porcentaje similar a las anteriores, alrededor del 40% de los jóvenes de Madrid, hacían uso de aplicaciones de videojuegos de manera problemática. El 24% mostraban uso de riesgo, el 12,5% abuso y el 5,7% dependencia.

5) Juegos de azar: Los datos resultantes se superponen a los ya mencionados de la encuesta ESTUDES del Plan Nacional sobre Drogas, con porcentajes alrededor del 5% enfocados a los jóvenes que pasaban mucho tiempo en páginas de apuestas deportivas y alrededor del 12% aquellos que lo habían realizado en contadas ocasiones.

Como conclusión de este apartado y último aporte más reciente al mismo, se ha considerado necesario incluir los últimos datos del INE sobre equipamiento y uso de las TIC en los hogares. La tabla que se presenta a continuación (*INEbase / Ciencia y tecnología /Nuevas tecnologías de la información y la comunicación /Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares / Últimos datos, s. f.*) esclarece por apartados tanto el valor (en porcentaje) actual, como la variación respecto al año anterior:

Tabla 1. Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares

		Valor	Variación
Casas con conexión a internet	1	91,4	5,0

Casas con conexión de banda ancha	1	85,2	-0,9
Personas que han utilizado internet (últimos 3 meses)	2	90,7	4,6
Usuarios frecuentes de internet (por lo menos una vez a la semana en los últimos 3 meses)	2	87,7	5,2
Personas que han comprado por internet (últimos 3 meses)	2	46,9	3,4

1. Hogares con al menos un miembro de 16 a 74 años de edad
2. Personas de 16 a 74 años de edad

Como puede observarse la cifra en todos los apartados contemplados, salvo en hogares con banda ancha, ha aumentado en al menos un 3,4% respecto al año pasado. Este es un dato realmente alarmante a la par que lógico.

1.5.2 Diferencias de género

Es un hecho que el uso que hacen los adolescentes y las adolescentes de las nuevas tecnologías no es el mismo. Por ejemplo, en el ámbito de los videojuegos, hay mayor preponderancia de jugadores masculinos y por ende mayor número de varones con un uso problemático de los mismos; mientras que, en el caso de las mujeres, en el uso del Smartphone son ellas las que manifiestan patrones más desadaptativos (Carbonell, Chamarro, et al., 2012).

En el caso de los videojuegos se han encontrado resultados coherentes con lo anteriormente mencionado como que son los varones aquellos que pasan más tiempo jugando a videojuegos. Además, también se ha comprobado que es el grupo de adolescentes con un progreso académico más bajo, el que con mayor frecuencia juega con videojuegos cotidianamente: 9,70% de los varones frente a 3,20% de mujeres (Ameneiros & Ricoy, 2015). Además, es sabido que los videojuegos online ofrecen no solo la posibilidad de jugar, sino de conocer gente nueva y hacer nuevas amistades. Es por ello que, en el estudio anteriormente citado, esta cuestión también queda reflejada en que un 50% de los varones entabló amistades nuevas mediante los videojuegos online, entretanto, sólo un 16,10% de las mujeres hizo amigos/as nuevos/as a partir del juego con los mismos. Cabe destacar que son únicamente los varones (12,90%) los que piensan que los videojuegos influyen siempre de una forma positiva. A mayores, también son el colectivo que, en mayor medida, considera que los videojuegos no influyen de ningún modo.

En el estudio sobre impulsividad y “adicción” a los videojuegos de (Lloret Irlés & Morell-Gomis, 2016) se realizó un análisis descriptivo sobre el comportamiento por género en videojuegos con estudiantes de secundaria de 12 a 16 años. Los resultados indicaron que la impulsividad se asocia con la una dependencia a videojuegos en ambos sexos, y parece estar relacionada con el tiempo dedicado a los mismos. Por tanto, la variable demostró ser influyente tras el análisis de los resultados. Desde esta perspectiva, estos indicaron diferencias en los parámetros de comportamiento de juego. Los varones jugaron aproximadamente el doble de días y horas que las mujeres, y mostraron una mayor prevalencia de la adicción.

Estos resultados aportan consistencia a los hallazgos de estudios similares que indican que los niños juegan significativamente más y presentan más características de la dependencia a los videojuegos (Desai, Krishnem-Sharin, Cavallo y Potenza, 2010; Gentile, 2009; Haagsma, Pieterse, y Peters, 2012; Tejeiro y Bersabé., 2002, Wang et al, 2014). Diversos estudios y trabajos de investigación han sido realizados para explicar estas diferencias en términos del tiempo disponible para actividades de ocio en población infanto-juvenil. De hecho, las niñas informan que tienen menos tiempo libre, y que este tiempo libre se divide en períodos más cortos, lo que hace que sea más difícil dedicar más tiempo a los videojuegos (Winn y Heeter, 2009).

Este último dato puede explicar un hallazgo del estudio de Ameneiros y Ricoy en el que se afirma que los videojuegos no son utilizados por los adolescentes como una vía de socialización. En este estudio se concluye que apenas un tercio del colectivo ha entablado nuevas amistades a raíz del juego. Además, se encontró una gran diferencia en relación al género, pues muy pocas mujeres reconocían socializar a través de este medio (Ameneiros & Ricoy, 2015).

Respecto al teléfono móvil, el estudio “Adicción a internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles” (Carbonell et al., 2012) ofrece los siguientes datos de interés. Los datos obtenidos en las investigaciones españolas sugieren que las mujeres muestran más dificultad en el uso del teléfono y conciben su utilización como más problemático que los hombres (Carbonell et al, 2012; Beranuy, Oberst, et al, 2009; Chóliz, Villanueva y Chóliz, 2009; Jenaro, et al. 2007; Labrador y Villadangos, 2010; Sánchez-Martínez y Otero, 2009). Para Chóliz, Villanueva y Chóliz (2009), las chicas utilizan más el móvil para enfrentarse a estados de ánimo displacenteros. En el estudio *Computers in Human Behavior* (Beranuy, Oberst, Carbonell y Chamarro, 2009) se afirmaba que el malestar psicológico correlaciona con uso inadecuado de la Red y el Smartphone; las mujeres obtuvieron resultados más altos que los varones en el cuestionario de teléfono móvil, demostrando resultados más negativos de su uso desadaptativo. Esto queda de nuevo patente en el estudio *Cyberpsychology and Behavior* (Sánchez-Martínez &

Otero, 2009) en donde el 26,1% de las mujeres y el 13% de los hombres eran dependientes al teléfono móvil.

Por su parte el estudio *Psicothema* (Beranuy, Chamarro, Graner y Carbonell, 2009) concluyó que el Smartphone es menos adictivo que internet. Los hombres presentaron un uso más dependiente de internet, mientras las mujeres se caracterizaron por utilizar el móvil como herramienta para expresar y comunicar las emociones. Pareciera que el uso de ambas tecnologías demuestra mayor problemática en la adolescencia y se normaliza con a mayor edad, hacia un uso más maduro, menos lúdico y con menos consecuencias peyorativas. Por otro lado, un estudio que abarcaba todas las TIC *Psicothema* (Labrador y Villadangos, 2010) concluyó que los problemas de las TIC: internet (5,7% mujeres, 4,7% hombres); videojuegos (0,3% mujeres, 2,4% hombres); teléfono móvil (10,3% mujeres, 6,2% hombres); televisión (10,2% para ambos, mujeres y hombres). Estos resultados coinciden con los anteriores, mostrando el ya conocido patrón de “hombres-videojuegos, mujeres-móviles”.

Por último, Chóliz, Villanueva y Chóliz concluyen en su estudio RED que las mujeres enviaban más SMSs, realizaron más “llamadas perdidas” y, por lo general, pasaban más tiempo haciendo uso del teléfono móvil que los hombres. No se apreciaron diferencias en las llamadas. Las mujeres hacen uso el teléfono móvil más como un dispositivo de comunicación interpersonal y como una herramienta para enfrentarse a estados emocionales desagradables. Los hombres hacen más uso de las funciones tecnológicas de los teléfonos (por ejemplo, los videojuegos, las descargas de internet y la conexión a dispositivos electrónicos) (Chóliz et al., 2009).

Finalmente se abordarán los interesantes resultados obtenidos en el estudio “No, sin mi móvil. Diferencias de género y uso de las nuevas tecnologías” (Fernández & Alcalde, 2015). Este estudio abordaba los diversos estereotipos de género arraigados al uso de las TIC arrojando nuevos resultados, parcialmente distintos a los comentados anteriormente. Para empezar, los resultados generales provenientes de una serie entrevistas semiestructuradas que se utilizaron como instrumento, mostraban distinciones en el uso entre mujeres y hombres en las redes sociales. Se comprobó que las mujeres mostraban más inclinación a compartir material de tipo audiovisual como sus fotografías y sus vídeos, a hablar con sus respectivas amistades, a utilizar las redes sociales ofrecidas por el móvil, como el Whatsapp y por último a compartir información sobre cine y música. Los hombres, por otro lado, mostraban una marcada preferencia por las actividades deportivas especialmente por las competiciones futbolísticas, por los videojuegos de contenido más violento, por medios de comunicación como la televisión o la radio, y por la participación de manera activa en foros sobre videojuegos y TIC.

En este estudio se valoraba un factor importante, que hasta ahora no había sido contemplado: aprendizaje de las TIC. Según los datos asociados a este factor, en los menores de edad, resulta relevante la existencia de otros “nativos digitales” (familiares y amigos/as de su edad que conocen tan bien como ellos el manejo de las TIC) y de expertos. Respecto a la variable género en este caso, los varones presentan un proceso de aprendizaje más autónomo que en el caso de las mujeres; dado que las mujeres afirmaban haber recibido una mayor cantidad de apoyo por parte de todos los agentes, formales e informales. Por su parte, los mayores de edad (18-20 años) han aprendido, en mayor grado, de manera autónoma y/o gracias a la ayuda de agentes socializadores formales (profesores, padres). Este dato resulta particularmente interesante, ya que si se entiende el contexto de aprendizaje bajo el que ambas generaciones (mayores/menores de edad) se formaron en el uso de las nuevas tecnologías se podría encontrar una sustancial diferencia. Esta es, que en la época en que los mayores de edad (especialmente aquellos con más de 25 años) comenzaron a utilizar las TIC, estas no estaban tan extendidas como actualmente, por lo que su conocimiento era algo “reservado” a unos pocos. Es por ello que, tal vez, en el estudio comentado, los mayores de edad pudieran haber necesitado más de una figura de referencia (padres o profesor) o bien que, ante la ausencia de suficiente información, hubieran de hacerlo por su propia cuenta de manera autodidacta. En el caso de los menores de edad, al ser “puros nativos digitales”, la afluencia de información y de dispositivos disponibles era sustancialmente mayor a la que tenían sus antecesores. Es por ello que tal vez los adolescentes actuales ejerzan una función de “maestros” unos de otros, teniendo incluso más conocimiento en materia de telefonía móvil que sus padres o hermanos mayores.

Respecto al uso de chats (ya sea WhatsApp, Skype o cualquier red social) esta actividad demostraba ser realizada más por los varones, que superan ampliamente a las mujeres: de esta forma, un 50,3 % de hombres admite chatear frecuentemente, respecto al 40,7 % de mujeres. Se trata de jóvenes que chatean sobre aficiones en grupos de afinidad pero que manifiestan mayor precaución a la hora de hablar de temas personales. Si el pertenecer a redes sociales es técnicamente universal (95 % de la muestra del estudio), su uso aún está más extendido entre las chicas. De esta manera, sólo un 2,9 % reconoce no utilizar redes sociales frente al 7,2 % de los varones.

Las mujeres muestran también una utilización más extensa (con una utilización prácticamente generalizada) y más intensa (con una frecuencia de uso semanal y diaria). El perfil multiusuario en las redes sociales está caracterizado por una mayor preponderancia femenina (casi la mitad de mujeres en la muestra eran usuarias de 2 redes sociales). Atendiendo al estudiado factor de género, las redes sociales empleadas desde el teléfono móvil son de dominio fundamentalmente

femenino, especialmente entre las menores de edad. No obstante, en el rango desde los 18 a los 20 años, su papel dominante es sustituido por las aplicaciones de la mensajería instantánea y el WhatsApp.

Respecto a la tecnología móvil, las mujeres se muestran como las grandes “movilizadas” de la vida diaria. Ya desde su minoría de edad (entre 10 y 17 años), el uso del teléfono móvil entre ellas alcanza el 67,4 %. Al alcanzar su mayoría de edad, prácticamente todas las mujeres tienen, por lo menos un teléfono móvil, y su presencia es mayoritaria (llegando a alcanzar prácticamente el 100 % de la población femenina) (INE, 2013). Las mujeres además muestran una mayor proporción de utilización de internet con el Smartphone con una diferencia considerable respecto a los varones; además de ser mucho más intensivas en su utilización, con una mayor frecuencia de uso diario y semanal.

Por último, si se tiene en cuenta las cifras respecto a la población de menores de edad españoles, apelando a datos del INE (2013), las mujeres se sitúan por encima de los hombres tanto en la utilización del ordenador como en el uso de internet. Es entonces que un 96,2% de mujeres menores de edad utilizan el ordenador mientras que el porcentaje de varones es del 94,1%. Siguiendo esta línea, su utilización de internet alcanza un 92,9% frente al 90,7% de los varones. A pesar de que las discrepancias no son significativamente altas, la cifra más llamativa es el notable incremento del uso femenino, el cual ha conseguido posicionarse por encima del masculino.

El estudio de Fernández y Alcalde concluye que las mujeres administran más sus roles tanto públicos como personales, sirviéndose de las nuevas tecnologías y redes sociales y se confirma una mayor porosidad, en el sentido de una mayor imbricación de utilización del ordenador y del Smartphone en sus relaciones personales. Por otro lado, en los hombres, existe una tendencia más breve en esta desconexión, la cual hace referencia a mensajes cuya carga de contenido es más pragmática (quedar para hacer recados o establecer citas) y en charlas de temática por lo general más breve. A pesar de que las TIC se muestran como una forma interacción e irrupción en sociedad, y como instrumento de socialización tanto para el género femenino como el masculino, es mucho más notable su uso por parte del sector femenino, que hace su uso de un modo más intensivo y frecuente.

1.5.3 Factores de riesgo y adictivos de las TIC. Señales de alarma

Han sido ampliamente tratadas en el panorama científico las características que hacen atractivas a las TIC; hasta el punto de no poder estar sin utilizarlas o generar patrones dependientes. Entre las más destacadas están: funcionamiento las veinticuatro horas del día, rapidez e inmediatez en la conexión, facilidad de acceso, oportunidad de tener acceso a infinidad de contenido y estímulos, capacidad de facilitar las relaciones sociales, recompensa en un corto periodo de tiempo, visibilidad y reafirmación de la identidad en el grupo, reto y nivel progresivo de dificultad unido a la sensación de control o dominación en los videojuegos, conexión incesante con amistades, anonimato, sosiego de las tensiones y del malestar emocional, “desconexión” de la realidad, capacidad de establecer personalidades ficticias, etc (Terán Prieto, 2019).

La primera preocupación es causa directa del tiempo total rutinario invertido por adolescentes y jóvenes españoles de la utilización de los dispositivos más comunes (televisión, ordenador y móvil) que, tal y como muestra la información accesible, pudiera superar las seis horas al día, esto es, la cuarta parte del total del día (Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009). En adición a la preocupación por el considerable tiempo invertido y recursos que adolescentes y jóvenes dedican a las nuevas tecnologías, la inquietud de madres y padres es causa de los impedimentos que estos tienen de cara al control y supervisión del contenido de las webs o juegos de internet a los que tienen acceso sus hijos e hijas, preocupados por que muchos de esos contenidos (pornográficos o violentos) sean inadecuados (Oliva, Hidalgo, Moreno, Jiménez, Antolín & Ramos, 2012).

“En el caso de la utilización de los teléfonos móviles, los argumentos que han llevado a conceptualizarlo como una conducta adictiva hacen referencia fundamentalmente al tiempo y a la atención empleados por los usuarios en detrimento de otras conductas o actividades, con la consiguiente pérdida de control” (Olivencia-Carrión et al., 2016, p.110).

“En determinadas situaciones hay ciertos patrones de personalidad o estados emocionales que incrementan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones: la impulsividad; la disforia (estado atípico del ánimo que se experimenta subjetivamente como desagradable y que está caracterizado por fluctuaciones frecuentes del estado de ánimo); la intolerancia a los estímulos displacenteros, tanto físicos (dolores, insomnio o fatiga) como psicológicos (disgustos, preocupaciones o responsabilidades); y la búsqueda desmesurada de emociones fuertes. Hay no obstante ocasiones, en que a la adicción subyace un problema de personalidad (patrones de timidez, autoestima poco desarrollada o desprecio por la imagen corporal) o un estilo de afrontamiento inapropiado ante las adversidades rutinarias. A su vez, los problemas psiquiátricos anteriores (tales como depresión,

TDAH, fobia social u hostilidad) incrementan el riesgo de mostrar conductas adictivas (Echeburúa & de Corral, 2010, p. 93).

Es por tanto un hecho conocido que existen individuos con mayor vulnerabilidad que otros a las dependencias. Es más, el acceso general a las nuevas tecnologías en los países desarrollados es muy amplio y, no obstante, solo un limitado número de personas padecen problemas de adicción (Becoña, 2009; Echeburúa y Fernández-Montalvo, 2006; Labrador y Villadangos, 2009).

Los jóvenes y adolescentes constituyen un grupo de especial riesgo, ya que tienen posibilidad de mostrar patrones de rebeldía y sublevación ante sus padres, son tendentes a la búsqueda de sensaciones novedosas y emociones fuertes y son aquellos que más tiempo pasan en internet y en redes sociales, además de ser quienes mayor familiaridad tienen con los Smartphone (entre cuyas aplicaciones están los canales de mensajería gratis, como WhatsApp) y las nuevas tecnologías (Sánchez-Carbonell, Beranuy, Castellana et al., 2008).

Diversos expertos hablan de los adolescentes como un colectivo de riesgo de cara a las tecnologías de la comunicación (Graner et al., 2007). Los adolescentes no poseen aun control total sobre sus impulsos, están más fácilmente influidos por las campañas de publicidad y han tomado el móvil como un símbolo de estatus (Sánchez, Carbonell, Fargues, Rosell, Lusa, y Oberst, 2008). En adición pueden hallar ciertas ventajas en los Smartphone debido que les permiten destacar entre el resto, reafirmar su identidad de cara al grupo, mantener comunicación con los amigos o les reporta un sentimiento de seguridad el hecho de llevarlo con ellos (Echeburúa & de Corral, 2010). Por el contrario, el no poseer o llevar encima un teléfono móvil puede ser causa de exclusión y marginación en el contexto del joven. También es considerado un sector poblacional mucho más susceptible ante la publicidad, esta ofrece estos productos relacionados con el estilo, las amistades y el individualismo.

Determinados entornos familiares demuestran no ser propicios para la adquisición de pautas de conducta sanas y socialmente adaptadas. Es por ello que, los entornos familiares rígidos y de índole estricta, caracterizados por un estilo educativo autoritario, son proclives para el desarrollo de hijos dependientes, irresponsables o rebeldes, que decidirán obrar en contra de las normas de los padres y almacenar sentimientos de rabia y rencor hacia estos (Odriozola, 2012). Por otra parte, entornos propios de familias permisivas o desestructuradas, con reglas inexistentes/inconsistentes; además de con carencia de relación entre el modelo del padre y el de la madre, no resulta de ayuda en el establecimiento de un inventario de buenas praxis y de un autocontrol apropiado en el joven ni aporta un apoyo emocional adecuado. Al no haber adquirido un concepto de necesidad de límites, muchos de los hijos desarrollados en este ambiente pueden

derivar en egocéntricos, caprichosos e impulsivos (Echeburúa y Requesens, 2012). Es por esto que tanto un estilo parental autoritario y restrictivo como uno permisivo y sin delimitar, son posibles caldos de cultivo para hijos/as que desarrollen conductas de uso abusivo o dependencia de las TIC.

Por último, un aislamiento social o aquellas relaciones mantenidas con un grupo de personas que abusan de las nuevas tecnologías (jugadores online de MMORPGs, por ejemplo), pueden incitar al adolescente a desarrollar una dependencia a internet o a las redes sociales. Esta tendencia a dejarse influenciar por el entorno o a lograr una compensación en el mundo virtual de las carencias del mundo real aumenta en el momento en que el entorno familiar está poco cohesionado y no consigue modular los impulsos del adolescente (Echeburúa y Requesens, 2012).

“Aquellas características inherentes a la personalidad también podrían ser un agente de riesgo. Se han delimitado ciertos patrones de la personalidad o estados de ánimo que podrían ejercer influencia en el desarrollo de alteraciones o problemas, como pueden ser: la impulsividad, la intolerancia a los estímulos no placenteros, la disforia o la búsqueda desmesurada de emociones fuertes, entre varias. Además, en aquellas situaciones en las que la persona no muestra satisfacción con su desarrollo vital, podría ocurrir que trate de paliar dicha insatisfacción con una adicción/dependencia, ya sea esta con o sin sustancia” (Echeburúa & de Corral, 2010, p.93).

Por otra parte, existen evidencias de que la ansiedad social y la ausencia de habilidad social están relacionadas con el uso problemático de internet (Torrente, Piqueras, Orgilés, y Espada, 2014). En la siguiente tabla pueden apreciarse cinco factores psicológicos de predisposición divididos en variables de índole emocional o bien relacionadas con factores de personalidad (Echeburúa, 2012, p. 441):

Tabla 2. *Factores psicológicos de predisposición*

VARIABLES DE PERSONALIDAD
Impulsividad
Búsqueda de sensaciones
Autoestima baja
Intolerancia ante la estimulación displacentera
Estilo de afrontamiento inapropiado ante la adversidad
Vulnerabilidad emocional
Estado de ánimo disfórico
Falta de afecto
Debilidad en la cohesión emocional
Debilidad de relaciones sociales

En resumen, un sujeto con una estructura familiar inapropiada, unas relaciones sociales inadecuadas/pobres y una personalidad vulnerable sufre el riesgo de mostrar dependencia si tiene un sistema habitual de recompensa inmediata, tiene fácil acceso al objeto de la dependencia, siente presión social por parte de su grupo y está además sometido a situaciones de estrés (fracaso escolar, frustraciones afectivas o competitividad) o de vacío existencial (aislamiento social o falta de objetivos). No obstante, estos rasgos son compartidos también por muchos sujetos que abusan del alcohol y de las drogas. Es por esto, que más que de un perfil de dependencia a las nuevas tecnologías, se debe hablar de sujetos propensos a sufrir “adicciones”. La elección de un tipo u otro de “adicción” será en muchas ocasiones una cuestión de oportunidad (Echeburúa, 2012).

En las adicciones químicas queda comprobado que la autoestima está relacionada peyorativamente con la adicción. Siguiendo esta premisa, diversos autores han tratado de comprobar si existe esta correlación en lo que al mal uso de los Smartphone se refiere. Los resultados obtenidos sí parecieran confirmar esta relación, no obstante, no de una forma tan precisa (Pérez, Monje, y de León, 2012). En otras ocasiones se trata de sujetos que bien manifiestan una insatisfacción vital o bien que carecen de un afecto consistente y que por ello tratan de compensar estas carencias con drogas o alcohol, o con conductas sin sustancias (compras, juego, internet o móviles). De esta forma internet, las redes sociales o los dispositivos más recientes ejercen una función de prótesis tecnológica. En estos casos aquello que estas personas demandan es afecto, el cual contribuye de forma positiva y decisiva en el equilibrio psicológico (Odriozola, 2012).

También pudieran estar causando interferencia factores externos como es el caso de aquellos padres que no son usuarios de internet (Boubeta, Ferreiro, Salgado, y Couto, 2015). Ciertos autores apuntan a que la posesión de varios dispositivos con conexión a internet se relaciona positivamente con una posible adicción/dependencia, en mujeres adolescentes (Piguet, Berchtold, Akre, y Suris, 2015). En población adulta se ha hallado que aquellos hacen uso de redes sociales, videojuegos y entretenimiento tienen mayor predisposición a tener un mal uso del móvil, a pesar de no estar sometidos a los factores de riesgo en el desarrollo adolescente (Jeong, Kim, Yum, y Hwang, 2016).

Según (Terán Prieto, 2019, p. 137) la siguiente tabla recoge aquellos factores de riesgo de dependencia/abuso de las TIC:

Tabla 3. Factores de riesgo de abuso/dependencia a las TIC

Adolescencia (búsqueda de sensaciones nuevas, impulsividad)
Estados emocionales

Disforia Intolerancia a estimulación displacentera física o psíquica Búsqueda de sensaciones fuertes
Personalidad
Timidez desmesurada, introversión e inseguridad Baja autoestima Rechazo de la imagen corporal Estilo de afrontamiento inapropiado ante las dificultades cotidianas Alexitimia Ausencia de identidad
Enfermedades mentales
Depresión T. control de impulsos T. conducta alimentaria Hostilidad TOC Fobia social TDAH Abuso de drogas Bipolaridad
Otras
Personas con insatisfacción vital Carencia de afectos consistentes

De entre todos los anteriores resulta de especial relevancia para el motivo de este trabajo la edad, en este caso la adolescencia. Debido al momento de maduración del sistema nervioso central y lo que de este resulta en el control y manejo de las experiencias novedosas, la impulsividad y la toma de decisiones. Resulta especialmente relevante no olvidar que es la población juvenil aquella que hace un uso permanente de las TIC y que su maduración cerebral condiciona notablemente la relación con las nuevas tecnologías, transformándose de esta forma en un importante factor de riesgo.

Guerri (Guía Consumo intensivo de alcohol, 2015) habla sobre la forma en que el proceso de desarrollo cerebral ocurre de forma desigual desde zona posteriores hacia la zona frontal, de manera que aquellas partes que forman parte o guardan relación con el sistema de recompensa y

de motivación en la búsqueda de estimulación placentera (núcleo estriado, núcleo acumbens, amígdala, etc.) se desarrollan previamente a la región cortico-prefrontal implicada en el proceso de toma de decisiones, la planificación y la inhibición de las conductas impulsivas. Es precisamente esta desigualdad entre las áreas maduras que motivan la búsqueda de recompensa, y las áreas inmaduras que planifican e inhiben este impulso lo que favorece que el individuo adopte conductas exploratorias de alto riesgo ante estímulos novedosos. Es muy probable que sea esta una de las razones por las que la población juvenil tenga una muy baja percepción del riesgo acerca el uso de las TIC.

Seguramente, el mayor problema del uso inadecuado de las nuevas tecnologías es la probabilidad de desarrollar no solo una conducta compulsiva que ocupe gran parte del tiempo (lo que podría alejar al adolescente de otro tipo de actividades más saludables e igualmente necesarias a ciertas edades), sino a una auténtica dependencia y ausencia de control sobre sus patrones de conducta. Esta fuerte dependencia es más probable que se desarrolle en población adolescente que en población adulta, debido a que la corteza prefrontal se encuentra aún menos desarrollada y su autocontrol no ha alcanzado todavía el nivel adulto (Oliva, 2007).

Un factor que aparece como claro índice de uso inapropiado son las consultas recurrentes del Smartphone, esto a su vez pudiera ser un índice de la importancia de los mensajes de texto (Labrador y Villadangos, 2010) y del acceso a redes sociales. Las principales señales de alerta que demuestran una posible dependencia a las TIC o a las redes sociales y que además podrían ser un reflejo de la transformación de una afición en una adicción son las que siguen (Echeburúa y Corral, 2010):

- a) Privación del sueño (<5 horas) por estar conectado a internet, a la cual se dedica unos intervalos de tiempo de conexión anormalmente elevados.
- b) Desatender otras actividades importantes, como la intimidad con la familia, las relaciones sociales, el estudio o trabajo personal y/o el cuidado de la salud.
- c) Recibir quejas relacionadas con el uso de internet o del Smartphone de alguien cercano, como progenitores o los hermanos.
- d) Dedicar pensamientos a la conexión a internet o en al Smartphone permanentemente, aun cuando se permanece onlie, y sentir irritación excesiva en el momento en que la conexión falla o resulta muy lenta.
- e) Tratar de llevar a cabo limitaciones el tiempo de conexión, pero sin lograrlo, y perder además la noción del tiempo.

- f) Mentir acerca del tiempo real que se permanece conectado o jugando a videojuegos.
- g) Aislación social, mostrar irritabilidad y disminuir el rendimiento en el estudio.
- h) Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está haciendo uso del Smartphone

De esta forma, el estar constantemente prestando atento al teléfono móvil, utilizar el ordenador según se llega a casa, conectarse a internet recién levantado y ser esto lo último que se lleva a cabo antes irse a acostar, así como disminuir el tiempo en tareas cotidianas, como son comer, dormir, estudiar o pasar tiempo con la familia, establecen la configuración del perfil de un adicto a internet o al teléfono móvil. Más que el número de horas conectado a internet, lo realmente importante es el grado de interferencia en la vida cotidiana (Davis, 2001).

2 METODOLOGÍA

2.1 Hipótesis

En primer lugar, a raíz del fenómeno de uso inadecuado de las TIC, se desea comprobar a través de los cuestionarios rellenos por los alumnos, si existe una tendencia general hacia un uso problemático de las TIC en cuanto a horas de uso, problemas domésticos e interferencias contextuales se refiere.

En segundo lugar, los datos aportados por los cuestionarios Escala de Uso Excesivo de Videojuegos y Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil permitirá comprobar si cierto número de alumnos de la muestra, mostrarán una tendencia a la dependencia o un uso excesivo como tal a móviles y/o videojuegos.

En tercer lugar, los cuestionarios Uso de TIC en Menores y Uso de TIC para Padres y Madres, servirán para comprobar la hipótesis de que determinado número de alumnos tendrán un inapropiado método de control o reglas ineficientes/inexistentes de cara al uso de estos dispositivos.

En cuarto lugar, y gracias al cuestionario Uso de TIC en Menores, se presupone que habrá un determinado número de aplicaciones, páginas y sitios web susceptibles de mayor problemática o potencial desadaptativo.

2.2 Participantes

Primero se detallará la muestra empleada para este estudio, la cual se divide en dos grupos poblacionales diferentes. El primer grupo se trata de un conjunto de 111 alumnos del Colegio Nuestra Señora del Pilar; centro educativo situado en Valladolid, el cual cuenta con alumnado desde Educación Infantil a Bachillerato. De estos 111 alumnos totales se ha tratado de estipular una equivalencia entre los cuatro cursos de la ESO, quedando así 28 alumnos para 1º, 30 para 2º, 27 para 3º y finalmente 26 para 4º de la ESO. Las edades del alumnado de la muestra comprenden desde los 11 a los 16 años. El segundo grupo poblacional está conformado por 32 padres y madres de alumnos del mismo centro. De estos 32 padres/madres, 12 tienen hijos/as en 1º de la ESO, 8 en 2º, 6 en 3º y finalmente otros 6 para 4º de la ESO.

2.3 Instrumentos

Respecto a los instrumentos utilizados para el trabajo empírico de esta investigación, se han utilizado un total de cuatro cuestionarios, los cuales se explicitarán a continuación.

2.3.1 Escala de Uso Excesivo de Videojuegos

Este cuestionario, diseñado específicamente por el autor de este TFM, es una adaptación de la Escala de Uso Excesivo de Internet (Jenaro, Flores, Vela, González y Caballo, 2007), también conocida como IOS (*Internet Over-use Scale*). El cuestionario original fue diseñado para la detección de posibles casos de dependencia a internet. Para este trabajo, se ha diseñado este cuestionario para el mismo propósito, pero enfocado a posibles casos de dependencia a videojuegos. Es por esto que este nuevo cuestionario es similar en estructura al IOS, los cambios realizados son puramente de contenido; cambiando por ejemplo la pregunta original *¿Con qué frecuencia abandona las cosas que está haciendo para pasar más tiempo conectado a la Red?* por *¿Con qué frecuencia abandona las cosas que está haciendo para pasar más tiempo jugando a videojuegos?*

La Escala de Uso Excesivo de Videojuegos está compuesta de un total de 23 preguntas divididas y agrupadas por criterios, a saber: preocupación, tolerancia, intentos, abstinencia, escape, ocultación y consecuencias. Estas 23 preguntas podían ser respondidas en una escala Likert de frecuencia con seis categorías: 1 (Nunca), 2 (Casi nunca), 3 (A veces), 4 (A menudo), 5 (Casi siempre) y 6 (Casi siempre). La IOS estaba diseñado siguiendo los criterios diagnósticos para juego patológico incluidos en el DSM-IV. Para el reconocimiento de posibles casos de abuso o uso excesivo de internet se tuvieron en cuenta aquellos casos que cumplieran al menos 4 criterios diagnósticos (siendo cumplidos 4 o 5 criterios sinónimo de una gravedad leve, 6 o 7 intermedia y 8 o 9 de elevada gravedad). En la Escala de Uso Excesivo de Videojuegos el procedimiento para la identificación de posibles casos será el mismo. Por último, destacar que tanto el cuestionario original, como los dos adaptados para este trabajo no permiten ni están diseñados para realizar ningún tipo de diagnóstico; su función es detectar y observar aquellos casos más problemáticos de uso y/o dependencia de videojuegos o móviles y observar su gravedad.

2.3.2 Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil

La Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil (Jenaro, Flores, Vela, González y Caballo, 2007), conocida también como COS tiene la misma composición y estructura que la IOS y su adaptación a videojuegos para este cuestionario. La elección de este cuestionario para el presente trabajo se basa tanto en el diseño como en el contenido del mismo. Respecto al diseño, este es conciso y no muy extenso, lo cual es deseable para un grupo de jóvenes y más aún si este cuestionario iba a estar acompañado de otros dos, siendo uno de ellos realmente extenso. En lo referente a su contenido, se consideró que las cuestiones abordadas en él se ajustaban perfectamente al motivo de este trabajo de investigación, por lo que, junto a la Escala de Uso Excesivo de Videojuegos, formarían un correcto paquete de cuestionarios de cara a una extensa y completa recogida de datos.

La Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil está compuesta de un total de 23 preguntas divididas y agrupadas por criterios éstas son nuevamente: preocupación, tolerancia, intentos, abstinencia, escape, ocultación y consecuencias. Estas 23 preguntas podían ser respondidas en una escala Likert de frecuencia con seis categorías: 1 (Nunca), 2 (Casi nunca), 3 (A veces), 4 (A menudo), 5 (Casi siempre) y 6 (Casi siempre). En la Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil el procedimiento para la identificación de posibles casos será el mismo que en Videojuegos; teniendo como punto límite el cumplimiento de al menos cuatro criterios diagnósticos. Finalmente, recordar que tanto el cuestionario original, como el creado para este trabajo no permiten ni están planteados para realizar ningún tipo de diagnóstico; su función es la detección y observación de los casos más problemáticos de uso y/o abuso de móviles en este caso y observar su gravedad.

2.3.3 Cuestionario Uso de TIC en menores

Perteneciente al COPCyL (Colegio oficial de Psicólogos de Castilla y León) y con autoría de Brunicardi E., Rico Vegas A., Sanz García M. (2018), este cuestionario es un extenso recopilatorio transversal de múltiples áreas concernientes al uso de las TIC, orientado en este caso a población juvenil. El cuestionario tiene un total de 26 preguntas y está dividido en cuatro bloques: Bloque I (1-8): Tipos de redes, tiempo y acceso, Bloque II (9-14): Interferencias en la vida diaria por el uso de las TIC, Bloque III (15-25): Factores familiares y Bloque IV (26) Otros factores.

Las opciones de respuesta para las veintiséis preguntas siguen diversas alternativas en función de la pregunta en sí. Se encuentran por lo tanto preguntas cuya opción de respuesta es únicamente Si/No, preguntas que se responden rellenando con una equis las opciones afirmativas para el sujeto, preguntas de ordenar de mayor a menor según preferencia de uso diversas opciones de respuesta, preguntas en las que el sujeto completaba el mismo las respuestas rellenando espacios en blanco (redes que utiliza o edad de inicio de uso), preguntas que ofrecían opciones de frecuencia temporal como respuesta (horas de uso de dispositivos), preguntas de Si/No con justificación/descripción de la respuesta y finalmente preguntas con escala tipo Likert de frecuencia como opción de respuesta. Todas y cada una de las preguntas de este cuestionario serán detalladas individualmente en el apartado de resultados.

El Cuestionario de Uso de las TIC en menores no tenía una ponderación objetiva o sistema estadístico para su codificación; se trata de un cuestionario enfocado a la recogida de datos para una posterior obtención de información respecto a su contenido. Permitiendo por ello abarcar multitud de áreas del uso de las TIC y observar la existencia o no de posible problemática en cualquier aspecto de las mismas. Un apartado especialmente relevante de este cuestionario para este trabajo, es todo el respectivo a la convivencia con los padres por el buen o mal uso de las TIC. Uno de los objetivos del presente trabajo era contrastar la información obtenida a través de las dos fuentes (muestras) del estudio: padres e hijos. Por lo que todas aquellas preguntas que hayan sido contestadas por ambas muestras poblacionales tendrán especial interés.

2.3.4 Cuestionario Uso de TIC para madres/padres

Pertenciente al COPCyL (Colegio oficial de Psicólogos de Castilla y León) y con autoría de Brunicardi E., Rico Vegas A., Sanz García M. (2018), este cuestionario es similar a un complementario del anterior; ejerciendo la función de recopilar nueva información sobre la situación de uso de las TIC, pero esta vez por parte de los padres y madres. Este nuevo cuestionario tiene un total de 23 preguntas divididas en tres bloques sin nombre específico; comprendiendo el Bloque I de la pregunta 1 a la 8, el Bloque II de la pregunta 9 a la 18 y el Bloque III de la 18 a la 23.

Las opciones de respuesta para estas 23 preguntas ofrecen diversas alternativas en función de la propia pregunta. En este caso hay preguntas cuya opción de respuesta consiste en marcar con una equis aquellos dispositivos que usaran los padres y/o sus hijos, preguntas que hacen referencia a la edad/redes sociales y habían de ser rellenadas, preguntas sobre la importancia de ciertos temas

que ofrecían cuatro categorías como opción de respuesta (Nula, Media, Bastante y Completamente necesaria; o bien Nula, Normal, Necesaria e Imprescindible), Preguntas de Si/No, preguntas que ofrecían opciones de frecuencia temporal como respuesta (horas de uso de dispositivos) preguntas sobre grado de aprovechamiento/cumplimiento (Nulo, Bajo, Medio, Bueno y Alto), preguntas de Si/No y preguntas con una escala tipo Likert como opción de respuesta (Nunca o rara vez, A veces, Con frecuencia, Muy a menudo, Casi siempre). Todas y cada una de las preguntas de este cuestionario serán detalladas individualmente en el apartado de resultados.

El Cuestionario de Uso de las TIC en madres/padres tampoco contaba con una ponderación objetiva o sistema estadístico para su posible codificación; de nuevo se trata de una herramienta orientada a una recogida de datos global de cara a la obtención de información respecto a su contenido. Esto permite nuevamente abarcar multitud de esferas acerca del uso de las TIC y apreciar la presencia o no de problemática en cualquier aspecto de las mismas. Nuevamente un apartado especialmente relevante de este cuestionario, es todo el que hace referencia al clima familiar y la mediación del mismo de cara a las TIC. Recordar que se pretende observar la información reflejada por ambas fuentes y apreciar si hay o no consenso en la misma.

2.4 Procedimiento

El procedimiento seguido para la recogida de datos se desarrollará en este apartado para una clara apreciación de todo el proceso. En primer lugar, se estableció contacto con el Colegio Nuestra Señora del Pilar (Valladolid); por una parte, se solicitó al Jefe de Estudios de la ESO la realización de los tres cuestionarios con alumnos, y, por otra parte, se habló con el presidente del AMPA de dicho centro educativo para pedir colaboración en el cuestionario para adultos.

Al tener respuesta afirmativa del Jefe de Estudios, se procedió a fijar una fecha en el calendario escolar para que se pasaran los cuestionarios; esta fue el 14 de febrero de 2020. Además, al tener el Colegio Nuestra Señora del Pilar Valladolid 3 líneas de alumnos, (entre 75 y 90 por curso) se hubo de hacer una selección aleatorio para escoger una sola línea por cada curso de la ESO, que era el intervalo estudiantil de interés en este trabajo. La idea para la recogida era hacerla completa (los tres cuestionarios en los cuatro cursos) el mismo día para no alterar en exceso el ritmo de trabajo del centro y hacer más eficiente el proceso. El viernes 14 de febrero se procedió a pasar en persona los cuestionarios en el centro; se comenzó desde las 10:00 y duró hasta las 14:10 aproximadamente. El orden de recogida fue el siguiente: 2º ESO B, 1º ESO A, 3º ESO A, 4º ESO B. El proceso de recogida de datos se realizó individualmente para cada clase, divididas

cada una en su aula. En primer lugar, se les explicaba el propósito de la investigación, se garantizaba su anonimato, se les aseguraba que podían contestar con total seguridad y que, de hecho, debían hacerlo. Se les pidió a los alumnos, además, que realizaran el cuestionario individualmente y en silencio para evitar cualquier tipo de distracción. El orden para los cuestionarios fue en primer lugar la Escala de Uso Excesivo de Videojuegos, después la Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil y finalmente el Cuestionario de Uso de TIC en Menores. Durante el proceso de realización de los cuestionarios (entre 30 y 50 min dependiendo del curso) estaban presentes tanto el investigador como el profesor oportuno en cada clase; con lo que, si algún alumno/a tenía alguna duda acerca del proceso, cualquiera de los dos podía responder. Los cuestionarios se completaron en el tiempo previsto y se pudo finalizar con éxito en todos los cursos.

En el caso de los padres y la realización del Cuestionario de Uso de TIC en madres/padres, se encontró una posible dificultad previa de cara a la realización del cuestionario: la gran mayoría de progenitores son trabajadores/as o no cuentan con la disponibilidad necesaria para personarse en el centro a realizar el cuestionario. Es por ello que se acordó con el AMPA digitalizar el cuestionario a través de la herramienta Google Formularios y, desde el AMPA, enviarla por correo electrónico a los padres y madres de alumnos del colegio para así estos poder completarla con más facilidad y sin requerir de movilización o compromiso. Una vez finalizó el período destinado a que los progenitores pudieran rellenar y enviar el cuestionario, el AMPA envió al investigador una plantilla de datos de Excel con todos los resultados de los cuestionarios online.

Se decidió utilizar una serie de hojas-plantilla de Microsoft Excel 2016 para integrar todos los resultados de los tres cuestionarios completados por los alumnos. Los resultados de los cuestionarios de los padres fueron también integrados en un libro de este mismo programa. El hecho de no utilizar herramientas como SPSS o Stata es debido a varios motivos: la corrección e interpretación de las Escalas de Uso Excesivo no eran excesivamente complejas, y podían ser corregidas y analizadas apropiadamente en Microsoft Excel, como se verá más adelante. En lo respectivo a los dos Cuestionarios de Uso de las TIC, a pesar de ser mucho más extensos y amplios que los otros dos cuestionarios, su formato impide/no requiere una posterior codificación estadística; sino que se trata de un extenso instrumento que al tener diversas opciones de respuesta (numéricas, verbales, ordinarias, respuesta corta...) pudo ser llevado a cabo con un análisis individual por pregunta, utilizando las herramientas de Microsoft Excel para la obtención tanto de promedios, como de porcentajes. Este trabajo en Excel fue completado por el investigador pasando resultados, corrigiéndolos y analizándolos en su conjunto tanto individualmente para la respuesta, como para cada uno de los cursos.

3 RESULTADOS

Ante la gran cantidad de resultados obtenidos a través de los cuatro cuestionarios empleados, ha decidido hacerse una división de los mismos para facilitar su comprensión y análisis.

3.1 Escala de Uso Excesivo de Videojuegos

Tanto en este cuestionario como su complementario para teléfonos móviles se analizaron atendiendo a los ocho criterios totales en los que estaban divididas las 23 preguntas. Un promedio de al menos 3,5 se consideraba cumplimiento del criterio en cuestión; y cuatro criterios cumplidos significaba ya un uso excesivo y/o posible dependencia. No obstante, se ha decidido estudiar también cuantos alumnos cumplían tres de los criterios. Si bien estos no cumplirían los requisitos para hablar de uso excesivo, al estar cerca de ello, han sido considerados de interés para este trabajo de investigación. Se mostrará a continuación una tabla dividida en cursos y en función de si se han cumplido tres o cuatro o más criterios diagnósticos.

Tabla 4. *Escala de Uso Excesivo de Videojuegos*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
=3 Criterios	2	0	0	1
≥ 4 Criterios	0	2	0	1

En 1º de la ESO se encontraron únicamente dos casos de tres criterios cumplidos y ninguno que cumpliera al menos cuatro. Estos dos casos de tres criterios podrían entenderse como alumnos que muestran cierta problemática de uso, debida tal vez a un incumplimiento de las normas parentales o una ineficiencia/inexistencia de estas, que, si bien no llega a ser considerada uso excesivo, es digna de interés.

Para 2º de la ESO es el resultado contrario: ni un solo caso de al menos tres criterios y dos que cumplieran cuatro o más. De estos dos casos uno cumplía cuatro criterios exactos, siendo esta una gravedad leve; y el otro los siete criterios totales. Este último caso representa el caso de mayor gravedad acontecido en este cuestionario. Ambos serían considerados uso excesivo y estarían sujetos tal vez a falta de rigor parental en el control de uso de las TIC que hacen los hijos. El primer

caso, si bien no es excesivamente grave, ya es un mal y desmesurado uso que un estudiante está realizando. El segundo caso representa un alto nivel de gravedad y, seguramente requiriera algún tipo de intervención al tratarse no solo de un alumno joven, sino de uno que cumple todos los criterios.

En 3º de la ESO no ha habido ningún caso en ninguna de las dos categorías, esto podría llevar a pensar que se trata del curso que hace un mejor uso hace de los videojuegos, y que mejores hábitos pudiera tener de cara a ellos.

En 4º de la ESO ha habido un único caso para tres criterios cumplidos y un único caso para cuatro o más; este último cumple exactamente seis de los siete criterios totales, con lo que es un caso de bastante gravedad que, al igual que se recomendó para el hallado en 2º de la ESO, pudiera requerir algún tipo de intervención o mayor vigilancia parental de cara a evitar que la problemática continúe o incluso aumente.

El porcentaje total de alumnado con un uso excesivo de videojuegos es del 2,70%. Un resultado que, si bien demuestra que el riesgo de uso excesivo de estos dispositivos entre los alumnos no es elevado, no debería dejar de tenerse vigilancia hacia el uso que ciertos jóvenes puedan hacer de los videojuegos.

3.2 Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil

En este cuestionario se ha mantenido exactamente el mismo formato de análisis y estudio que en la Escala de Uso Excesivo de Videojuegos. A continuación, se muestra una tabla con los resultados de nuevo divididos por cursos y en función de si se cumplieron tres criterios o cuatro o más de ellos.

Tabla 5. *Escala de Uso Excesivo de Teléfono Móvil*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
=3 Criterios	0	2	3	1
≥4 Criterios	0	3	0	0

En 1º de la ESO no se ha encontrado ningún caso para ninguna de las dos categorías. Esto puede ser entendido si se atiende de que 1º de la ESO, al ser el curso cuyos alumnos son más jóvenes y por ende cuyos padres pudieran tener más control y preocupación acerca de las TIC, es el curso que una mejor regulación y normas tiene de cara a abordar el uso de estos dispositivos.

En 2º de la ESO se han encontrado dos casos de tres criterios y tres de cuatro o más. Esto último convierte a 2º de la ESO en el curso con mayor número de casos problemáticos o cercanos a la problemática tanto en este cuestionario como en su complementario de videojuegos. Esto podría ser explicado en base a que en 2º de la ESO pueden darse cambios propios de la adolescencia que junto a un deseo de hacer mayor uso de las TIC (fruto tanto del hábito como de la experiencia acumulada) llevarían a este mayor número de casos. De los tres casos que cumplen al menos cuatro criterios, uno de ellos cumple cuatro exactos y los dos restantes siete cada uno. Estos dos últimos tienen especial relevancia por el alto nivel de gravedad que representan, la cual será seguramente causa de un ineficiente sistema de reglas parentales.

El porcentaje total de alumnado con un uso excesivo de teléfono móvil es del 2,70%. El porcentaje de alumnos con uso excesivo de móvil es el mismo que para videojuegos. Por tanto, nuevamente se puede afirmar que, se trata de un bajo porcentaje que no refleja una tendencia de riesgo general hacia el uso excesivo del móvil; lo cual no debería traducirse en despreocupación, sino en mantenimiento de vigilancia y buenas prácticas.

En 3º de la ESO únicamente se hallaron tres casos que cumplían tres criterios, exentos de tanta gravedad como los comentados anteriormente, pero también dignos de tener en cuenta por su cercanía a un uso excesivo.

En 4º de la ESO se dio únicamente un caso en el cual se cumplieran tres criterios, lo que convertiría a este curso en el que mejor uso hace del teléfono móvil junto a 1º de la ESO.

3.3 Uso de TIC en menores

De los tres cuestionarios empleados en población juvenil en este estudio, el presente es el más largo, completo y detallado; por lo que se hace menester dividirlo a su vez para apreciar y entender mejor los resultados obtenidos con él.

3.3.1 Bloque 1: Tipos de Redes, Tiempo y Acceso

En 1º de la ESO se hallaron 28 de 28 jóvenes totales (de este curso) que tenían acceso a internet en casa, de estos 28, 26 pueden acceder a través del ordenador, 25 a través de Smartphone, 24 a través de una Tablet y 12 a través de otros dispositivos. En 2º de la ESO los 30 jóvenes totales tenían acceso a internet desde su casa, de estos, los 30 lo hacen a través del ordenador, 28 a través de un Smartphone, 23 a través de la Tablet y 25 a través de otros dispositivos. En 3º de la ESO los

27 jóvenes totales tenían acceso a internet, 26 de ellos lo hacen con un ordenador o Smartphone, 24 a través de una Tablet y 15 a través de otros dispositivos. Finalmente, en 4º de la ESO los 26 jóvenes totales tenían acceso a internet, de estos, los 26 lo hacen a través de ordenador y Smartphone, 21 a través de Tablet y 16 a través de otros dispositivos. En este primer apartado puede encontrarse pues la misma tendencia para todos los cursos en el sentido de que todos los alumnos tienen acceso a internet desde casa. Por otra parte, para 1º, 3º y 4º de la ESO el orden de accesibilidad se encuentra de la siguiente manera: Ordenador y Smartphone están prácticamente ostentando el primer puesto, la Tablet iría en segundo lugar y otros dispositivos en último. La única variación de esta tendencia es por parte de 2º de la ESO, en donde puede verse que (aún por poca variación) otros dispositivos ostentan el segundo lugar y la Tablet el tercero y último.

Respecto al lugar de uso de los dispositivos (zonas comunes o habitación) se ha encontrado que en 1º de la ESO de los 28 alumnos totales, 14 lo hacen en su habitación, 13 en zonas comunes y 1 en ambas. Para 2º de la ESO, de los 30 alumnos totales, 14 usan dispositivos en su habitación, 11 en zonas comunes y 5 en ambos lugares. Para 3º de la ESO, de los 27 totales 15 lo hacen en su habitación, 9 en zonas comunes y 3 en ambos sitios. Y por último para 4º de la ESO, 13 lo hacen en su propia habitación, 10 en zonas comunes y 3 en ambos sitios, dando así los 26 alumnos totales. Se encuentra pues una misma tendencia en los cuatro cursos de preferencia por un uso de las TIC en la propia habitación; aunque el uso en zonas comunes está casi a la par que en la propia habitación.

En lo referente a la forma de uso de cada uno de los dispositivos puede encontrarse que en 1º de la ESO de 27 alumnos que hacen uso del ordenador, 10 de ellos tienen ordenador propio mientras que 17 lo comparten con su familia. En 2º de la ESO, de 30 alumnos totales, 17 tienen un ordenador para uso propio mientras que 13 lo comparten con su familia. Para 3º de la ESO de 27 alumnos, hay una casi paridad, encontrando 14 que tienen un ordenador para uso propio mientras 13 lo utilizan de forma compartida. Finalmente, en 4º de la ESO, de los 26 alumnos totales 10 utilizan un ordenador propio y los 16 restantes lo comparten con la familia. Se encuentra pues tres tendencias diferentes en este hallazgo: en 1º y 4º de la ESO es razonablemente mayor el número de alumnos que hacen un uso compartido del ordenador con su familia; en 2º de la ESO es ligeramente mayor el número de alumnos que utilizan el ordenador de forma individual (podría decirse que tienen ordenador propio); mientras que para 3º de la ESO hay una casi paridad de ambas formas de uso. De estas tres tendencias la primera podría ser considerada como la más clásica, ya que desde que el ordenador llegó a los hogares, este fue de uso familiar y compartido. Por otra parte, la tendencia de 2º de la ESO podría ser considerada como la más actual y

contemporánea, ya que con el paso de los años se hizo más frecuente el uso de un ordenador propio ya fuera para tareas escolares u ocio del adolescente.

Para el uso de Smarthpone, de los 109 alumnos totales de la muestra que hacen uso del mismo, 108 lo hacen a través de un dispositivo propio, mientras que solo un alumno de 1º de la ESO afirma hacerlo de forma compartida. Este es un resultado coherente, ya que los Smartphone son dispositivos orientados a un uso personal y propio; sin embargo, el único alumno que lo utiliza de forma compartida hace replantearse la cuestión de, si en el caso de los más pequeños, no sería en ocasiones conveniente que el dispositivo fuese compartido con algún adulto, para ver qué tipo de uso se está haciendo del mismo.

Respecto al uso de la Tablet, en 1º de la ESO de 26 alumnos totales que hacen uso de la misma 11 poseen una propia, mientras que 15 hacen un uso compartido. En 2º de la ESO, 16 jóvenes tienen una Tablet propia, mientras que 9 una que comparten con su familia, dando así 25 totales. En 3º de la ESO de otros 25 alumnos, 12 poseen una Tablet propia, mientras que 13 la comparten con su familia. Y por último en 4º de la ESO, de 20 alumnos totales que usan este dispositivo, 9 tienen Tablet propia, mientras que 11 la comparten con su familia. Se encuentran de nuevos tres tendencias que coinciden con las halladas en el uso del ordenador: en 1º y 4º de la ESO hay una ligera diferencia entre ambas formas de uso, primando la compartida, en 2º de la ESO “triumfa” el uso propio del dispositivo; y finalmente en 3º se alcanza una casi parcialidad entre ambas formas de uso.

En último lugar, para el uso de otros dispositivos se encuentra que en 1º de la ESO, de 17 alumnos totales, 8 tienen otros dispositivos que usan de forma propia mientras que hay 9 que los comparten. Para los 21 alumnos que hacen uso de otros dispositivos en 2º de la ESO, puede encontrarse que 6 lo hacen con dispositivos personales mientras que 15 de manera compartida. En 3º de la ESO, de 15 alumnos totales con uso de otros dispositivos, 6 los utilizan de forma personal y 9 de forma compartida. Por último, en 4º de la ESO, 4 de forma personal y 10 de forma compartida dan como resultado a los 14 alumnos totales que hacen uso de este dispositivo. Respecto a cuáles, son estos dispositivos, para el uso únicamente personal se encuentra las consolas; mientras que para un uso compartido están tanto las consolas como la televisión, dándose esta tendencia de dispositivos en los cuatro cursos. Es destacable de este último grupo (Otros dispositivos) que tanto la tendencia de uso (más enfocada a un uso compartido) como los dispositivos utilizados (Consola y TV) sean iguales para los cuatro grupos. De esta manera podría afirmarse que, de los cuatro cursos de dispositivos preguntados en este cuestionario. Otros dispositivos es el que más homogeneidad arroja; dándose una tendencia general de uso enfocada en el compartir: ver la televisión y jugar a videojuegos con familiares.

Respecto a la quinta pregunta del cuestionario (ordenar de mayor a menor según el uso que se haga de los dispositivos planteados), los hallazgos son los siguientes:

Tabla 6. *Preferencia en el uso de dispositivos*

Dispositivos	1° ESO	Orden	2° ESO	Orden	3° ESO	Orden	4° ESO	Orden
Móvil	1,35	1	1,07	1	1,01	1	1,08	1
Tablet	3,78	4	3,4	4	3,06	4	3,19	4
Ordenador	2,74	2	2,76	2	3,02	3	2,77	2
Ebook	5,11	6	5,25	6	4,76	6	5,38	6
Play- videoconsola	3,35	3	3,25	3	2,94	2	3,05	3
Otros	4,14	5	4,65	5	4,43	5	4,47	5

Los resultados de la tabla anterior son los promedios de uso de los dispositivos en función de cómo los alumnos los han ordenado. Además, se muestra el orden final que para cada curso resulta de realizar dichos promedios y ordenarlos de mayor a menor. Como puede verse en la tabla, la tendencia en la cantidad de uso que se da a cada uno de los dispositivos, resulta en un mismo orden común salvo por 3° de la ESO, donde las posiciones de Play-videoconsola y Ordenador se intercambian, pasando la primera a segundo puesto y la segunda a tercero. Se concluye pues que el teléfono móvil es el dispositivo predilecto, seguido del ordenador (salvo en el caso mencionado), después estarían las consolas, en cuarto lugar, estaría la Tablet, en quinto otros dispositivos no especificados; y finalmente el Ebook como dispositivo menos utilizado. Se puede entender esta disposición atendiendo a la lógica de que el móvil ocupa el primer puesto, ya que es el dispositivo con más accesibilidad y carácter propio y personal de uso. El ordenador ocuparía la segunda posición puesto que, al ser la muestra de este estudio enteramente confirmada por estudiantes, muchos de ellos utilizan el ordenador ya no solo como dispositivo enfocado al ocio, sino también como medio para realizar tareas escolares y estar al corriente de exámenes y entregas de deberes. En tercer lugar, se encuentra la Play-videoconsola, ya que aun no siendo tan accesible como el teléfono móvil, es el dispositivo que mayor calidad de ocio ofrece y goza de popularidad entre los adolescentes desde hace al menos 25 años. En cuarto lugar, se situaría la Tablet, la cual ofrece una función de ocio y accesibilidad similar a la del teléfono móvil, sin embargo, es de un carácter más secundario y opcional que este. En quinto lugar, están otros dispositivos que, al no especificar cuáles son, no puede hablarse de su uso, sin embargo, al estar en esta posición puede suponerse que son de un carácter más secundario y de uso más ocasional. Por último, está el Ebook, la explicación para que este sea el último dispositivo elegido puede hallarse en distintas hipótesis: tal

vez los adolescentes prefieran el método tradicional de lectura, tal vez estos no tengan un hábito de lectura lo suficientemente fuerte como para estar por encima de los dispositivos planteados en la lista; o tal vez sea el Ebook un dispositivo que tiene su tendencia de uso en edades más avanzadas, como adultos o jóvenes de 16 a 18 años.

La sexta pregunta del cuestionario pedía a los estudiantes escribir el nombre de las redes sociales que usasen. Los resultados obtenidos se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 7. Redes sociales más utilizadas

	1° ESO	2° ESO	3°ESO	4° ESO
WhatsApp	24	30	27	26
Instagram	17	26	26	24
Tik Tok	12	7	6	2
Snapchat	8	6	6	2
F3	1	4	0	0
Facebook	1	1	8	2
Pinterest	0	4	1	0
Twitter	0	0	10	10
TOTAL	28	30	27	26

Como puede apreciarse en la anterior tabla, WhatsApp e Instagram son las redes sociales que en todos los cursos mayor popularidad y rango de uso tienen. Por su parte Tik Tok y Snapchat parecen seguir una tendencia de popularidad decreciente en función de la edad, siendo más utilizadas por los estudiantes de los tres primeros cursos, mientras que en 4° solo dos personas las utilizan. Con Twitter ocurriría el fenómeno inverso al anterior, ya que en 1° y 2° de la ESO no hay ningún joven que lo utilice, mientras que en 3° y 4° diez por cada curso si lo emplea. En el caso de Facebook es algo similar también, salvo por el hecho de que en 4° de la ESO tiene prácticamente la misma popularidad que en los dos primeros cursos de la ESO. Por último, los casos más atípicos serían los de F3 y Pinterest los cuales únicamente son utilizados por cuatro jóvenes de 2° de la ESO y un estudiante que utiliza F3 en 1° de la ESO.

La séptima pregunta del cuestionario pedía a los alumnos que escribieran a que edad comenzaron a utilizar determinados dispositivos, a continuación, se muestran los resultados:

Tabla 8. Edad de inicio de uso de dispositivos

	1° ESO	N°	2° ESO	N°	3°ESO	N°	4° ESO	N°

Móvil	10,5	28	10,72	30	10,44	27	11,54	26
Internet	7,36	26	6,57	28	8,85	27	7,58	26
WhatsApp	11,37	27	11	30	10,6	27	12,04	26
Videojuegos	7,84	24	7,07	23	8,16	24	7,64	21
Ebook	8,92	9	9,5	5	10,92	13	9,5	3
Facebook	0	0	12	5	12,02	9	12,33	2
Twitter	10	1	11,25	5	12,26	10	13,6	8
Instagram	11,68	16	11,58	25	11,48	26	12,55	22
Webcam	5	5	11,25	4	11,5	4	9	2

Los resultados de la tabla anterior son los promedios de edad para el inicio de uso de los dispositivos y aplicaciones expuestas; al lado de cada curso hay una columna alemana (N°), la cual muestra el número de alumnos que escribieron su edad de inicio de uso para ese dispositivo. Como puede verse en la tabla, la edad de inicio promedio para el uso del teléfono móvil ronda el 10,5 para los cuatro cursos, siendo este dispositivo el que más homogeneidad arroja para los cuatro cursos, además de ser el más utilizado por todo el alumnado total de la muestra. Internet se comienza a utilizar entre los seis años y medio y los 9 dependiendo del curso, siendo junto a los videojuegos las dos opciones que más pronto los alumnos comienzan a utilizar. WhatsApp tiene su rango de uso entre los 10 años y medio y los 12, con valores para cada curso que no distan mucho (entre 0,16 y 0,84) de su respectivo valor para inicio de uso de teléfono móvil; con lo que puede pensarse que WhatsApp es de las primeras aplicaciones que los jóvenes descargan y usan en sus teléfonos móviles. Como ya se ha mencionado, los videojuegos son una de las opciones que más pronto han resultado ser comenzadas a utilizarse; esto puede ser debido a que hay bastantes juegos y consolas enfocadas a un público infantil y/o ámbito familiar. Respecto al Ebook, puede verse que sus edades de inicio oscilan entre 9 y 11, siendo 3º de la ESO el curso en el que más alumnos afirman haberlo utilizado, y siendo el promedio para este curso el más elevado: 10,92. Para Facebook puede encontrarse una similitud promedio para los tres cursos que lo utilizan, siendo esta los 12 años un valor cercano a la edad de inicio de esta red social, que parece gozar de menor popularidad entre adolescentes que adultos. Twitter ha ofrecido una edad promedio diferente para cada uno de los tres cursos que lo utilizan (se ha excluido 1º de la ESO al haber solo un alumno que lo utilice): 11 años y cuarto para 2º de la ESO, 12 años y cuarto para 3º y 13 años y medio para 4º de la ESO. Parece ser pues, que hay una tendencia a utilizar cada vez a más temprana edad esta red social, según los datos de la tabla. Respecto a Instagram, puede verse como para los tres primeros cursos de la ESO hay un valor promedio cercano a 11 años y medio en el

inicio de uso de esta aplicación; para 4º de la ESO la edad promedio de inicio sube un año aproximadamente, hasta los 12 años y medio. Por último, los datos para Webcam no se tendrán en cuenta, teniendo en cuenta el bajo número de alumnos que afirman usarlo, las incoherencias en los datos para este dispositivo respecto a otros apartados del cuestionario; y que, durante la realización del cuestionario muchos de los alumnos ni siquiera sabían que era este dispositivo.

La octava pregunta del cuestionario pedía a los alumnos que señalaran en una escala tipo Likert cuanto tiempo dedicaban al uso de determinados dispositivos tanto entre semana como en fin de semana. Esta escala contaba con 5 categorías: Nunca (valor 1), Menos de 1 hora (2), Entre 1 y 3 horas (3), Entre 3 y 6 horas (4), Más de 6 horas (5). Para un mejor estudio y una visualización más clara de los resultados, se ha optado por reformular todos los datos en los promedios totales en función del curso y el dispositivo. A continuación, se muestran los datos para los días de entre semana. Los promedios mostrados en la tabla corresponden con los valores (y un consecuente decimal) dados a las cinco categorías planteadas. Señalar que se ha redondeado a lo alto para alcanzar el consenso de la categoría.

Tabla 9. *Tiempo de uso de dispositivos estimado por alumnos entre semana*

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
Móvil	2,82	Entre 1 y 3 horas	3,76	Entre 3 y 6 horas	3,58	Entre 3 y 6 horas	3,58	Entre 3 y 6 horas
WhatsApp	2,39	Menos de 1 hora	2,36	Menos de 1 hora	2,78	Entre 1 y 3 horas	2,31	Menos de 1 hora
Redes Sociales	2,14	Menos de 1 hora	3,03	Entre 1 y 3 horas	3,32	Entre 1 y 3 horas	3,04	Entre 1 y 3 horas
Videojuegos	1,68	Menos de 1 hora	2,11	Menos de 1 hora	1,97	Menos de 1 hora	1,80	Menos de 1 hora
Intenet información	2,49	Menos de 1 hora	2,68	Entre 1 y 3 horas	2,51	Entre 1 y 3 horas	2,31	Menos de 1 hora
Intenet trabajos escolares	2,40	Menos de 1 hora	2,47	Menos de 1 hora	2,48	Menos de 1 hora	2,31	Menos de 1 hora

YouTube	2,43	Menos de 1 hora	3,05	Entre 1 y 3 horas	3,19	Entre 1 y 3 horas	2,77	Entre 1 y 3 horas
Webcam	1,18	Ninguna	1,21	Ninguna	1,24	Ninguna	1,04	Ninguna

Al observar y estudiar la tabla puede verse que en todos ellos siempre son 2º y/o 3º de la ESO los que más tiempo dedican a cada uno de ellos/as. Con un promedio de 3,76, 2º de la ESO es el curso que más tiempo dedica al uso del teléfono móvil. Respecto al WhatsApp, 3º de la ESO con un promedio de 2,78 es a su vez el curso cuyos alumnos más tiempo dedican a esta red social; a su vez es este curso el que ha resultado en mayor número de tiempo dedicados a Redes Sociales, con el promedio de 3,32. Los promedios comentados hasta hora equivalen a lapsos de tiempo de entre una y tres horas diarias entre semana para estos dispositivos. Para los videojuegos, 2º de la ESO vuelve a ser el curso que más tiempo dedica, en este caso con un promedio de 2,11; es 2º de la ESO también el curso que dedica mayor tiempo a buscar información en internet, con 2,68 por valor promedio al día; estos dos promedios equivalen ambos a menos de una hora al día de uso. Para el tiempo diario dedicado a YouTube, 3º de la ESO “ostenta el primer puesto”, con un promedio de 3,19, seguido por poco por 2º de la ESO, el cual cuenta con 3,05; ambos valores equivalentes a rangos de uso de entre 1 y 3 horas. Para el uso de internet para trabajos escolares, 2º y 3º de la ESO son los dos cursos que mayor y muy similar tiempo dedican a estos menesteres: menos de una hora, según la categoría, pero muy cercano a los rangos de entre una y tres horas. Por último, el uso de Webcam para los cuatro cursos ha arrojado promedios correspondientes a ningún tiempo de uso; lo cual es lógico atendiendo a anteriores preguntas, donde muy pocos jóvenes afirmaban utilizar este dispositivo.

A continuación, se muestran los datos resultantes del uso en tiempo de TIC durante los fines de semana:

Tabla 10. *Tiempo de uso de dispositivos estimado por alumnos en fin de semana*

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
Móvil	3,21	Entre 1 y 3 horas	4,10	Entre 3 y 6 horas	4,09	Entre 3 y 6 horas	3,85	Entre 3 y 6 horas
WhatsApp	2,61	Entre 1 y 3 horas	2,59	Entre 1 y 3 horas	3,13	Entre 1 y 3 horas	2,69	Entre 1 y 3 horas

Redes Sociales	2,47	Menos de 1 hora	3,21	Entre 1 y 3 horas	3,97	Entre 3 y 6 horas	3,20	Entre 1 y 3 horas
Videojuegos	2,71	Entre 1 y 3 horas	2,91	Entre 1 y 3 horas	2,17	Menos de 1 hora	2,72	Entre 1 y 3 horas
Internet información	1,93	Menos de 1 hora	2,13	Menos de 1 hora	2,11	Menos de 1 hora	2,23	Menos de 1 hora
Internet trabajos escolares	2,00	Menos de 1 hora	2,00	Menos de 1 hora	2,07	Menos de 1 hora	2,04	Menos de 1 hora
Youtube	2,47	Menos de 1 hora	3,22	Entre 1 y 3 horas	3,45	Entre 1 y 3 horas	3,15	Entre 1 y 3 horas
Webcam	1,14	Ninguna	1,44	Ninguna	1,24	Ninguna	1,04	Ninguna

Como puede observarse a nivel general, todos los promedios (salvo internet para obtener información e internet para trabajos escolares) suben respecto al uso entre semana. Este es un hallazgo fácil de explicar, ya que durante los fines de semana el alumnado dedica más tiempo a actividades de ocio y menos a actividades relacionadas con fines académicos o formativos. Para el uso del teléfono móvil puede observarse como son de nuevo 2º y 3º de la ESO aquellos cursos que más tiempo dedican. Se repiten tendencias respecto al uso entre semana con el uso de WhatsApp y Redes sociales, siendo de nuevo 3º de la ESO el curso que más tiempo invierte de media en las redes sociales. Respecto al uso de videojuegos, con un promedio de 2,91 2º de la ESO vuelve a ser el curso que más tiempo (entre una y tres horas) emplea en jugar a videojuegos. Respecto al empleo de internet para buscar información, 4º de la ESO, con un promedio equivalente a 2,23, es el curso que más tiempo dedica a esta actividad que, por la disminución en los cuatro cursos en su uso respecto a entre semana, pareciera estar más destinada a un uso académico o relacionado con este. El uso de internet para trabajos escolares parece ser el resultado que más homogeneidad entre los cuatro cursos arroja, teniendo un uso que dista como máximo 0,07 entre los cuatro cursos. Con ello puede deducirse que, para el cumplimiento y realización de tareas, internet es empleado con igual frecuencia por los cuatro cursos. De nuevo 3º de la ESO resulta el curso que más uso hace de YouTube, con un valor promedio de 3,45 durante el fin de

semana. Por último, la Webcam ha arrojado resultados equivalentes a la categoría de Nunca, por lo cual puede afirmarse que también durante el fin de semana este dispositivo no es utilizado por la gran mayoría del alumnado de la muestra.

3.3.2 Bloque 2: Interferencias en la vida diaria por el USO de las TIC

La novena pregunta del cuestionario y primera de este segundo bloque preguntaba a los estudiantes si dejaban el móvil encendido y cerca de la cama a la hora de irse a dormir y para qué. En 1º de la ESO 8 de 28 alumnos afirmaban realizar esta acción con únicamente dos fines: cargar la batería de sus teléfonos y usarlo como alarma-despertador. De esto puede hipotetizarse que hay cierto pretexto y excusa de cara a la primera función, ya que no es necesario tener el móvil encendido ni cerca de la cama para cargar la batería del mismo. Respecto al segundo uso, este sí podría estar aceptado, ya que el uso del teléfono móvil como alarma está muy extendido a día de hoy. En 2º de la ESO el número de adolescentes que dejan el móvil encendido y aledaño a la cama sube notablemente al haber 21 de 30 jóvenes que realizan esta acción. De los cuatro motivos añadidos, dos de ellos se repiten: carga de batería y alarma-despertador; sin embargo, encontramos dos nuevos usos claramente relacionados con un mal uso o desadaptativo del móvil: necesidad de tenerlo cerca y ocio. El primero es claramente bastante grave, ya que solo puede ser explicado por una fuerte dependencia de este dispositivo. El ocio, si bien no es una causa tan grave como la necesidad de tenerlo cerca, no deja de ser una razón para alargar el tiempo que se pasa con el teléfono antes de ir a dormir. En 3º de la ESO 16 de 17 alumnos realizan esta acción, siendo el segundo curso que con más proporción de alumnos cuenta que realicen este mal uso del teléfono móvil. Para este curso los cuatro motivos alegados en 2º de la ESO se repiten (necesidad de tenerlo cerca se sustituye por necesidad de inmediatez, que si bien es similar al motivo aportado en 2º de la ESO, arroja una nueva faceta: el no tardar demasiado tiempo en tener acceso al móvil) y se añade un quinto: ver notificaciones de diversas aplicaciones. Este último motivo si bien no es sinónimo de un uso excesivo, puede ser interpretado como la necesidad de estar conectado constantemente y enterado de todo lo que ocurre en el contexto del adolescente. Finalmente, en 4º de la ESO se hallaron 11 de 26 alumnos que dejaban el móvil encendido y cerca de su cama, aportando para ello únicamente tres motivos: el universal alarma-despertador, ver vídeos y música. Estos dos últimos entrarían dentro de ocio y serían dos de los exponentes más claros de este último y del uso de dos aplicaciones extremadamente populares y recurrentes como son YouTube y Spotify.

Para la décima pregunta, la cual pedía a los estudiantes que dijeran si utilizaban algún dispositivo antes de ir a dormir y para qué, se halló que en 1º de la ESO 14 de 28 realizaban esta acción, 25 de 30 para 2º de la ESO, 23 de 27 para 3º de la ESO y finalmente, 20 de 26 para 4º de la ESO. Con 0,7 y 0,59 respectivamente para 2º y 3º de la ESO, de nuevo estos dos cursos son aquellos con un promedio más alto y que, en este caso, con mayor proporción de alumnos que utilicen dispositivos antes de ir a dormir. Se muestran a continuación los dispositivos y motivos por los cuales son utilizados antes de ir a la cama.

Tabla 11. *Dispositivos y sus motivos de uso antes de dormir*

	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO
Móvil	10 de 28	25 de 30	22 de 27	20 de 26
¿Para qué?	Redes sociales, Youtube y ver notificaciones.	Redes sociales, ocio, alarma y ver notificaciones.	Redes sociales, ocio, alarma, ver notificaciones, revisión de tareas, ver noticias, escuchar música y chatear.	Redes sociales, ocio, alarma, ver notificaciones y chatear.
Tablet	1 de 28	3 de 30	3 de 27	1 de 26
¿Para qué?	Escuchar música.	Ver películas y vídeos.	Ver vídeos y series.	Instagram
Ordenador	1 de 28	5 de 30	2 de 27	1 de 26
¿Para qué?	Realizar deberes.	Realizar deberes.	Ver vídeos y jugar.	Realizar deberes.
Otros	2 de 28	2 de 16	1 de 18	2 de 26
¿Para qué?	Ver la televisión y noticias.	No estar con el móvil.		Jugar videojuegos.

Es reseñable en esta tabla ver como el teléfono móvil está especialmente orientado al uso de redes sociales, además de ver notificaciones; ambas razones compartidas por los cuatro cursos. Además de ello, sigue presente el motivo de alarma-despertador además de la función social y primordial de muchas redes sociales como es “chatear” y hablar con amigos y conocidos antes de irse a dormir. Huelga decir que este es además el dispositivo que con notable diferencia es mayormente utilizado por los adolescentes antes de dormirse. La Tablet tiene una clara función de

ocio al ser sus motivos de uso ver vídeos películas y series, escuchar música y utilizar Instagram. El ordenador antes de ir a dormir, salvo para 3º de la ESO, parece ser un dispositivo enfocado en horas previas a dormir a la realización y finalización de tareas escolares. Otros dispositivos (sin especificar) parece ser de las cuatro categorías la que mayor heterogeneidad muestra, al tener tres funciones: informativa (a través de las noticias), ocio (ver la televisión y jugar a videojuegos) y evitativa. Esta última resulta de especial interés, al ejercer otros dispositivos una función sustitutiva-avoidante de cara a no utilizar el teléfono móvil antes de ir a dormir; con lo que podría ser visible una ligera concienciación y buena praxis del uso de dispositivos antes de ir a dormir.

La pregunta número once del cuestionario pedía a los estudiantes que ordenaran del 1 al 5 según imprescindibilidad dos listas: una de dispositivos y otra de redes-mensajería. En las dos tablas se muestran los promedios para cada curso según dispositivos y el lugar que ocupan del primero al quinto según estos promedios. He aquí los resultados para ambas:

Tabla 12. *Promedios de preferencia para dispositivos*

	1º ESO	Nº	2º ESO	Nº	3º ESO	Nº	4º ESO	Nº
Móvil	1,14	1	1,15	1	1,01	1	1,12	1
Tablet	3,51	4	3,48	4	2,93	2	3,27	4
Ordenador	2,43	2	2,42	2	2,72	3	2,58	2
Videconsola	2,91	3	3,10	3	3,22	4	3,25	3
Webcam	5,19	5	4,70	5	4,53	5	4,86	5

El orden final es el mismo para 1º, 2º y 4º de la ESO: el teléfono ocupa el primer puesto, seguido del ordenador, después la videoconsola, la Tablet a continuación, y por último la Webcam. De acuerdo a estos hallazgos podría entenderse que, el móvil está en lógica y aplastante primera posición, por el fenómeno de dependencia y fuerte arraigo que suscita este en los adolescentes. A continuación, está el ordenador, que como ha podido verse en cuestiones anteriores del test, ejerce tanto una función de ocio como una académico-estudiantil, al ser este el medio de trabajo para la realización de tareas escolares. En tercer lugar, se encuentra la videoconsola, la cual, como ya se mencionó anteriormente, es el método predilecto para el ocio a través de plataforma digital. En cuarto lugar, estaría la Tablet, dispositivo que como ya se ha visto anteriormente tiene entre sus funciones predilectas el ver vídeos, series o películas; es decir una forma de ocio que puede realizarse también con el móvil o con otro dispositivo como la televisión u ordenador. Es por esto, que al tener la Tablet una función secundaria de ocio y además carecer de otras funciones como podría ser instrumento de trabajo, se encuentra en penúltima posición. Ya por último está la Webcam, que ya incluso durante el transcurso de la recogida de datos pudo verse la escasa

familiaridad que los jóvenes tienen con ella; al no saber incluso muchos de los estudiantes que era este dispositivo.

Como también ha podido verse, 3º de la ESO sigue una tendencia distinta de la del resto de cursos. En primer lugar, sigue estando el teléfono móvil como dispositivo predilecto, sin embargo, el segundo puesto lo ocupa la Tablet, la cual para el resto de cursos ocupaba el penúltimo lugar. El ordenador está en tercera posición y la videoconsola para 3º de la ESO pasa de ocupar el segundo lugar al cuarto y penúltimo. Una posible explicación pudiera ser que este curso prefiere antes el ocio y servicios que ofrece la Tablet, en lugar de los videojuegos. Teniendo en cuenta que, en la Escala de Uso Excesivo de los videojuegos, 3º de la ESO fue el curso que menos uso y casos graves en la utilización de videojuegos demostró, es lógico pensar que su preferencia radica más en las series y películas que pueden verse cómodamente desde una Tablet, en lugar de los videojuegos. El tercer lugar le pertenece al ordenador, aunque si bien es cierto que la diferencia entre el promedio de este y el de la Tablet es de únicamente 0,21; siendo esta diferencia notablemente menor que la que se halla entre el ordenador y la videoconsola para los otros tres cursos (la cual tiene valores de 0,48, 0,68 y 0,67). Esto podría entenderse como que, la importante herramienta que resulta ser el ordenador para los adolescentes a la hora de trabajar o bien realizar funciones de ocio, sigue siendo una tendencia en este curso, pero con menor importancia que en los otros tres cursos.

A continuación, se muestra la tabla para los resultados en Redes-Mensajería, la cual tiene el mismo formato e interpretación que la anterior tabla:

Tabla 13. *Promedios de preferencias para Redes-Mensajería*

	1º ESO	Nº	2º ESO	Nº	3º ESO	Nº	4º ESO	Nº
WhatsApp	2,86	2	2,17	2	2,40	2	2,12	2
YouTubE	2,05	1	2,71	3	3,11	3	2,36	3
Twitter	4,06	5	4,84	5	4,38	5	4,29	5
Instagram	3,20	4	1,61	1	1,30	1	1,50	1
Facebook	4,75	6	5,30	6	4,88	6	5,30	6
Videojuegos	2,99	3	3,74	4	4,20	4	3,68	4

En esta nueva tabla puede encontrarse el mismo fenómeno que en la anterior, a excepción de que esta vez es 1º de la ESO y no 3º, el que sigue una tendencia diferente al resto de cursos. En 2º, 3º y 4º de la ESO se ha hallado que la red por excelencia que utilizan estos estudiantes es Instagram, seguida lógicamente de WhatsApp y terceramente YouTube. Estos resultados no son

incoherentes o ilógicos, sino que atienden a la lógica de la preferencia adolescente por compartir y visualizar contenido, estar en contacto con amigos y conocidos, y ocio de carácter audiovisual y multivariado como es el ofrecido por YouTube. En cuarto lugar, están los videojuegos: estos demuestran pues en esta nueva tabla estar en cuarto lugar, cuando en la tabla anterior la videoconsola estaba en segundo para tres de los cuatro cursos. Esto puede ser entendido como que gracias al teléfono móvil pueden utilizarse tres de las categorías de esta nueva tabla (WhatsApp, Instagram y YouTube), mientras que con la videoconsola únicamente la categoría de videojuegos podría ser utilizada por medio de ella. Es por esto que el ámbito de las consolas y videojuegos cambia de posición entre una y otra tabla, a pesar de pertenecer al mismo ámbito y ser una parte insondable de la otra. Finalmente, para estos tres cursos Twitter y Facebook resultan de estar en penúltima y última posición respectivamente. Estos resultados son coherentes y concuerdan con lo visto en anteriores preguntas del cuestionario, demostrando de nuevo que estas dos redes sociales parecen ser escasamente populares entre los estudiantes más jóvenes, y siendo seguramente más utilizados por población mayor a 16 o 18 años.

1º de la ESO sigue una tendencia parcialmente diferente a la del resto de cursos, la cual resulta muy interesante. A diferencia de los otros tres cursos, la red preferida por 1º de la ESO es YouTube, una plataforma la cual carece del carácter social que tiene Instagram. El segundo lugar está ocupado por WhatsApp, al igual que en los demás cursos; no obstante, se trata del valor promedio mayor para un segundo puesto y además muy cercano al tercero. Este tercer puesto lo ocupan los videojuegos. El hecho de que los tres primeros puestos de la lista pertenezcan a Youtube, WhatsApp y Videojuegos (siendo estos dos últimos bastante cercanos) y perteneciendo al grupo con menor edad de la muestra, suscita una explicación. Esta sería que los más jóvenes de la muestra no muestran una predilección tan alta por la publicación de contenido en redes; sino que en su lugar la preferencia radica más bien en el ocio y entretenimiento que las TIC ofrecen, y que a su temprana edad resultaría más atractivo y de mayor interés. Esto último queda de nuevo corroborado al ver que el cuarto puesto está ocupado por Instagram, la cual era la red social predilecta en los otros tres cursos. Twitter y Facebook vuelven a ocupar de nuevo el penúltimo y último puesto, corroborándose una vez más que estas redes sociales tienen escaso interés entre los adolescentes más jóvenes.

La pregunta número doce del cuestionario solicitaba a los estudiantes que, a través de una escala Likert de frecuencia, señalaran si interrumpían cinco tipos de actividades para usar el móvil o conectarse. Para facilitar una posterior interpretación, decidió darse un número a cada una de las categorías de la escala: 1 (Nunca o rara vez), 2 (A veces), 3 (Con frecuencia), 4 (Muy a menudo) y 5 (Casi siempre). De esta forma, los resultados que se mostrarán a continuación son tanto el valor

promedio para cada una de las actividades, como la categoría a la que más se acerca dicho valor promedio.

Tabla 14. *Interrupción de actividades*

	1° de la ESO		2° de la ESO		3° de la ESO		4° de la ESO	
Comidas	1,07	Nunca/rara vez	1,56	A veces	1,54	A veces	1,56	A veces
Estudio	1,61	A veces	2,52	Con frecuencia	2,88	Con frecuencia	2,20	A veces
Ocio con amigos	1,61	A veces	2,05	A veces	2,25	A veces	2,28	A veces
Ocio con familia	1,25	Nunca/rara vez	2,08	A veces	2,54	Con frecuencia	2,04	A veces
Descanso	2,89	Con frecuencia	3,15	Con frecuencia	2,91	Con frecuencia	3,48	Con frecuencia

Las comidas resulta ser la actividad que menos se interrumpe de las cinco; esto bien podría ser explicado por ciertas imposiciones comunes que hay en muchas familias y hogares en lo respectivo a no usar dispositivos mientras se está comiendo/cenando. En lo respectivo al estudio, este sí que parece sufrir más interferencia en lo referente al uso de las TIC. Especialmente 2° y 3° de la ESO son aquellos cursos que de nuevo parecen hacer un peor uso de las TIC, en este caso siendo de los cuatro cursos los que con mayor frecuencia interrumpen su estudio. Para el Ocio con amigos se da la misma tendencia categórica en los cuatro cursos, interpretando a través de una ocasional interrupción, la desgraciadamente cada vez más frecuente costumbre de pasar tiempo en redes sociales y/o atendiendo mensajes mientras se está con amigos. Respecto al Ocio con la familia, esta resulta ser la actividad que mayor heterogeneidad categórica demuestra; encontrando así que, mientras los alumnos de 1° de la ESO rara vez interrumpen su ocio con la familia por usar el teléfono o conectarse, los de 2° y 4° parecen hacerlo ocasionalmente y los de 3° con más frecuencia que el resto de grupos. Para Descanso se observa que además de tener homogeneidad entre los cuatro cursos, es la que, con mayor diferencia, mayor frecuencia de interrupción padece. Esto podría ser explicado simplemente por el hecho de que los tiempos de descanso se acompañan en su gran mayoría de dispositivos y redes en gran número de ocasiones.

La pregunta número 13 pedía a los estudiantes que escribieran cuantos días creían poder aguantar sin utilizar Móvil, Internet, WhatsApp y Redes Sociales. En base a la disparidad de datos aportados, el alto número de alumnos que o bien contestaron en horas y/o años en vez de días y

aquellos que ni siquiera lo hicieron; se ha optado por realizar un promedio general para cada una de estas cuatro categorías y realizar un breve comentario. Se encuentran pues los siguientes valores: Móviles – 11,03 (11 días), Internet – 6,92 (7 días), WhatsApp – 12,47 (12 días) y Redes Sociales – 14,07 (14 días). Se obtiene pues un lógico resultado de que Internet es la categoría que menos días los estudiantes afirman poder pasar tiempo sin ella. Esto podría ser debido a que Internet es el “motor” sobre la que el resto de categorías se asientan, para llevar a cabo un correcto y adaptado desarrollo. Además, el hecho de que las otras tres categorías muestren resultados tan próximos entre sí, podría significar que las tres están fuertemente interrelacionadas; lo cual, si se atiende a que WhatsApp es una de las redes sociales más empleada y con mayor popularidad, y que este es uno de los mayores usos que se le da al teléfono móvil, tiene sentido.

La catorceava pregunta solicitaba a los estudiantes que fueran sinceros a la hora de responder, a través de una escala tipo Likert, a una serie de cuestiones respectivas al buen o mal uso de las TIC. El sistema de respuesta es el mismo que en la pregunta número 12: se dio un número equivalente a cada categoría de la escala de frecuencia y se realizó el promedio con estos nuevos números. La tabla mostrada a continuación tendrá pues tanto el promedio total por curso y apartado de la pregunta número catorce, como su equivalente en la escala tipo Likert.

Tabla 15. Reflexión acerca del uso de las TIC

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
a	2,22	A veces	3,07	Con frecuencia	2,84	Con frecuencia	2,58	Con frecuencia
b	1,68	A veces	1,73	A veces	1,71	A veces	2,08	A veces
c	2,04	A veces	2,39	A veces	2,46	A veces	2,12	A veces
d	1,61	A veces	2,32	A veces	1,81	A veces	1,88	A veces
e	2,86	Con frecuencia	3,19	Con frecuencia	2,60	Con frecuencia	2,85	Con frecuencia
f	1,32	Nunca o raras veces	1,73	A veces	1,65	A veces	2,00	A veces
g	2,82	Con frecuencia	2,20	A veces	2,71	Con frecuencia	2,12	A veces
h	1,61	A veces	2,28	A veces	1,77	A veces	2,27	A veces
i	1,18	Nunca o rara vez	1,17	Nunca o rara vez	1,11	Nunca o rara vez	1,35	Nunca o rara vez

j	1,39	Nunca o rara vez	1,74	A veces	1,46	Nunca o rara vez	1,42	Nunca o rara vez
k	1,29	Nunca o rara vez	2,28	A veces	2,13	A veces	2,15	A veces
l	1,46	Nunca o rara vez	1,48	Nunca o rara vez	2,17	A veces	1,31	Nunca o rara vez
m	1,57	A veces	1,31	Nunca o rara vez	1,84	A veces	1,50	Nunca o rara vez
n	2,03	A veces	1,58	A veces	1,76	A veces	1,62	A veces
o	1,59	A veces	1,31	Nunca o rara vez	1,71	A veces	1,58	A veces

El apartado a) (Siempre alargo el tiempo de estar conectado/a) muestra una ligera pero notable heterogeneidad inter curso, es destacable además que 2º y 3º de la ESO son los dos cursos que valores promedio más altos tienen, y, de nuevo, una peor tendencia de uso de las TIC se demuestra.

El apartado b) (Echo de menos el no estar conectado/a) demuestra una completa homogeneidad para los cuatro cursos, resultando en la categoría “A veces” para toda la muestra, lo cual podría ser sinónimo de la interconexión adolescentes-TIC, pero en un grado menor de lo que se podría esperar. Por último, cabe resaltar que 4º de la ESO ha sido el curso con el promedio más alto para este apartado; esto último podría ser entendido como que a más años utilizando las TIC, mayor es el grado de dependencia de las mismas.

El apartado c) (Cuando estoy conectado/a me olvido de cosas que tenía que hacer) resulta de nuevo en una homogeneidad para las cuatro clases, con la categoría total de “A veces”, con lo cual se podría hablar de un grado ocasional de distracción al estar conectado a internet a nivel de toda la muestra. Nuevamente 2º y 3º de la ESO son los dos cursos con mayores valores promedio en este apartado, con lo que también podría decirse que estos dos cursos son los que mayor grado de distracción “sufren” debido a la conexión a internet.

El apartado d) (Mi rendimiento escolar ha bajado por estar conectado/a) por tercera vez consecutiva resulta en una homogeneidad en los cuatro cursos, siendo de nuevo “A veces” la categoría final. En este caso es 2º de la ESO el curso que mayor resultado promedio arroja; sin embargo, parece ser que, al margen del curso, todos los alumnos afirman haber disminuido en mayor o menor medida su rendimiento académico. No obstante, también podría pensarse que 2º

de la ESO es el curso con mayor valor promedio (hasta 0,71 por encima del curso anterior) debido a que, es en este momento (12 o 13 años) cuando se amplía y cambia la forma de usar y el contenido de las TIC, con lo cual podría haber una distracción y capacidad de enganche mayor para ellos, que para sus predecesores de 1º de la ESO.

El apartado e) (Pienso que tengo que pasar menos tiempo conectado/a) es sin duda uno de los más reseñables e importantes de esta pregunta y también del cuestionario en su totalidad. No solo por ser el único de los 15 apartados en el que los 4 cursos han obtenido un equivalente final de “Con frecuencia” y tener por tanto los promedios más altos; sino también por el motivo al que apela la pregunta. Hay una concienciación a nivel de toda la muestra respecto al hecho de que debería de pasarse menos tiempo conectado, y por tanto utilizando y haciendo uso de las TIC. Este hecho resulta de suma importancia y relevancia en el presente trabajo, ya que, aunque tal vez no pueda hablarse de una buena praxis por parte de los adolescentes en lo que al uso de las TIC se refiere, si podría afirmarse que hay una concienciación por parte de toda la muestra respecto al excesivo tiempo que se emplea en estos dispositivos.

El apartado f) (Me molesta si alguien me interrumpe mientras estoy conectado/a) es especialmente reseñable puesto que, en base a sus categorías y promedios finales, los alumnos más pequeños de la muestra afirman tener menos molestia si se les interrumpe al estar conectados. Lo opuesto ocurre en 4º de la ESO, que es el curso que mayor promedio ha obtenido para este apartado; con lo que podría hipotetizarse que tal vez este curso, al ser el que más años lleva haciendo uso de las TIC, mayor manía ha desarrollado de cara a la interrupción por algún familiar o amigo a la hora de estar conectado.

El apartado g) (Cuando estoy conectado/a me olvido de los malos rollos) simplemente arroja (aunque esta vez no a nivel de homogeneidad categórica inter curso) el resultado de que el estar conectado se entra en una especie de trance, el cual permite que otras esferas de la vida, como en este caso son “los malos rollos” y aspectos que no son deseables para el adolescente, se olviden en detrimento de estar conectado.

El apartado h) (A mis padres no les digo realmente el tiempo que llevo conectado/a) de nuevo resulta en una homogeneidad categórica para los cuatro cursos, sin embargo, en este apartado son 2º y 4º de la ESO (y no 2º y 3º) aquellos cursos que mayor promedio (prácticamente similar uno del otro) han obtenido, con lo que rompe la tendencia que numerosas veces se había repetido a lo largo del cuestionario de ser 2º y 3º aquellos usos que un peor uso hacían de las TIC. A nivel total de la muestra podría concluirse que hay una tendencia, mayor o menor según el curso, a ocultar el tiempo real de conexión a internet, con lo que se deduce que se está empleando un

tiempo excesivo, el cual los propios alumnos saben que es excesivo y prefieren no decirlo, ya sea por un motivo u otro.

El apartado i) (Prefiero pasar mi tiempo conectado/a a estar con amigos/as) es otro de los apartados más relevantes y remarcables; ya no solo para esta pregunta sino para todo el cuestionario. Resulta ser el único apartado que ha demostrado una homogeneidad inter curso para los cuatro cursos y con la categoría de “Nunca o raras veces”. Si de nuevo se atiende al sentido al que se refiere este apartado, se entiende fácilmente la importancia de los resultados obtenidos en el mismo. Todos los adolescentes de esta muestra parecen tener una clara preferencia por pasar tiempo con sus amigos a pasar tiempo conectados. Esto vendría a significar que por mucho tiempo que se desperdicie de otras actividades de ocio, interferencias en la vida familiar o en el estudio o alteraciones a nivel vital; se sigue resultando más atractivo pasar tiempo con los amigos que conectado. Es por último interesante apreciar, cómo además los promedios obtenidos en este apartado son muy cercanos entre sí; lo cual no hace sino aumentar el consenso a nivel total de la muestra de la preferencia de pasar tiempo con los amigos.

El apartado j) (El mundo digital me resulta más interesante que la vida real) ha demostrado dos tendencias distintas: una para 1º, 3º y 4º de la ESO y otra para 2º. Respecto a la primera, en donde puede verse que los tres cursos tienen tanto promedios cercanos, como la categoría final de “Nunca o raras veces”, esta podría ser una corroboración de todo lo mencionado en el apartado anterior: en este caso la preferencia por los planes y aspectos de la vida real en lugar de la digital. Para 2º de la ESO, donde el promedio ha sido ligeramente superior al de los otros cursos y la categoría final ha sido “A veces”, el resultado podría ser coherente y estar relacionado con los resultados obtenidos para este mismo curso en el apartado d) (Mi rendimiento escolar ha bajado por estar conectado/a). Es decir, pareciera ser que en 2º de la ESO hay un inciso en la forma de usar las TIC y sus contenidos y en el tiempo que se dedica al uso de las mismas. Esto último queda corroborado además con los resultados vistos en la octava pregunta del cuestionario, en donde 2º de la ESO era uno de los 2 cursos que mayor tiempo dedicaba al uso de las TIC. Esto provocaría que, aun no siendo de una forma excesiva o problemática, 2º de la ESO mostrara una mayor inclinación por el mundo digital en lugar de la vida real, con las interferencias y problemas que esto causa.

El apartado k) (Pierdo horas de sueño por estar conectado/a) nuevamente arroja resultados coherentes con anteriores apartados. Parece ser que para 1º de la ESO, el cual tiene el promedio (notablemente menor) más bajo de todos los cursos, hay una tendencia a usar menos (o no usar directamente) el teléfono u otros dispositivos en detrimento a horas de sueño. Esto podría ser debido bien a que, al ser los alumnos de menor edad, están sujetos a unas reglas más estrictas

respecto al horario de uso; o bien que el interés que a esta edad les suscitan las TIC no sea suficiente como para crear interferencias en las horas de sueño del adolescente.

El apartado l) (Prefiero hablar por WhatsApp que personalmente) se hallan dos tendencias distintas. La primera es para 1º, 2º y 4º de la ESO, los cuales han obtenido un promedio muy similar entre ellos y con una categoría equivalente a “Nunca o rara vez”, con lo cual podría deducirse que la preferencia general y mayoritaria en estos cursos es seguir manteniendo una charla o hablar cara a cara. La segunda es únicamente para 3º de la ESO, cuyos alumnos han obtenido un promedio superior al de los otros tres cursos y equivalente categóricamente a “A veces”. Esto vendría a significar que su preferencia por mantener una conversación por WhatsApp en lugar de en persona, no es absoluta; sino simplemente ocasional, deduciendo que su preferencia también permanece en las conversaciones cara a cara.

El apartado m) (Prefiero resolver mis discusiones a través de WhatsApp) ha arrojado unos datos para nada acordes con la creencia general de que, los adolescentes prefieren discutir vía telemática en vez de en persona. Los cuatro cursos se mantienen en una equivalencia categórica de “Nunca o rara vez” y “A veces”, con valores promedio relativamente cercanos entre ellos. Este pequeño hallazgo podría desmentir el prejuicio de que los adolescentes tienen una tendencia a despersonalizar las discusiones, y llevar estas a cabo vía ordenador/teléfono.

El apartado n) (Las TIC me ayudan a resolver mis problemas de timidez) ha obtenido una misma tendencia categórica igual para los cuatro cursos; sin embargo, el curso con un promedio mayor ha sido 1º de la ESO. Es lógico pensar que para este curso el uso de las TIC sea el más novedoso y que al ser el de menor edad, utilicen esta herramienta con más asiduidad para superar una posible timidez. Puede concluirse por tanto que las TIC pueden ser utilizadas ocasionalmente por los adolescentes para superar sus problemas de timidez, pero no como una herramienta fija o recurrente.

El apartado o) (Cuando no me conecto siento que me falta algo) arroja valores prácticamente similares a los del apartado m). El hecho de que se hayan dado valores y equivalencias categóricas tan bajos en un apartado en el que, el prejuicio y creencia general acerca de los adolescentes, esperaría promedios más altos, vendría a significar que la ausencia de conexión a internet por parte de los adolescentes no es tan importante para ellos como a priori tiende a suponerse.

3.3.3 *Bloque 3: factores familiares*

El tercer y penúltimo bloque de este cuestionario es sobre factores familiares y domésticos de cara a la utilización y regulación de las TIC dentro y fuera de casa. Comienza con la pregunta quince, la cual solicitaba a los estudiantes que dijeran si se le habían puesto condiciones respecto al uso de las TIC, y en caso afirmativo decir cuáles.

En 1º de la ESO 22 de 28 estudiantes afirmaban estar sujetos a condiciones respecto al uso de las TIC. Estas eran en su mayoría: límite horario y diario, restricción de uso únicamente a fines de semanas, control parental (*Family Link*) y fomento de otras actividades ajenas a las TIC. Para 2º de la ESO se hallaron 20 de 30 alumnos que afirmaron tener condiciones de uso; estas eran: restricción, limitación temporal, contextual, control parental (*Family Link*) y condicionamiento de aprobar. En 3º de la ESO hay tan solo 11 de 27 alumnos que afirmen estar sujetos a condiciones en el uso de las TIC; estas son: castigo ante un uso excesivo, restricción semanal y limitación horaria y temporal; y ante el incumplimiento de esto la retirada ante excesivo uso. Por último, para 4º de la ESO 13 de los 26 alumnos totales dijeron tener condiciones de uso, las cuales eran: restricción de videojuegos y móviles entre semana, restricción temporal y horaria.

Como puede observarse hay muchos aspectos en común entre los cuatro cursos. Por ejemplo, para 1º y 2º de la ESO la existencia de un control parental a través de la aplicación *Family Link*, resultado lógico al ser la parte más joven de la muestra. La más recurrente de todas es la limitación y/o restricción horaria y temporal de dispositivos; la cual parece estar presente en los cuatro cursos sin excepción. Llama la atención además que en 3º de la ESO afirmaban que el incumplimiento de esta suponía castigo. Además, destaca la restricción de ciertos dispositivos entre semana como medida (posiblemente) de focalización en los estudios. Un último hallazgo que llama la atención es el promedio de alumnos que afirman estar sujetos a condiciones a la hora de usar las TIC. 1º y 2º de la ESO con 0,79 y 0,66 respectivamente son los dos cursos que más condicionados parecen estar; esto es lógico si se atiende a su temprana edad y menor experiencia con las TIC. Por otra parte, 3º y 4º de la ESO resultan en promedios de 0,59 y 0,58 respectivamente. Esto vendría a significar que en los cursos de más edad el condicionamiento impuesto por los padres parece menor, no se sabe si en base a la mayor experiencia que creen tienen sus hijos, o bien por sobre confianza o permisividad.

La pregunta número 16 es una extensión de la anterior la cual pedía a los estudiantes que reconocieran si cumplían o no las normas/condiciones impuestas al uso de las TIC, y por qué motivo.

En 1º de la ESO, los 22 alumnos de 28 totales que decían tener condiciones de uso, afirmaban cumplirlas; los motivos que aportaron para ello son: responsabilidad, obediencia, resignación. Por responsabilidad se entiende el hecho de que los propios alumnos entienden que es importante respetar estas normas. Por obediencia se entiende adscribirse a las reglas y normas impuestas por los padres. Por resignación se entienden comentarios como “Porque no me queda otra”, “Porque si no me castigan”, etc; es decir, no por compromiso o respeto, sino aceptación de algo que no les convence o miedo al castigo. Por otra parte, los alumnos que afirmaron no cumplirlas, aportaron motivos para ello como fueron aburrimiento y preferencia de TIC. Es decir, no entretenerse sin utilizar las TIC y por ello necesidad de saltarse las reglas para seguir utilizándolas; y la preferencia de saltarse las reglas y normas en lugar de estar sin utilizar las TIC.

Para 2º de la ESO pudo encontrarse que 16 de los 30 alumnos totales afirmaba cumplir las reglas estipuladas de cara al uso de las TIC. Los motivos para seguir estas normas fueron: resignación, responsabilidad e interés por los estudios. Las dos primeras ya son conocidas por haber salido antes en los estudiantes de 1º de la ESO. Para la última, recalcar que solo fue aportada por un alumno, por lo que no tiene tanto peso como para ser un motivo general o importante en el cuestionario. Respecto a aquellos alumnos que afirmaron incumplir las normas, aportaron los siguientes motivos para ello: indiferencia, no estar de acuerdo con las reglas y estas no son lo suficientemente severas. La primera es la falta de responsabilidad o compromiso para con las reglas, la segunda un acto de rebeldía ante ellas por no estar de acuerdo con las mismas, y la última él no tomarlas en serio por no suponer un castigo o escarmiento suficientemente fuertes él no cumplirlas o respetarlas.

Para 3º de la ESO se halló que 11 de los 27 alumnos totales cumplían las normas impuestas apelando a motivos de obediencia, responsabilidad, preferencia y resignación. Tres de estas ya son conocidas; por preferencia se entiende el saber, aceptar y preferir que las TIC requieren de cierta regulación para no caer en un uso excesivo y mal llevado. Para este curso no se ha encontrado ningún alumno que aportara motivos de cara a no cumplir las reglas establecidas. Es curioso y llamativo él observar como este es al mismo tiempo el curso con un menor promedio de cumplimiento de las normas (0,41) y el único que no ha aportado ni un solo motivo para no cumplir las normas y condiciones establecidas.

Para 4º de la ESO se encontró que 13 alumnos de los 26 totales afirmaban cumplir las normas impuestas de cara al uso de las TIC. Los motivos aportados para su cumplimiento son simplemente los ya conocidos resignación y responsabilidad (entendiéndose bajo estas categorías los mismos motivos o muy similares a las de cursos anteriores). Por otra parte, tan solo dos motivos y muy vagos han sido aportadas de cara al incumplimiento de las condiciones establecidas; estos

son pereza y olvido temporal. De nuevo resulta especialmente llamativo encontrar en este curso una tendencia similar a la de 3º de la ESO. 4º de la ESO es el segundo curso con menor promedio de cumplimiento de las normas (0,5) y aun habiendo aportado al menos dos motivos para no hacerlo; estos son realmente poco justificados o insignificantes.

La pregunta decimoséptima del cuestionario preguntaba a los alumnos si había límites para el uso de las TIC en sus hogares; y si estos eran además respecto a horarios de uso, días de uso, lugares visitados o redes utilizadas. Los resultados obtenidos se muestran en la siguiente tabla.

Tabla 16. *Límites en el uso doméstico de las TIC*

	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	Totales
¿Hay límites?	28	20	18	18	84
Horarios	20	16	17	13	66
Días	14	8	11	11	44
Lugares	11	10	6	9	36
Redes	17	8	4	7	36
Alumnos totales por curso	28	30	27	26	111
Limitaciones totales	90 de 140	62 de 150	56 de 135	58 de 130	266 de 555
Promedio de limitación total	0,64	0,41	0,42	0,45	0,48

En este apartado ha decidido realizarse un análisis más orientado a la totalidad de las limitaciones por apartado y no por curso; además se ha tenido en cuenta el número de limitaciones por curso y alumnos totales del mismo para obtenerse lo que se ha llamado promedios de limitación. Respecto a la pregunta de si hay límites a nivel general, puede observarse que 1º de la ESO tiene muchas más respuestas afirmativas y equilibradas a su número de alumnos totales, que el resto de cursos. Esto como ya se ha mencionado en anteriores apartados, es resultado del mayor control parental que hay en este curso debido a su menor edad y experiencia en el mundo de las TIC. En lo concerniente a las limitaciones a nivel de horario, estas son las más numerosas a nivel concreto de las mismas. Estas van seguidas por las respectivas a días de uso en número de alumnos que afirman tener este tipo de limitaciones. Estos dos hallazgos son coherentes con lo encontrado en la pregunta número quince; donde gran parte de las condiciones descritas por los alumnos

estaban relacionadas con restricciones y limitaciones temporales (horarias) y semanales (diarias).

Las limitaciones

La pregunta decimoctava es una continuación de la anterior y simplemente solicitaba a los alumnos que dijeran si en caso de incumplir las reglas, había algún tipo de consecuencia para con ellos; debían además especificar cuál era/n esta/s. Se muestra a continuación una tabla con los resultados de esta cuestión:

Tabla 17. *Consecuencias por incumplimiento de normas de uso de las TIC*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Nºalumnos con consecuencias/Alumnos totales	26/28	23/30	15/27	11/26
Promedio	0,93	0,77	0,55	0,42
Consecuencias	Castigo Retirada de dispositivos Pérdida de confianza en el hijo	Castigo Retirada de dispositivos Quedarse sin salir con amigos	Castigo Retirada de dispositivos Restricción de los mismos y quedarse sin salir	Castigo Reñir

Los resultados aportados por esta pregunta son particularmente interesantes. En primer lugar, puede observarse que hay una tendencia decreciente a la imposición de consecuencias en función del curso, siendo que en 1º de la ESO casi la totalidad del alumnado tiene consecuencias por no cumplir las normas, mientras que en 4º de la ESO menos de la mitad las sufren en caso de una infracción. Respecto a cuál es la naturaleza de estas consecuencias, puede observarse que para los cuatro cursos la única en común es el castigo (entendido en general), después está la retirada de dispositivos, la cual es común para los tres primeros cursos de la ESO. Finalmente se ha encontrado una consecuencia propia tres de los cuatro cursos. Para 1º de la ESO esta es la pérdida de confianza en el hijo, lo cual para los alumnos más pequeños de la muestra puede suponer algo realmente grave. En 2º y 3º de la ESO se observa que uno de los castigos más destacados y comunes es quedarse sin salir, lo cual en una época en la que es usual que los jóvenes comiencen a tener sus primeras “pandillas”, pareciera ser un castigo lo suficientemente grave e importante para ellos. Finalmente, en 4º de la ESO se ha encontrado simplemente “reñir” como consecuencia

del incumplimiento de norma, esto juntado al hecho de que se trata del curso con menor número de alumnos que surgen consecuencias por dicho incumplimiento, parece claramente apuntar a que es con diferencia el curso más laxo en cuanto a medidas y consecuencias para el incumplimiento se refiere.

Los datos correspondientes a las preguntas diecinueve, veinte, veintiuno, veintidós, veintitrés, veinticuatro y veinticinco del cuestionario serán aportados en una misma tabla ya que todas ellas son de formato corto y comparten la naturaleza de hacer referencia a problemas con los padres/colegio y normas y control de las TIC.

Tabla 18. *Educación, conocimiento, control, problemas domésticos y normas*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
19	25 de 28	23 de 30	24 de 27	23 de 26
20	27 de 28	24 de 30	24 de 27	19 de 26
21	6 de 28	6 de 30	4 de 27	5 de 26
22	3 de 28	6 de 30	2 de 27	4 de 26
¿Por qué?	- Tiempo excesivo y desacuerdo - Uso no excesivo y responsable	- Preferencia de las TIC - Uso responsable	- Enfado de los padres - Repercusión familiar e indiferencia por parte de los padres	Uso excesivo, padres enfadados, no aceptación de la retirada de dispositivos
23	25 de 28	26 de 30	26 de 27	22 de 26
24	2 de 28	3 de 30	2 de 27	2 de 26
25	19 de 28	21 de 30	14 de 27	13 de 26

La pregunta número diecinueve pedía a los alumnos que dijeran si sus padres les habían enseñado a hacer un uso responsable de las TIC. Como puede observarse hay una proporción muy parecida para los cuatro cursos, siendo esta cercana a 0,9 por 1º, 3º y 4º de la ESO; para 2º de la ESO esta proporción es ligeramente menor (0,77), con lo que podría decirse que es el curso que menor educación por parte de sus padres recibe para un uso apropiado de las TIC.

En la pregunta número veinte los alumnos simplemente debían responder si sus padres conocían las redes de las que hacen uso. Los resultados arrojan unos datos lógicos, siendo que para 1º de la ESO es donde hay una mayor proporción de conocimiento (0,96) y en 4º de la ESO la

menor (0,73). No obstante, aun habiendo esta diferencia, las proporciones de los cuatro cursos son bastante elevadas y no parece haber un alto rango de ocultamiento de redes por parte de los estudiantes.

La pregunta vigesimoprimera preguntaba acerca de si los padres de los alumnos utilizaban algún tipo de aplicación para controlar el adecuado uso de las TIC por parte de sus hijos. Para los cuatro cursos hay proporciones realmente bajas (ninguna supera el 0,21) y parecidas entre todos ellos. Esto pudiera tener la interpretación de que, no es común una tendencia general por parte de los padres, a utilizar aplicaciones de control hacia sus hijos; tal vez se dé solo en casos de padres realmente concienciados/preocupados y/o hijos que han demostrado tener un mal uso de las TIC.

En la pregunta vigesimosegunda los estudiantes debían responder a si el uso de las TIC creaba algún tipo de problema en casa. De nuevo encontramos proporciones realmente bajas para esta pregunta, siendo 2º de la ESO (por una diferencia tan solo de 0,1 aproximadamente con el resto de cursos) el curso que más problemas manifiesta en casa. Respecto al porqué de estos problemas, para 1º, 2º y 3º de la ESO se han dividido los motivos en la tabla con dos guiones: el primero corresponde con los motivos manifestados por aquellos alumnos que afirman haber tenido problemas en casa; mientras que el segundo corresponde a aquellos que no tenían problemas. Para 4º de la ESO no hay guiones, ya que solo respondieron a esta cuestión los alumnos que si tenían problemas en casa por el uso de las TIC. En 1º de la ESO puede observarse que son el tiempo excesivo y el desacuerdo con los padres el motivo de discordia y problemas; para aquellos que no manifestaban problemas, la causa principal es el uso responsable y no excesivo de las TIC. Para 2º de la ESO puede encontrarse por una parte que el motivo de disputa y problemas es la preferencia de las TIC respecto a otras actividades lo que lleva a los altercados; y por otra parte un uso responsable es el motivo por el que otros alumnos no manifiestan ningún tipo de problema. En 3º de la ESO el enfado de los padres es el motivo principal que causa problemas a raíz del uso de las TIC; respecto a aquellos que no tenían problemas, hay aquí dos motivos realmente interesantes. Por una parte, la repercusión familiar se refiere a dos casos concretos de la muestra en los cuales, la presencia de un hermano que, si tenía problemas y lo que estos acarreaban a nivel familiar, es motivo suficiente para que el alumno haga un uso responsable de las TIC. Por otra parte, la indiferencia familiar viene a indicar que no hay problemas no porque se haga un uso adecuado o razonable de las TIC, sino porque a los padres les resulta completamente indiferente que se haga con ellas. Finalmente, para 4º de la ESO encontramos varios motivos por los cuales se dan problemas en casa: el uso excesivo y el enfado consecuente por parte de los padres, lo cual ya había sido manifestado en cursos anteriores; y, además, la no aceptación por parte de los alumnos de la retirada de dispositivos. Resulta curioso a la par que lógico que este hallazgo se dé

en el curso donde los alumnos son más mayores, ya que pudiera ser que es en esta edad donde se está dando mayor rebeldía y necesidad de espacio personal por parte de los alumnos; lo cual vendría a significar que la retirada de dispositivos les causaría gran agravio y por tanto problemas en casa.

En la pregunta número veintitrés los alumnos simplemente debían responder si en su centro escolar había normas para el uso de las TIC. En este caso, al pertenecer todos los alumnos a un mismo centro educativo es lógico que se hayan dado porcentajes muy similares para los cuatro cursos, y en efecto, el Centro Educativo Nuestra Señora del Pilar (Valladolid) cuenta con normas tanto en el aula como fuera de ella para el uso de dispositivos en horario escolar.

La pregunta vigesimocuarta preguntaba a los alumnos si alguna vez algún profesor les había quitado el móvil por un mal uso del mismo. Las proporciones para los mismos son realmente bajas ya que todos los cursos tienen valores iguales o por debajo de 0,1; con lo que un mal uso en el contexto escolar no parece ser frecuente en esta muestra de alumnos.

Finalmente, la pregunta veinticinco preguntaba acerca de si los padres de los alumnos mostraban preocupación por el tiempo que sus hijos pasaban con el teléfono o conectados a internet. Los resultados para esta pregunta arrojan un curioso resultado: los dos primeros cursos son los que muestran una proporción más elevada de padres preocupados acerca del tiempo que sus hijos pasan conectados o con el teléfono, con un 0,68 y un 0,7 respectivamente para 1º y 2º de la ESO. Para 3º y 4º de la ESO las proporciones son de 0,52 y 0,5 respectivamente, con lo que puede observarse una diferencia gradualmente notable respecto a los dos primeros cursos. Una posible explicación para estos resultados pudiera ser que los padres de los alumnos más jóvenes manifiestan más preocupación, al ser sus hijos más “neófitos” en el uso de las TIC y por tanto no acabar de acostumbrarse a un elevado uso de las mismas por parte de sus hijos; para 3º y 4º de la ESO, al ser estos mayores y por tanto tener más “bagaje tecnológico” la preocupación que sus padres mostrarían, si bien es notable, no es tan acentuada como en los dos primeros cursos.

3.3.4 Otros factores

Este último apartado del cuestionario cuenta con una sola pregunta (la 26) la cual consta a su vez de 12 apartados que hacen referencia a cuestiones y aspectos distintos y no tratados hasta el momento sobre el uso de las TIC. Todas estas cuestiones estaban planteadas a través de una escala Likert de frecuencia, la cual constaba de las ya vistas cinco categorías del resto de preguntas con este tipo de formato. De cara a un estudio más práctico y matemático de los resultados de nuevo se ha optado por traducir las categorías siendo “Nunca o rara vez” igual a 1, “A veces” igual

a 2, “Con frecuencia” igual a 3, “Muy a menudo” igual a 4 y “Casi siempre” igual a 5. A continuación se muestra una tabla con los datos de los doce apartados de esta última pregunta.

Tabla 19. *Otros factores relacionados con el uso de las TIC*

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
a	1,22	Nunca o rara vez	1,30	Nunca o rara vez	1,54	A veces	1,12	Nunca o rara vez
b	1,00	Nunca o rara vez	1,39	Nunca o rara vez	1,44	Nunca o rara vez	1,23	Nunca o rara vez
c	1,25	Nunca o rara vez	1,39	Nunca o rara vez	1,36	Nunca o rara vez	1,38	Nunca o rara vez
d	1,36	Nunca o rara vez	1,53	A veces	1,52	A veces	2,08	A veces
e	1,48	Nunca o rara vez	1,67	A veces	1,57	A veces	1,32	Nunca o rara vez
f	1,86	A veces	2,40	A veces	2,60	Con frecuencia	2,00	A veces
g	1,63	A veces	2,07	A veces	1,78	A veces	1,52	A veces
h	1,11	Nunca o rara vez	1,35	Nunca o rara vez	1,43	Nunca o rara vez	1,28	Nunca o rara vez
i	2,08	A veces	1,98	A veces	1,75	A veces	1,48	Nunca o rara vez
j	1,26	Nunca o rara vez	1,19	Nunca o rara vez	1,16	Nunca o rara vez	1,72	A veces
k	1,00	Nunca o rara vez	1,12	Nunca o rara vez	1,01	Nunca o rara vez	1,20	Nunca o rara vez
l	1,34	Nunca o rara vez	1,57	A veces	1,32	Nunca o rara vez	1,48	Nunca o rara vez

El apartado a) preguntaba a los alumnos si preferían hacer amigos por internet, hay un ligero grado de acuerdo entre los cuatro cursos de cara a esta pregunta, ya que salvo 3º de la ESO los demás manifestaban preferirlo nunca o raras veces. 3º de la ESO a su vez, tampoco muestra una diferencia muy elevada respecto al resto de cursos; por lo que puede afirmarse que los estudiantes siguen prefiriendo el método habitual y en persona de hacer amigos.

En el apartado b) los alumnos debían decir con qué frecuencia habían quedado con personas a las cuales habían conocido a través de internet. En este caso el grado de acuerdo es cercano entre los cuatro cursos y todos ellos comparten la categoría de “Nunca o rara vez”. Esto lleva a pensar que entre jóvenes de menos de 16 años es muy poco común que se de este tipo de encuentros sociales, los cuales seguramente sean más habituales de adolescentes más mayores o incluso jóvenes adultos, los cuales son más independientes y no tienen tanto control parental y/o temor que les impida hacer esto.

El apartado c) solicitaba a los alumnos que respondieran si en alguna ocasión habían pasado información y/o fotos de otra persona sin el consentimiento de esta. De nuevo en este apartado se puede apreciar un elevado grado de acuerdo entre los cuatro cursos y perteneciendo este a la categoría de “Nunca o raras vez”. Esto significaría que los alumnos están concienciados sobre la gravedad que este hecho implica y parecieran respetar los límites y la permisividad de cara al uso de las TIC en este tipo de asuntos más delicados.

En el apartado d) los alumnos debían sincerarse respecto a la cuestión de si habían buscado contenido inapropiado para su edad en internet. Como es comprensible, 1º de la ESO mostró el promedio más pequeño y el único perteneciente a la categoría de “Nunca o rara vez”; esto atiende a la lógica de que se trata de los alumnos más jóvenes de la muestra y aquellos que más control parental y supervisión tienen. 2º y 3º de la ESO comparten prácticamente el mismo promedio, el cual es ligeramente más elevado que el de 1º y pertenece ya a la categoría de “A veces”. A su vez 4º de la ESO es con bastante diferencia (de prácticamente 0,5) el curso que mayor promedio muestra en este apartado. Esta tendencia creciente en los cursos permite afirmar como a mayor edad, más contenido inapropiado se busca en internet; bien sea por conocimiento de más páginas para hacerlo, menos control parental y/o mayor interés en su búsqueda. Respecto a la naturaleza de este contenido, no se puede saber a través de la formulación de la pregunta, pero no es difícil intuir que en la gran mayoría de los casos se trate de contenido erótico o de extrema violencia.

El apartado e) rezaba lo siguiente “Vivo los videojuegos como si fueran la realidad”, y no ha habido una excesiva diferencia entre los cuatro cursos respecto a este. El curso con mayor promedio (1,67) ha resultado ser 2º de la ESO, esto es interesante ya que en la Escala de Uso Excesivo de Videojuegos este fue el único caso en el que hubo alumnos que cumplieran los cuatro criterios necesarios para hablar de un uso excesivo. Con lo que de nuevo es 2º de la ESO el curso que parece tener un uso más problemático respecto a los videojuegos.

En el apartado f) se preguntaba a los alumnos si cuando estaban conectados no veían el momento de dejarlo, este ha sido el apartado con mayores promedios de los doce. Con 2,40 y 2,60

respectivamente para 2º y 3º de la ESO, estos han sido los cursos donde mayores han sido los promedios; cabe destacar que el de tercero de la ESO es el único valor correspondiente a la categoría “Con frecuencia”, siendo así el más alto de todos los valores. No obstante, antes de continuar con el análisis de los datos, cabe mencionar que la frase de este apartado pudiera haber sido interpretada de dos maneras por parte del alumnado. Una de ellas sería en el sentido literal de la frase, es decir, que es tanto el tiempo que pasan conectados y la costumbre de hacerlo, que los estudiantes no conciben un momento fijo para dejarlo. La otra pudiera ser en el sentido de que, al estar conectados los adolescentes no se proponen a priori un momento para interrumpir su conexión, pudiendo ser por no tener ganas de hacerlo o porque es así dicho hábito. En cualquier caso, este apartado es para todos los cursos (y en especial 3º y 4º de la ESO) aquella que más claramente expresa una situación problemática. En este caso hace referencia al permanecer conectado sin ninguna perspectiva de abandonar dicha conexión, lo cual podría significar o ser reflejo de un problema de dependencia hacia los dispositivos con conexión a internet.

El apartado g) decía lo siguiente “Lo que sucede online es lo que me gustaría vivir” y aun no teniendo los promedios tan elevados del apartado anterior, si conserva la misma tendencia. 2º y 3º de la ESO de nuevo son los responsables de un promedio más elevado, en este caso haciendo referencia a la sensación de preferencia del contenido online al de la vida real. No obstante, se trata de valores correspondientes a la categoría de “A veces”, lo que podría ser algo lógico y nada problemático; al fin y al cabo, el hecho de referirse a videojuegos, viajes online u otro tipo de actividades con contenidos increíbles puede ser motivo de deseo para ellos.

En el apartado h) se pedía a los estudiantes que dijeran si juegos online eran reales, el resultado es similar para los cuatro cursos y correspondiente para todos ellos con la categoría de “Nunca o rara vez”. Esto refleja que no hay problemática a la hora de discernir entre la realidad y la ficción virtual de los videojuegos, y esto pudiera deberse bien a que los alumnos tienen claros y bien definidos los patrones que diferencian los conceptos de realidad/ficción y/o bien que los videojuegos a los que juegan no son lo suficientemente vívidos como para hacerles confundir ambos términos.

3.4 Cuestionario Uso de TIC para madres/padres

Este cuestionario podría considerarse como un complementario del Cuestionario Uso de TIC en menores, al menos en este trabajo esta es su función: completar la información aportada por los alumnos con datos por parte de sus progenitores, y como estos ven muchas de las mismas

cuestiones que también contestaron sus hijos. El formato de este cuestionario es similar al del anterior, teniendo un total de veintitrés preguntas con diversos formatos de respuestas (escala de frecuencia tipo Likert, Si/No, especificar dispositivos...). A su vez esta herramienta está dividida en tres distintos bloques los cuales serán abordados individualmente y con detalle a continuación. Por último, recalcar que este cuestionario fue completado por un total de 35 padres y madres del Colegio Nuestra Señora del Pilar Valladolid; este total se redujo a 32, ya que tres de estos padres/madres no eran progenitores del alumnado que completo el otro cuestionario, y siendo el interés principal que fueran los padres de los alumnos de la muestra los que participaran en el estudio, la muestra quedo finalmente reducida a los treinta y dos padres/madres relevantes. Estos quedan divididos de la siguiente manera: doce para 1º de la ESO, 8 para 2º, 6 para 3º y 6 para 4º de la ESO.

3.4.1 Bloque 1

Aunque en este cuestionario los distintos bloques no tienen un nombre propio cada uno, este primero podría ser considerado como de recogida de información respecto a dispositivos, horarios de uso e importancia de las TIC. La primera pregunta simplemente solicitaba a los padres/madres que señalaran cuales de los dispositivos planteados eran utilizados por ellos y/o cuales por sus hijos.

Tabla 20. *Dispositivos utilizados por padres/madres y sus hijos*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Móvil	3 Padre/madre 7 Ambos	7 Ambos	2 Padre/madre 1 Ambos	5 Ambos
Tablet	1 Padre/madre 2 Hijo/a 5 Ambos	1 Padre/madre 1 Hijo/a 5 Ambos	1 Padre/madre 1 Hijo/a 1 Ambos	3 Padre/madre 1 Hijo/a 2 Ambos
Ordenador	2 Padre/madre 9 Ambos	8 Ambos	1 Padre/madre 5 Ambos	1 Padre/madre 5 Ambos
Smartphone	5 Ambos	3 Ambos	1 Hijo/a 3 Ambos	1 Usted 2 Ambos
Play	5 Hijo	1 Padre/madre 4 Hijo/a	1 Hijo/a	3 Hijo/a
Otros	1 Ambos	1 Hijo/a	-	-

En base al escaso número de padres por curso que respondieron a esta pregunta, no se puede hablar de grandes diferencias entre cursos o dispositivos, pero si ver las tendencias generales de uso de los mismos. Para el móvil se observa un uso bastante igualado entre ambas partes (padres/madres e hijos/as) en el uso del teléfono móvil. Cabe explicar que por teléfono móvil se conciben todos los dispositivos posibles que ofrezcan un servicio de telefonía portátil; mientras que Smartphone (que es una categoría distinta en este cuestionario) se refiere solamente a aquellos de última generación y con prestaciones no sólo de telefonía móvil, sino también propias de ordenador/computadora.

Para la Tablet puede verse una tendencia similar a la del teléfono móvil, con un uso similar por parte de padres e hijos. Esto es lógico ya que este dispositivo ofrece un servicio que es atractivo tanto para padres como para hijos, es por ello que en este caso se cumple la tendencia general de que en la muestra (aun con los pocos participantes totales en este cuestionario) puede verse corroborada dicho fenómeno.

En el caso del ordenador se observa tanto el mayor número de padres que respondieron a su uso, como el mayor número de uso compartido por ambas partes. A día de hoy el ordenador, a pesar de sus múltiples funciones, ocupa un papel fundamental como herramienta de trabajo; es por esto que tanto los padres pueden utilizarlo en su trabajo tanto en casa como fuera de ella, mientras que el alumnado lo utiliza en el domicilio familiar como en la escuela. En base a esto se entiende que sea el dispositivo que más personas han señalado y que tanta igualdad presente entre padres e hijos.

Para el Smartphone se da una tendencia similar a la anterior, pero con menor número de señalados; aunque se sigue dando una mayoría de casos compartidos. Esto se debe a que, al igual que ocurre con el ordenador, los Smartphone tienen su uso extendido en toda la población ofreciendo una amplia amalgama de servicios y aplicaciones atractivas tanto para padres como para hijos.

El caso de la Play es especialmente llamativo ya que se trata del único dispositivo que ha mostrado una clara diferencia de uso por parte de los hijos. Esto es un fenómeno lógico ya que, si bien los padres/madres (a pesar de no ser nativos digitales y no haber conocido las TIC como lo han hecho sus hijos/as) se decantaron por el uso de teléfonos móviles u ordenadores, en base a una amplia oferta de servicios y/o como herramienta de trabajo; con la Play y otras consolas no ocurrió lo mismo, ya que su servicio se reduce solo al ocio. A esta explicación se puede añadir el factor de escasez de tiempo, es decir, el trabajar, cuidar y educar a sus hijos tal vez no ofrezca el tiempo necesario a los padres/madres para introducirse a los videojuegos y disfrutar de ellos.

Para Otros, al tener tan pocos datos y no saber la naturaleza de dichos dispositivos no se puede extraer ningún tipo de información de ellos.

La segunda pregunta del cuestionario preguntaba a los padres/madres por la edad a la que permitieron que sus hijos comenzaran a utilizar ciertos dispositivos. En la siguiente tabla se pueden ver los datos obtenidos, los cuales están divididos por cursos y dispositivos. Los valores mostrados son los promedios para cada caso.

Tabla 21. *Edad a la que los padres permitieron el uso de dispositivos*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO	Media
Internet	9,7	9,6	11,5	10,5	10,33
Videojuegos	9,57	7,88	8,5	9,3	8,82
Smartphone	10	10,29	12	11	10,82
Redes sociales	12,25	11,2	12,4	12,2	12,01
WhatsApp	11,67	11	12,17	11,7	11,64
Tablet	8,6	8,25	10	12,25	9,78
Ebook	8,5	10	10	14	10,63

Antes de comentar cada dispositivo por separado es imposible no analizar una tendencia general que se ha dado en todos los dispositivos salvo para el Ebook y el Smartphone. Esta es la siguiente: 3º y 4º de la ESO muestra edades más tardías en el uso de los dispositivos, 1º y 2º de la ESO resultan en edades más tempranas de cara al uso de estos; en especial los promedios de inicio de uso más bajos se han dado para 2º de la ESO. La primera parte del fenómeno podría tener varias explicaciones: en 3º y 4º de la ESO, al ser alumnos más mayores, cuando estos quisieron/tuvieron que comenzar a utilizar los dispositivos, su uso, si bien ya estaba muy extendido entre la población juvenil, no estaba tal vez tan normalizado, no había tanta variedad ni oferta, y tenía un carácter más novedoso, cabe la posibilidad de que los padres estaban más precavidos entonces. Esto último podría llevar a entender el porqué de sus edades de inicio más tardías respecto a los otros dos cursos. La segunda parte del fenómeno contempla en primer lugar los menores promedios de inicio, esto se explicaría de nuevo con lo anteriormente mencionado, en este caso al ser los dos cursos con alumnos más jóvenes, su momento de iniciación coincidió en un momento de menor novedad y/o mayor extensión de los dispositivos. Es por ello que encontramos edades de inicio más tempranas. Por último, el hecho de que se hayan dado promedios ligeramente menores en 2º de la ESO pudiera ser explicado porque ha coincidido una mayor permisividad entre los padres de este curso; o tal vez cabría la explicación de que se encuentran en una “tierra de nadie” entre generaciones en las cuales había más recelo y cuidado a la hora de permitir a los hijos utilizar los

dispositivos (3º y 4º de a ESO) y generaciones que comienzan a estar concienciadas de los riesgos que el uso de las TIC puede traer y a tener en cuenta ciertas consideraciones (1º de la ESO y cursos inferiores) que esta “generación perdida” no tuvo.

En el caso particular de internet este resulta ser el segundo dispositivo con menor edad de inicio promedio para los cuatro cursos. En la pregunta número 7 del Cuestionario de Uso de TIC en Menores se pedía a los alumnos (e hijos de estos padres) que respondieran a la misma cuestión que en este apartado. Los resultados no coinciden entre sí, ya que mientras le media de edad para inicio de uso en internet por parte de los hijos, comprendía valores entre 6,5 y 8,8 en este caso los valores aportados por los padres corresponden a valores entre 9,6 y 11,5.. Lo que si coincide en ambos casos es que internet es una de las categorías que edades de uso más tempranas arroja, siendo esto comprensible, ya que al estar muchos dispositivos asentados en ella (móviles, Smartphones, ciertos videojuegos, ordenadores y Tablet entre otros) es más alta la probabilidad de comenzar su uso antes que otras categorías.

El caso de los videojuegos es muy similar al anterior, tanto en la pregunta séptima del cuestionario para los estudiantes como en este, demuestra ser uno de los dispositivos antes utilizado; en este caso en concreto resulta ser el promedio de edad de inicio más bajo. Esto puede entenderse asimilando que los padres permiten a sus hijos jugar a ciertos videojuegos apropiados para su edad (Clasificación PEGI) y descartando una necesidad de madurez y/o conocimientos necesarios para el uso de otros dispositivos y/o redes.

Para el caso del Smartphone, este ha demostrado ser uno de los dispositivos con mayor promedio de edad de inicio de uso; aun así, permanece por debajo de Redes sociales y WhatsApp. Esto puede explicarse en base a un sistema procesual: primero se inicia el uso de TIC con dispositivos “no peligrosos” como Ebook o Tablet, se continuaría con la compra de un teléfono personalizado, para un año después (aproximadamente) pasar a utilizar redes sociales y aplicaciones que contemplan cierto riesgo o necesidad de madurez. Estos datos son además coherentes con los obtenidos en el otro cuestionario, las variaciones numéricas que se dan podrían ser explicadas en base a la diferencia terminológica; ya que a los hijos se les preguntó por “Móvil” mientras que a los padres por “Smartphone”, con lo cual la diferencia de concepción podría explicar la discrepancia.

Para las categorías de WhatsApp y Redes sociales, estas resultan en los mayores promedios de edad de inicio de uso, siendo ligeramente mayor el de Redes sociales. Esto no sólo es lógico con la anterior explicación del sistema procesual de uso (Dispositivos “no peligrosos” – Smartphone – WhatsApp – Redes Sociales), sino que además concuerda con los datos del

Cuestionario de Uso de TIC en Menores; en donde también pudo verse esta misma tendencia. Es por todo esto que puede concluirse que el WhatsApp es la penúltima categoría en comenzar su uso y las redes sociales la última; esto explicado por ser concebidas como aplicaciones que comprenden cierto riesgo y cierta madurez para su uso.

Por último, el caso de la Tablet y el Ebook ya ha sido explicado en anteriores apartados, siendo que estos son tal vez concebidos como dispositivos en los que no se contemple un riesgo o peligro, ya que su principal uso suele ser ver series o jugar a juegos sencillos y no violentos. El caso del Ebook ha arrojado un promedio más alto ya que ha sido con diferencia la categoría menos señalada por los padres (de 1 a 3 por curso) y esto ha resultado en un mayor promedio respecto a la Tablet. De nuevo si se atiende a los datos del cuestionario respondido por los hijos, hay coherencia entre el tamaño de los promedios.

La tercera pregunta del cuestionario pedía a los padres que apuntaran las redes sociales utilizadas por ellos y/o sus hijos. A continuación, se muestran los datos pertenecientes a esta pregunta.

Tabla 22. *Redes sociales utilizadas por padres y/o hijos*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
WhatsApp	2 Padre/madre 9 Ambos	8 Ambos	6 Ambos	6 Ambos
Facebook	5 Padre/madre 2 Ambos	3 Padre/madre 2 Ambos	3 Padre/madre	2 Padre/madre 1 Ambos
Twitter	1 Hijo/a 5 Ambos	2 Padre/madre	2 Padre/madre	2 Padre/madre 1 Ambos
Instagram	3 Hijo/a	3 Hijo/a 4 Ambos	3 Hijo/a 1 Ambos	3 Hijo/a 2 Ambos
LinkedIn	6 Padre/madre	4 Padre/madre	1 Padre	-

Para la categoría WhatsApp puede observarse el ejemplo de mayor homogeneidad, ya que a excepción de dos casos particulares en 1º de la ESO, el resto de ocasiones se trata de una aplicación utilizada tanto por padres/madres como por sus hijos/as. No es casualidad que estos dos únicos casos de Padre/madre se hayan dado en el curso dónde los estudiantes so más jóvenes, muy probablemente se trate de padres que consideran que sus hijos son todavía demasiado pequeños para utilizar esta aplicación y por ello no establecen la categoría de Ambos. La conclusión

definitiva es que WhatsApp es una red social que es utilizada por un público general, sin estar destinada a jóvenes o adultos, sino a cualquiera que tenga un Smartphone.

En el caso de Facebook puede apreciarse claramente cómo se trata de una red social más orientada a los adultos que a los niños, en este caso a los padres. Es de sobra conocido que desde sus inicios Facebook fue una red social enfocada a adultos y jóvenes, pero estos últimos ya en un rango de edad más elevado. Con el paso de los años la popularidad de esta página ha podido verse parcialmente desplazada, especialmente entre el público más joven, por otras opciones más atractivas y enfocadas a estos como es el caso de Instagram. Es por todo esto que Facebook resulta en un uso mucho más extendido entre los padres que entre sus hijos. El caso de Twitter es realmente similar al de Facebook, salvo porque menos casos han sido señalados para esta aplicación; sin embargo, la popularidad y demanda de esta red social estaría claramente definida para una población mayor de 18 años.

El caso de Instagram es completamente opuesto al de las dos redes sociales anteriores: se trata de una aplicación claramente enfocada al público más joven, por lo que es normal que muchos más hijos/as la utilicen que sus padres/madres. No obstante, también puede apreciarse que ha habido varios casos pertenecientes a la categoría de Ambos, con lo cual también hay padres que utilizan esta red social. Esto puede indicar que esta aplicación también es atractiva para el público adulto, sin embargo, muchos jóvenes señalan que sus padres/madres utilizan esta aplicación no tanto por el interés que para ellos pudiera suponer; sino para de una forma u otra vigilar la actividad de sus hijos en Instagram y todo lo que ocurre alrededor de ella.

El caso de LinkedIn es el único en el que solo hay padres/madres utilizándolo; lo cual es lógico y comprensible ya que es una red social enfocada a la búsqueda de empleo y contacto profesional.

La cuarta y quinta preguntas de este cuestionario son parejas, y preguntaban a los padres acerca de la importancia que estos le dan al conocimiento y manejo de las TIC por su parte; y acerca de la que le dan al aprendizaje y manejo de las TIC por parte de sus hijos. Ambas preguntas ofrecían cuatro opciones de respuesta: Nula, Media, Bastante y Completamente necesaria. Los resultados para ambas preguntas se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 23. *Importancia en el conocimiento, manejo y aprendizaje de las TIC*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Importancia	8 C. necesaria	6 C. necesaria	3 C. necesaria	4 C. necesaria
conocimiento y	3 Media	1 Bastante	2 Bastante	2 Bastante
		1 Media	1 Media	

manejo de las TIC (padres)				
Importancia aprendizaje y manejo de las TIC (hijos)	7 C. necesaria 4 Media	4 C. necesaria 3 Bastante 1 Media	3 C. necesaria 2 Bastante 1 Media	4 C. necesaria 2 Bastante

Para 1º y 2º de la ESO, se pueden observar tendencias en los resultados prácticamente similares. Parece haber una ligera mayor importancia hacia el conocimiento y manejo de las TIC por parte de los padres. Esto se observa en el mayor número de padres que señalan la categoría de Completamente necesaria en esta pregunta, respecto a la importancia del aprendizaje y manejo de las TIC por parte de sus hijos. Para 3º y 4º de la ESO sin embargo se aprecia una total homogeneidad para ambas preguntas, concluyéndose así que los padres consideran igualmente importante su conocimiento y manejo que el aprendizaje y manejo por parte de sus hijos. Por último, señalar que no ha habido ni un solo caso en el que la categoría Nula haya sido señalada; esto bien podía significar que de una forma u otra todos los padres/madres consideran de mayor o menor relevancia un apropiado manejo, aprendizaje y conocimiento de las TIC.

La sexta preguntaba solicitaba a los padres que señalaran si sus hijos tenían o no dispositivos para conectarse a internet en diferentes partes de la casa. Los resultados se muestran a continuación.

Tabla 24. Disponibilidad de dispositivos para conectarse a internet

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Habitación	6 Si 4 No	5 Si 3 No	4 Si 1 No	4 Si 1 No
Zonas comunes	12 Si	8 Si	6 Si	6 Si
Fuera de casa	6 Si 3 No	7 Si 1 No	5 Si	5 Si

Existe una total homogeneidad para la categoría de Zonas comunes, en donde todos los padres han señalado que sus hijos tienen acceso a internet en estos lugares de la casa. Para la categoría Habitación parece ser que también hay una ligera tendencia: en todos los cursos hay un número ajustado de casos de padres que no permiten que sus hijos tengan acceso a internet en su propia habitación. Esta fue una de las primeras medidas que se comenzó a tomar con la llegada de

internet a los domicilios, y parece mantenerse a día de hoy. Por último, para la categoría Fuera de casa puede observarse como, en los dos primeros cursos, hay una parte de hijos que no cuentan con los dispositivos/medios para conectarse a internet fuera de casa. Esto sin embargo no ocurre en 3º y 4º de la ESO, con lo que podría pensarse que es a partir de este momento que los padres deciden comenzar a contratar las primeras tarifas de datos móviles para los dispositivos de sus hijos.

La séptima y octava pregunta también son parejas, ya que la séptima pedía a los padres que señalaran cuanto tiempo estimaban que sus hijos dedicaban entre semana al uso de determinados dispositivos/redes; a su vez la octava seguía el mismo formato que al anterior, solo que esta vez los padres debían estimarlo en fines de semana. Estas dos preguntas eran idénticas a la octava del Cuestionario de Uso de TIC en menores, salvo por un último apartado que solicitaba a los padres que estimaran el cómputo total de tiempo que sus hijos dedicaban a las TIC en total. Al igual que ya se hizo para una mejor observación y estudio en la octava pregunta del otro cuestionario, de nuevo la escala Likert se plasmará en la siguiente tabla a través del promedio por curso y dispositivo, y su equivalencia categórica. Un aspecto a señalar de las siguientes dos tablas es que, ante la presencia de varios promedios con un valor decimal exacto de 0,5, se han creado nuevas categorías correspondientes a los valores exactos de las básicas; estas son Media hora (1,5) y Entre 1 y 6 horas (3,5).

Tabla 25. *Tiempo de uso de dispositivos entresemana estimado por padres*

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
Móvil	1,82	Menos de 1 hora	2,28	Menos de 1 hora	2,17	Menos de 1 hora	2,83	Entre 1 y 3 horas
WhatsApp	1,72	Menos de 1 hora	2,28	Menos de 1 hora	2,17	Menos de 1 hora	2,33	Menos de 1 hora
Redes sociales	1,5	Media hora	1,7	Menos de 1 hora	1,6	Menos de 1 hora	2	Menos de 1 hora
Videojuegos	1,5	Media hora	2	Menos de 1 hora	1,25	Ninguna	1	Ninguna
Internet para información	2	Menos de 1 hora	1,88	Menos de 1 hora	2	Menos de 1 hora	2,83	Entre 1 y 3 horas

Internet para trabajos escolares	2,3	Menos de 1 hora	2,13	Menos de 1 hora	2	Menos de 1 hora	3	Entre 1 y 3 horas
TOTAL REAL	1,81	Menos de 1 hora	2,05	Menos de 1 hora	1,87	Menos de 1 hora	2,33	Menos de 1 hora
COMPUTO ESTIMADO	3,5	Entre 1 y 6 horas	4,3	Entre 3 y 6 horas	3,83	Entre 3 y 6 horas	4,92	Más de 6 horas

Para 1º, 2º y 3º de la ESO se puede observar como para todas las categorías los promedios resultantes equivalen a períodos de tiempo de media hora o menos de una hora. Para 1º de la ESO concretamente todas las categorías a excepción de las dos de internet, son las que menores promedios tienen. Este doble hallazgo es coherente entre sí y con el estudio en su conjunto: al ser los alumnos de este curso los más pequeños y con mayor grado de protección y cuidado de las TIC por parte de sus padres, los promedios son inferiores al resto de la muestra, salvo para el uso de internet en trabajos escolares y búsqueda de información; lo cual se explica entendiendo estas dos categorías como herramientas de trabajo para los estudiantes. En el caso de 2º de la ESO se encuentra una nueva excepción a la tendencia general: es el curso con un promedio notablemente mayor para el uso diario de videojuegos. Este hallazgo es coherente con hallazgos anteriores, como es el hecho de que 2º de la ESO fue el único curso donde el Cuestionario de Uso Excesivo de Videojuegos arrojó casos que cumplieran al menos 4 criterios diagnósticos. Por lo que hasta el momento se puede afirmar que 2º de la ESO es el curso que mayor uso hace de los videojuegos, y para este apartado del cuestionario, mayor promedio de uso diario de videojuegos.

El caso de 3º de la ESO es muy similar al de 2º, salvo por el hecho de que este nuevo curso no hace tanto uso de los videojuegos. El curso más destacable de los cuatro es 4º de la ESO: salvo para la categoría de los videojuegos, en todos los demás tiene los mayores promedios de la muestra, además por primera vez en esta tabla, arroja resultados correspondientes a promedios equivalentes a lapsos de tiempo de entre 1 y 3 horas; estos son para Móvil y los dos usos de internet. Estos hallazgos de nuevo son coherentes, al tratarse del curso con más edad, es lógico pensar que tendrán menos rigidez en las normas de límite de tiempo y que además por su mayor familiaridad, harán un uso más prolongado de las TIC.

Por último, mencionar las dos últimas categorías de la tabla, Total Real es la única categoría creada a posteriori y que no estaba en el cuestionario; es el promedio de todas las categorías y su

equivalencia en traducción categórica. Computo Estimado es una categoría que los padres rellenaron directamente al completar el cuestionario, va también acompañada de la traducción categórica y se refiere a la estimación total que los padres hacen del uso de las TIC por parte de sus hijos. Lo más destacable de estas dos últimas categorías es que aun siendo equivalentes entre sí, no concuerdan: mientras que el Total Real arroja resultados de menos de una hora y entre una y tres, el Computo Estimado demuestra resultados de entre 3 y 6 horas. No obstante, resulta llamativo que, a pesar de esta falta de correspondencia, los cuatro cursos concuerdan en el valor numeral de cada pareja de promedios para estas últimas categorías: primero 4º de la ESO, seguido de 2º, después 3º y por último 1º. Esto permite concluir que si hay cierta concordancia entre el Computo Estimado y el Total Real, el fallo se encuentra tal vez a la hora de hacer una estimación real del uso de cada categoría. No obstante, también es cierto que hay ciertos dispositivos como la Tablet, que no están contemplados en esta tabla, por lo que esta ausencia podría explicar parcialmente la diferencia en los dos períodos de tiempo. Ya que aun faltando posibles categorías a las que los hijos dediquen tiempo, habría gran diferencia temporal entre menos de una hora y períodos de entre tres y seis horas, o hasta de más de seis.

Por último, si se compara esta tabla con su equivalente en el Cuestionario de USO de TIC en menores se pueden encontrar varios hallazgos interesantes. El teléfono móvil resulta ser el caso que más discordancia muestra entre lo que los alumnos afirman usar y los padres creen que usan. Para 1º de la ESO los padres estiman que sus hijos usan el móvil menos de una hora, mientras que estos últimos dicen usarlo entre una y tres. En 2º y 3º es donde mayor discordancia se halla: los padres estimaron que el uso que sus hijos hacían del móvil era de menos de una hora, mientras que estos dicen usarlo entre 3 y 6 horas. En 4º de la ESO los padres creen que sus hijos usan el dispositivo entre 1 y 3 horas, y estos afirman usarlo entre tres y seis. Para el uso de WhatsApp solo hay una variación: en 3º de la ESO los hijos pasan tiempo en esta aplicación entre 1 y 3 horas, mientras sus padres estimaban que lo hacían menos de una hora. Las redes sociales es el segundo caso que mayor variación demuestra: mientras que los padres de 2º, 3º y 4º de la ESO estiman que sus hijos pasan tiempo en redes sociales menos de una hora los días de entresemana, estos afirman pasar entre 1 y 3 horas. Para los videojuegos, los padres 3º y 4º de la ESO estimaban que sus hijos no pasaban ningún tiempo jugando a videojuegos, mientras que estos afirman invertir menos de una hora a ellos. El caso de internet para búsqueda de información es idéntico al de las redes sociales, salvo porque 4º de la ESO no contempla variación. Finalmente, internet para trabajos escolares es el único que ofrece una variación en sentido opuesto: mientras que los padres de 4º de la ESO estiman que sus hijos invierten entre 1 y 3 horas en el uso de internet para trabajos escolares, estos afirman pasar menos de una hora utilizando internet para este menester.

Resulta interesante apreciar como aquellos casos de índole más privada son aquellos que ofrecen variaciones más numerosas y considerables. El ejemplo más claro es sin duda el móvil, donde en ningún curso hay correspondencia entre el uso real que afirman hacer los hijos y el que estiman sus padres. El móvil iría seguido de las redes sociales, donde se ha podido observar también bastante discrepancia. Estos dos casos están ligados a la parte más personal y propia del adolescente (no es como el internet para información o trabajos escolares, que es más visible por sus padres y no está ligado al ámbito personal), por lo que es probable que sea a raíz de ello que los padres no sean capaces de estimar con precisión cuanto tiempo dedican realmente sus hijos al teléfono móvil. Por último, el hecho de que 1º de la ESO sea el curso con menos incoherencias entre tiempos estimados y reales, corrobora de nuevo el hecho de que, en este primer curso, es donde los padres tienen más control sobre el uso que sus hijos hacen de las TIC.

Tabla 26. *Tiempo de uso de dispositivos en fin de semana estimado por padres*

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
Móvil	2,64	Entre 1 y 3 horas	2,60	Entre 1 y 3 horas	2,6	Entre 1 y 3 horas	3,83	Entre 3 y 6 horas
WhatsApp	2,36	Menos de 1 hora	2,55	Entre 1 y 3 horas	2,8	Entre 1 y 3 horas	3,67	Entre 3 y 6 horas
Redes sociales	2,38	Menos de 1 hora	2,60	Entre 1 y 3 horas	1,67	Menos de 1 hora	3,5	Entre 1 y 6 horas
Videojuegos	2,62	Entre 1 y 3 horas	3,29	Entre 1 y 3 horas	2,33	Menos de 1 hora	2,25	Menos de 1 hora
Internet para información	2,10	Menos de 1 hora	2,14	Menos de 1 hora	2,20	Menos de 1 hora	2,83	Entre 1 y 3 horas
Internet para trabajos escolares	2,19	Menos de 1 hora	2,14	Menos de 1 hora	2	Menos de 1 hora	2,83	Entre 1 y 3 horas
TOTAL REAL	2,4	Menos de 1 hora	2,55	Entre 1 y 3 horas	2,27	Menos de 1 hora	3,15	Entre 1 y 3 horas

COMPUTO ESTIMADO	4	Entre 3 y 6 horas	4,06	Entre 3 y 6 horas	3,83	Entre 3 y 6 horas	4,25	Entre 3 y 6 horas
------------------	---	-------------------	------	-------------------	------	-------------------	------	-------------------

A nivel general, se observa como en esta tabla el tiempo de uso aumenta durante el fin de semana, ya que muchas categorías que antes tenían menos de una hora, ahora están situadas en períodos de tiempo de entre 1 y 3 horas. Respecto a las tendencias por curso, estas son ahora más heterogéneas que durante los días de entresemana, por lo que se comentarán las tendencias por dispositivo. El teléfono móvil parece haber estado sujeto a una equivalencia directamente proporcional para los cuatro cursos. Mientras que los tres primeros cursos, hacían entresemana un uso de este dispositivo de menos de una hora y 4º de la ESO lo utilizaba entre 1 y 3 horas; en período de fin de semana los primeros tres cursos aumentan su uso a períodos comprendidos entre una y tres horas, mientras que 4º de la ESO asciende hasta períodos de hasta entre 3 y 6 horas. El caso de WhatsApp no sigue una proporción directa, ya que mientras para 1º de la ESO se mantiene un período de menos de una hora (a pesar de que el valor promedio ha crecido), 2º y 3º registran usos de entre 1 y 3 horas, y 4º de la ESO hace usos de entre 3 y 6 horas. Algo muy similar ocurre para Redes Sociales, salvo por que, en este caso, 3º de la ESO tampoco ve aumentado su uso.

Para el caso de los videojuegos sí parece haber de nuevo una tendencia directamente proporcional al uso entresemana: mientras que 1º y 2º de la ESO han aumentado de menos de una hora a períodos de entre 1 y 3 horas, 3º y 4º lo han hecho de ningún tiempo de uso a menos de una hora. Esto no solo refleja una equivalencia de uso por cursos a lo largo de la semana, sino que además demuestra que para los dos primeros cursos los videojuegos son más atractivos y hacen un mayor uso de ellos. Para los dos casos de internet, resulta llamativo que ambos casos se han mantenido acordes a sus equivalencias categóricas de uso entresemana; es decir, no ha habido ninguna variación de entre semana a fin de semana (al menos en lo que a términos categóricos se refiere). Esto se puede explicar bajo la idea lógica, de que estos usos de internet no corresponden en su gran mayoría con causas de ocio o tiempo libre, sino que están ligadas a trabajos y motivos escolares; por ello durante el fin de semana (período en el que también se realizan deberes y tareas escolares) se mantienen las mismas categorías que durante el resto de la semana.

Para los dos últimos apartados, de nuevo se aprecia una falta de concordancia entre el Total Real y el Computo Estimado, además también se mantiene la correspondencia numeral-ordinal para los cuatro cursos, salvo que el orden de los mismos varía ligeramente: primero 4º de la ESO, seguido por 2º, después 1º y por último 3º. El hecho de que hayan variado en lugar de orden 1º y 3º de la ESO pudiera ser explicado por la preferencia de actividad durante fines de semana:

mientras que los alumnos de 3º al ser más mayores pueden pasar más tiempo fuera de casa con sus amigos; los de 1º, aún también teniendo planes de fin de semana con sus amistades, estas (debido a su edad) serían de menor duración y teniendo que estar antes en casa (y por tanto haciendo un probable uso de las TIC), por lo que tal vez sea esto lo que haya cambiado el orden de los cursos.

A la hora de comparar las dos tablas (tiempo estimado por los padres y tiempo que afirman sus hijos utilizar las TIC) pueden verse nuevas discordancias, pero que son muy similares y en la misma línea que las encontradas durante el período de entresemana. El móvil, el WhatsApp y las redes sociales (aquellos casos que corresponden al ámbito más privado de los adolescentes) muestran varias incoherencias entre períodos de tiempo, y todos ellos de la misma naturaleza: los hijos hacen un uso mayor en tiempo, del que sus padres estiman que hacen. Particularmente llamativo es el caso de las redes sociales en 3º de la ESO, en dónde los padres estiman que sus hijos pasan menos de una hora, y estos últimos afirman pasar períodos de entre tres y seis horas; con lo que, de nuevo, la perspectiva del carácter propio de este tipo de aplicaciones, hace difícil que los padres hagan una correcta estimación del tiempo real que sus hijos emplean en ellas. En segundo lugar, se da el fenómeno inverso en los dos usos de internet (para 4º de la ESO), en donde puede observarse como los padres estiman usos de entre una y tres horas, mientras que el tiempo que afirman pasar sus hijos es de menos de una hora. Por último, es destacable que en este caso es 4º de la ESO el curso que más incoherencia entre tiempo real y estimado ha demostrado. Esto último es coherente con el fenómeno inverso que se dio en la anterior tabla, en donde 1º de la ESO era el curso con menor número de discordancias. Se explicaría bajo la idea de que al ser el curso que más edad tiene y encima tratándose de fin de semana (período de tiempo donde los adolescentes pasan menos tiempo en casa) los padres no tengan un conocimiento claro ni acertado del tiempo auténtico que sus hijos dedican a ciertos dispositivos o aplicaciones.

3.4.2 Bloque 2

Este segundo bloque hace referencia a todo lo concerniente a normas, límites y regulación de las TIC por parte de los padres, y los posibles problemas o altercados familiares que esto puede crear. La primera pregunta de este bloque y novena del cuestionario pedía a los padres que calificaran el grado de aprovechamiento de sus hijos respecto a las TIC. La pregunta se respondía en una escala Likert de valoración con las siguientes categorías Nulo (1), Bajo (2), Medio (3), Bueno (4), Alto (5). En la siguiente tabla se muestran los resultados y los promedios y sus equivalentes para cada curso.

Tabla 27. *Grado de aprovechamiento de las TIC*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Resultados	4 Bajo	3 Bajo	2 Bajo	1 Bajo
	5 Medio	4 Medio	3 Medio	3 Medio
	3 Bueno	1 Bueno	1 Bueno	2 Bueno
Promedio	2,92	2,75	2,83	3,17
Equivalencia	Bueno	Bueno	Bueno	Bueno

Como puede observarse en la tabla el grado de aprovechamiento es similar para los cuatro cursos, siendo el curso que menor grado de aprovechamiento demuestra 2º de la ESO. Si se busca una posible explicación para este hallazgo, bien pudiera ser que este resulta ser el curso que más uso hace de los videojuegos; por lo que cabe la posibilidad de que los padres de los estudiantes de este curso, consideren el grado de aprovechamiento de este tipo de dispositivo como inferior o no tan bueno como el de otros dispositivos o aplicaciones.

La décima pregunta pedía a los padres que calificaran la importancia y necesidad de las TIC en el centro escolar; estos debían hacerlo a través de una escala Likert de calificación que constaba de las siguientes opciones: Nula (1), Normal (2), Necesaria (3) e Imprescindible (4). En la siguiente tabla se muestran los resultados y los promedios y sus equivalentes para cada curso.

Tabla 28. *Importancia y necesidad de las TIC en el centro escolar*

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Resultados	1 Nula	2 Normal	2 Normal	5 Necesaria
	4 Normal	5 Necesaria	2 Necesaria	1 Imprescindible
	5 Necesaria	1 Imprescindible	2 Imprescindible	
	2 Imprescindible			
Promedio	2,7	2,88	3	3,17
Equivalencia	Necesaria	Necesaria	Necesaria	Necesaria

En esta pregunta parece darse el siguiente fenómeno: a mayor es el curso, mayor es el grado de importancia y necesidad de las TIC en el centro escolar. Esto puede ser explicado tal vez porque los padres de los alumnos, según estos van siendo más mayores, han tenido más posibilidades de ver todas las posibilidades que las TIC ofrecen a sus hijos. Y es por esto último que valoran más

la utilización de los mismos a la hora de utilizarlas como posibles herramientas de trabajo en la escuela y como parte de la metodología escolar.

Las preguntas número once y doce ahondaban respectivamente en si hay normas en casa para el uso de las TIC y en si hay límite doméstico en horario y/o tiempo para el uso de las mismas. Ambas preguntas se respondían simplemente con Sí o No como opciones de respuesta, los resultados se muestran en la siguiente tabla.

Tabla 29. Normas y límites, primera parte

	1° de la ESO	2° de la ESO	3° de la ESO	4° de la ESO
Normas (11)	12 Sí	8 Sí	5 Si 1 No	4 Si 2 No
Límites (12)	12 Sí	7 Sí 1 No	5 Si 1 No	4 Si 2 No

Como es lógico, es en 4° de la ESO donde se encuentran más respuestas negativas para normas y límites, ya que al tratarse de los alumnos más mayores de la muestra es lógico ver mayor permisividad. Si se atiende a la pregunta quince del Cuestionario de Uso de TIC en menores, esta era pareja y ahondaba sobre el mismo tema, en este caso preguntando a los hijos/as. Los resultados en dicha pregunta eran los siguientes: 22/28 alumnos de 1°, 20/30 de 2°, 11/27 de 3° y 13/26 de 4° de la ESO afirmaban tener normas respecto al uso de las TIC en sus casas. Estos hallazgos (aun no pudiendo hacerse una comparación directa por la diferencia muestral de padres-hijos) concuerdan con los resultados para los padres; siendo 1° y 2° de la ESO aquellos cursos con mayor número de alumnos sujetos a normas, y 3° y 4° de la ESO los que parecen tener menor proporción de imposición de normas. La pregunta doceava de este cuestionario coincide con la pregunta número diecisiete del cuestionario completado por los hijos; en esta última los resultados fueron: 20/30 alumnos de 1°, 16/30 de 2°, 17/30 de 3° y 13/30 de 4° de la ESO afirmaban tener límites de tipo temporal para el uso de las TIC. De nuevo puede encontrarse una equivalencia entre ambos cuestionarios, siendo así que 1° de la ESO es el curso que más proporción de límites tiene, 2° y 3° de la ESO una limitación menor respecto a este, y finalmente 4° con la menor proporción de límites impuesta a sus estudiantes.

La pregunta treceava pedía a los padres que calificarán (con idéntico sistema al de la pregunta nueve) el grado de cumplimiento de las normas por parte de sus hijos; a continuación, se muestran los resultados.

Tabla 30. Normas y límites, segunda parte

	1° de la ESO	2° de la ESO	3° de la ESO	4° de la ESO
Resultados	5 Medio 6 Bueno 1 Alto	1 Bajo 4 Medio 1 Bueno 2 Alto	4 Medio 2 Bueno	2 Bajo 3 Medio 1 Bueno
Promedio	3,7	3,5	3,3	2,83
Equivalencia	Bueno	Medio-Bueno	Medio	Medio

Los hallazgos de esta pregunta parecen seguir una tendencia opuesta a la encontrada en la pregunta décima: a mayor es el curso académico, menor es la adherencia y cumplimiento de las normas. Es lógico pensar que 4° de la ESO (ya que es el curso que más se aleja del resto de resultados), al contar con los estudiantes más mayores, estos pudieran encontrarse en la típica fase de rebeldía e independencia típica de los dieciséis años. Esto explicaría el por qué los padres de este curso manifiestan que sus hijos tienen un cumplimiento medio de las normas. Otra posible explicación sería que cuanto mayores son los hijos, menos normas imponen sus padres, y por tanto de mayor permisividad gozan los alumnos, resultando cada vez más en menor cumplimiento de las normas impuestas. En el Cuestionario de USO de TIC en menores, la pregunta decimosexta pedía a los alumnos sincerarse sobre si cumplían las normas impuestas hacia el uso de las TIC; los resultados en aquella pregunta fueron: 22/28 de 1°, 16/30 de 2°, 11/27 de 3° y 13/26 de 4° de la ESO; la primera parte de la fracción es nº de alumnos que cumplen normas y la segunda parte es nº de alumnos totales con normas. Según parece al compararlo con los resultados manifestados por los padres hay incoherencias en 2° y 3° de la ESO: mientras los padres de 2° creen que sus hijos tienen un cumplimiento de las normas medio-bueno, los propios hijos parecieran tener uno más inclinado a medio que a bueno; por otra parte, en 3° los padres creen que sus hijos tienen un cumplimiento medio cuando los hijos parecen manifestar más uno malo, al no cumplir las normas establecidas ni la mitad de ellos.

Los resultados de las preguntas catorce, quince, dieciséis, diecisiete y dieciocho serán agrupados en una misma tabla, ya que no solo comparten sistema de respuesta (Si/No), sino que también van en la misma línea. La pregunta catorce solicitaba a los padres que respondieran si uso de TIC por parte de sus hijos generaba problemas en casa; la quince si alguna vez lo habían retirado a sus hijos el teléfono en el colegio o algún problema similar; la dieciséis si había alguna consecuencia por incumplimiento de normas; la diecisiete si les preocupa a los padres que sus

hijos hagan un uso adecuado de las TIC y dieciocho si se les ha enseñado a los hijos a hacer dicho uso. A continuación, se muestran todos los resultados.

Tabla 31. Normas y límites, tercera parte

	1° de la ESO	2° de la ESO	3° de la ESO	4° de la ESO
Problemas en casa (14)	7 Si 5 No	4 Si 4 No	1 Si 5 No	2 Si 4 No
Problemas en el colegio (15)	12 No	8 No	6 No	6 No
Consecuencias (16)	12 Si	8 Si	6 Si	6 Si
Preocupación uso adecuado (17)	12 Si	8 Si	6 Si	6 Si
Educación uso adecuado (18)	12 Si	7 Si 1 No	5 Si 1 No	5 Si 1 No

Respecto a los problemas en casa, 1° de la ESO parece ser el curso que de mayor proporción problemática adolece; esto podría ser debido a que es al ser el curso más joven, tanto padres como hijos no tienen tanta experiencia como los cursos superiores, por lo que esto daría lugar a problemas. Para los problemas en el colegio (como retirada de teléfono móvil) se observa que no ha habido ningún caso de problemática, con lo que el centro educativo parece tener una buena regulación del uso de las TIC en horario escolar. Respecto a las consecuencias de un mal uso y la preocupación por uno adecuado, en todos los casos hay una fuerte contingencia al mal uso y una preocupación total por un apropiado uso. Esto es un claro reflejo de una concienciación por parte de los padres hacia este asunto. Por último, para la educación respecto al uso de las TIC se aprecia un consenso total para 1° de la ESO (curso que al ser el más joven, goce tal vez de una mayor concienciación educativa en este asunto por parte de sus padres), mientras que para 2°, 3° y 4° puede verse un caso por curso en el que no se enseñó a los hijos un uso apropiado.

Se verá ahora que resultados se obtuvieron en el Cuestionario de Uso de TIC en menores, ya que en dicho cuestionario había preguntas parejas para las recién estudiadas en el Cuestionario de Uso de TIC en madres/padres. La pregunta número catorce de este cuestionario equivaldría a la veintidós del completado por los alumnos. 1° y 2° de la ESO muestran grandes incoherencias entre lo manifestado por ambas muestras. Mientras que en 1° de la ESO 7/12 padres afirmaban que el uso de las TIC crea problemas en casa, solamente 3/28 alumnos reconocían problemática en casa por el uso de las TIC. Para 2° de la ESO, si bien menos notable, ocurre el mismo tipo de

incoherencia: son 4/8 los padres que hallan problemas en casa, pero solo 6/30 los alumnos que afirman tenerles. Para 3º y 4º puede verse que hay una diferencia mucho menor entre los dos resultados de las dos muestras. Al ser las dos muestras distintas en tamaño, no se puede extraer una conclusión definitiva o confiar plenamente en la comparación entre ambas. Sin embargo, bien pudiera ser debida esta diferencia en los dos primeros cursos a una de las siguientes hipótesis: o justamente los padres que respondieron tienen hijos con peor uso (y por tanto que cree más problemas) de las TIC; o simplemente es una cuestión de perspectiva: la problemática no es percibida por igual por los hijos que por los padres.

La pregunta quince de este cuestionario equivaldría a la veinticuatro del completado por los estudiantes. En este cuestionario no hay ningún caso en el que los padres afirmaran que a sus hijos se les había retirado el teléfono en clase, sin embargo, en el anterior resultó en 2 o 3 casos de retirada por curso. Esta ligera diferencia entre ambos resultados es debido probablemente a la diferencia muestra, ya que tal vez al haber tan pocos padres en comparación con hijos respondiendo a los cuestionarios, no se haya podido percibir el mismo fenómeno para ambos.

La decimosexta pregunta de este cuestionario correspondería con la decimoctava del anterior. En esta pareja de preguntas se ha encontrado una incoherencia, esta vez para 3º y 4º de la ESO. Mientras que en 1º y 2º se aprecia una correspondencia de resultados (12/12 y 26/28 para 1º; 8/8 y 23/30 para 2º), para los dos cursos superiores ocurre que mientras todos los padres de ambos cursos manifiestan la existencia de consecuencias por el incumplimiento de normas de uso de las TIC, 15/27 alumnos de 3º y 11/26 de 4º de la ESO solamente afirmaban tener consecuencias ante un incumplimiento de dichas normas. De nuevo esto puede ser debido a la diferencia muestral, sin embargo, al ser una diferencia tan notable, también podría deberse a una cuestión de perspectiva: lo que para los padres sería una contingencia o castigo, para sus hijos carecería de importancia o no sería entendido como tal.

La pregunta número diecisiete de este cuestionario equivaldría a la pregunta número veinticinco del Cuestionario de Uso de TIC en menores. Es en este caso que se encuentra una incoherencia a nivel de los cuatro cursos: mientras que todos los padres de la muestra se mostraron preocupados por el uso que hacían sus hijos de las TIC, estos parecieran no estar de acuerdo en esta preocupación. Esto último a raíz de los resultados obtenidos por parte de los estudiantes: 19/28 alumnos de 1º, 21/30 de 2º, 14/27 de 3º y 13/26 de 4º de la ESO afirmaron que sus padres se preocupaban por el uso que ellos mismos hacían de las TIC. Esta incoherencia a nivel general podría tener dos posibles explicaciones: una sería nuevamente la diferencia en el tamaño de ambas muestras, y la otra la cuestión de perspectiva. Esta última se explicaría como que posiblemente algunos hijos no sean capaces de apreciar la preocupación que sus padres tendrían hacia su uso de

las TIC; bien porque los progenitores no las manifiestan, bien porque los hijos no son capaces de percibir las.

La pregunta decimoctava de este cuestionario correspondería finalmente con la decimonovena del cuestionario completada por los estudiantes. En este último caso pareciera haber un consenso y correspondencia para los cuatro cursos, especialmente para los tres últimos. En 2º, 3º y 4º de la ESO 7/8 de los padres de 2º, 5/6 de 2º y 5/6 de 4º afirmaron haber enseñado a sus hijos a hacer un uso adecuado de las TIC; por su parte 23/30 de los alumnos de 2º, 24/27 de 3º y 23/26 de 4º de la ESO afirmaban haber recibido tal educación. Estas equivalencias resultan en promedios muy similares, de hecho, para 4º de la ESO el promedio para ambas muestras es el mismo (0,88). Para 1º de la ESO es ligeramente distinto, ya que si bien los promedios entre ambas muestras no son muy distintos (1 por parte de los padres y 0,89 por parte de los estudiantes), se trata de la parte de la muestra con mayor número de padres que respondieron al cuestionario; por lo que debería haber reflejado mejor la equivalencia. No obstante, el consenso sigue siendo prácticamente completo para los cuatro cursos y además el más acertado y preciso intermuestralmente de este bloque. Por todo esto podría concluirse que el asunto en el que mayor acuerdo podría haber entre padres e hijos es acerca de la educación dada/recibida hacia el uso de las TIC.

3.4.3 Bloque 3

El tercer y último bloque de este cuestionario corresponde con las últimas cinco preguntas del mismo, las cuales tienen que ver con el tema de la supervisión parental. La primera de ellas y número diecinueve preguntaba a los padres si supervisaban las horas de descanso nocturno de sus hijos, la pregunta número veinte si los padres permiten que sus hijos utilicen el teléfono antes de ir a dormir y si además supervisan ese tiempo de uso, y la pregunta vigesimoprimeras si los hijos duermen con el móvil cerca de la cama y/o conectado. Estas tres preguntas serán abordadas en la misma tabla al estar relacionadas entre ellas.

Tabla 32. Hábitos nocturnos en el uso de las TIC

	1º de la ESO	2º de la ESO	3º de la ESO	4º de la ESO
Supervisión horas de sueño (19)	12 Si	8 Si	6 si	4 Si 2 No

Permisividad nocturna (20)	3 Si 9 No	4 Si 4 No	4 Si 2 No	3 Si 3 No
Supervisión nocturna	9 Si 1 No	6 Si 2 No	6 Si	5 Si 1 No
Móvil cerca de la cama (21)	4 Si 8 No	1 Si 7 No	2 Si 4 No	2 Si 4 No

Respecto a la supervisión de horas de sueño por parte de los padres, en todos los casos es llevada a cabo por la totalidad de los progenitores salvo en 4º de la ESO; hallazgo lógico teniendo en cuenta que son los mayores y pudiera ser que algunos padres ceden independencia a sus hijos de cara a que estos decidan sus horas de sueño. De cara a permitir la utilización de dispositivos antes de dormir, 1º de la ESO es el curso con menor permisividad en este sentido (algo comprensible al tratarse de los alumnos más pequeños de los alumnos). A su vez 2º, 3º y 4º ofrecen prácticamente en todos los casos un empate de padres que permiten esta práctica y padres que no. Respecto a si en caso de permitir usar dispositivos antes de acostarse, el rato que estén con ellos es vigilado, en tres de los cuatro cursos se encuentra uno o dos casos que no, siendo el único que goza de total supervisión 3º de la ESO. Finalmente, la pregunta de si los estudiantes pueden tener el móvil cerca de su cama mientras duermen, resulta ser la que menos permisividad tiene; encontrándose así una mayoría notable de casos en los que no se permite respecto a los que sí. Esto último podría ser entendido como que los padres consideran el tener el móvil cerca de sus hijos mientras estos duermen, como algo peligroso o poco recomendable, por lo que este hecho es el que de menor permisividad goza.

La pregunta número nueve del Cuestionario de Uso de TIC en menores era equivalente y pareja a la pregunta número veintiuno de este cuestionario, siendo los propios adolescentes quienes afirmaban o no dormir con el móvil cerca de la cama. Para 1º de la ESO se hallaron 8/28 alumnos, para 2º 21/30, para 3º 16/27 y para 4º 11/26 alumnos. Los promedios de estas fracciones para los cuatro cursos son respectivamente 0,29 para 1º, 0,7 para 2º, 0,59 para 3º y 0,43 para 4º. Y ahora se verán los promedios de los casos positivos en la pregunta veintiuno: 0,33 para 1º, 0,13 para 2º, 0,33 para 3º y 0,33 para 4º de la ESO. Para 1º, 3º y 4º puede apreciarse una notable similitud entre ambos promedios (teniendo en cuenta la diferencia de muestra), no obstante, destaca el caso de 2º de la ESO. En este curso es donde los padres manifiestan menos permisividad de cara a dejar el móvil cerca de la cama, pero paradójicamente resulta que es el curso donde los hijos, mayor promedio de uso demuestran de cara a tener este dispositivo cerca. Esta diferencia extrema entre ambos resultados podría ser explicada por dos posibles hipótesis. Una de ellas es que los hijos, al

margen del conocimiento de sus padres, puedan saltarse las imposiciones y restricciones para este tema; utilizando a escondidas el dispositivo cuando estos no los ven. La segunda sería de nuevo la cuestión de perspectiva: por ejemplo, que los padres al situar el teléfono móvil en la habitación de sus hijos a una distancia prudencial de la cama, lo perciban como un “No estar cerca de la cama”, mientras que para los estudiantes esto sigue siendo tenerlo cerca durante la noche.

La pregunta décima del Cuestionario de Uso de TIC en menores tendría su correspondiente en la vigésima del presente cuestionario. En esta última se preguntaba a los estudiantes si utilizaban dispositivos antes de irse a dormir y los resultados fueron los siguientes: 10/28 para 1º de la ESO, 25/30 para 2º, 22/27 para 3º y 20/26 para 4º. Los promedios equivalentes a estos últimos resultados son: 0,36 (1º), 0,83 (2º), 0,82 (3º) y 0,77 (4º). Por su parte los promedios equivalentes a los resultados encontrados en el cuestionario completado por los padres son los siguientes: 0,25 (1º), 0,5 (2º), 0,67 (3º) y 0,5 (4º). De nuevo recordar que no se pueden realizar comparaciones fehacientes en este asunto al ser desigual el tamaño de las dos muestras, sin embargo, los hallazgos entre ambos dos grupos ofrecen un resultado interesante. Mientras que 1º, 3º y 4º se acercan parcialmente entre los dos resultados, de nuevo 2º de la ESO es el curso que mayor diferencia arroja entre ambos resultados. Las explicaciones para este hallazgo serían nuevamente las dos hipótesis planteadas en el párrafo anterior; además este nuevo hallazgo fortalecería gradualmente la idea de que tal vez los alumnos de 2º de la ESO realicen cierto tipo de actividad nocturna con las TIC que sus padres desconozcan.

La pregunta número veintidós pedía a los padres que respondieran acerca de si sus hijos interrumpían cierto tipo de actividades (las comidas, el estudio y momentos de convivencia) por utilizar el móvil o conectarse. Esta pregunta ofrecía nuevamente una escala tipo Likert de frecuencia para ser contestada, con las ya conocidas cinco categorías y las equivalencias numéricas dadas a cada una para un mejor estudio. A continuación, se exponen los resultados hallados para esta pregunta.

Tabla 33. Interrupción de actividades por el uso de las TIC

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
Comidas	9 Nunca o raras veces 2 A veces	1,18 (Nunca o raras veces)	7 Nunca o rara vez 1 Con frecuencia	1,25 (Nunca o rara vez)	4 Nunca o rara vez 2 A veces	1 (Nunca o rara vez)	5 Nunca o rara vez 1 A veces	1,17 (Nunca o rara vez)

Estudio	5 Nunca o raras veces 5 A veces 2 Con frecuencia	1,75 (A veces)	7 A veces 1 Con frecuencia	2,13 (A veces)	1 Nunca o rara vez 4 A veces 1 Con frecuencia	2 (A veces)	1 Nunca o rara vez 5 A veces	1,83 (A veces)
Convivencia	1 Nunca o raras veces 7 A veces 3 Muy a menudo	2,46 (A veces)	1 Nunca o rara vez 6 A veces 1 Con frecuencia	2 (A veces)	5 A veces 1 Con frecuencia	2,17 (A veces)	2 Nunca o raras veces 1 A veces 3 Con frecuencia	2,33 (A veces)

La columna de la izquierda para cada curso es el número total de cada categoría por actividad, y la de la derecha el promedio resultante con su respectiva equivalencia categórica. Respecto a la actividad “Comidas”, puede observarse que es de las tres actividades la que promedios más pequeños resulta en cada curso. Esto tal vez se deba a que, los padres de toda la muestra imponen férreas reglas de limitación de dispositivos a la hora de las comidas, o bien a que los hijos simplemente no tienen predilección o interés por utilizar estos dispositivos en las comidas, lo cual haría que estos promedios fueran equivalentes a “Nunca o raras veces”.

Respecto a las actividades, “Estudio” y “Convivencia” los promedios son en todos los casos equivalentes a la categoría “A veces” con lo que a nivel general parece haber una mayor problemática de estas actividades respecto a “Comidas”, sin embargo, hay un dato particularmente interesante. Mientras que para 2º y 3º de la ESO los promedios de ambas actividades son bastante similares entre ellos, ocurre lo contrario para 1º y 4º de la ESO. Para “Estudios” la interpretación pudiera ser la misma para los cuatro cursos: hay una ligera problemática fruto de la utilización continua del teléfono móvil, entendiéndose que muchos adolescentes utilizan ya el teléfono móvil como herramienta de trabajo (visualización de emails, realización de tareas desde ellos, llamada a compañeros de clase para solventar dudas, etc.). Sin embargo, esto pudiera ser un arma de doble filo, ya que mientras por una parte puede resultar útil para facilitar la realización de tareas escolares, pudiera estar creando interferencias al tenerle cerca (distracción, consultar notificaciones y/o redes sociales, etc.), lo cual sería percibido por los padres como problemática y por ende resultante en mayores promedios, equivalentes a la categoría de “A veces”.

Y finalmente de cara a la “Convivencia”, en esta actividad pueden englobarse muchos aspectos de la vida familiar y doméstica, por lo que no es posible saber que ocurre exactamente para que resulte en promedios más altos que en “Comidas”. Lo que si puede explicarse es respecto a que 1º y 4º ofrezcan mayor bipolaridad de promedios entre “Estudios” y “Convivencia” que 2º y 3º. Mientras que 2º y 3º, al tratarse de los cursos intermedios, tienen ya unas bases asentadas en el uso de las TIC, 1º de la ESO llevaría menos tiempo utilizándolas, por lo que esta novedad e inexperiencia (que ya se comentó en apartados anteriores) causaría la diferencia de promedios planteada. A su vez, 4º de la ESO cuenta con mucha más experiencia de uso que los otros tres cursos, sin embargo, sus estudiantes al ser los mayores de la muestra, reivindiquen tal vez mayor independencia y derecho de uso de las TIC (también comentado en apartados anteriores) lo que a su vez llevaría a problemática de convivencia, causando así la diferencia de promedios.

La pregunta número veintitrés y última de este cuestionario consta de catorce apartados (de la letra a) a la n)) que preguntaban a los padres sobre la frecuencia de ciertos usos de internet y dispositivos. Es por esto que todos los apartados están planteados con una escala tipo Likert de frecuencia para ser contestados. A continuación, se mostrará una tabla con todos los apartados en los que se incluirá el promedio total de cada curso y su traducción categórica. Posteriormente al comentar cada apartado se explicará el enunciado de cada uno.

Tabla 34. *Frecuencia de uso en diversas situaciones*

	1º de la ESO		2º de la ESO		3º de la ESO		4º de la ESO	
a	2,5	A veces – Con frecuencia	2,5	A veces – Con frecuencia	2,17	A veces	2	A veces
b	2,33	A veces	2,38	A veces	1,67	A veces	3,17	Con frecuencia
c	2,42	A veces	2,13	A veces	2	A veces	2,17	A veces
d	2,25	A veces	2,63	Con frecuencia	2,17	A veces	2,33	A veces
e	2,25	A veces	2	A veces	1,33	Nunca o rara vez	2,17	A veces
f	2,33	A veces	2,38	A veces	2,33	A veces	1,67	A veces

g	2,36	A veces	1,57	A veces	1,5	Nunca o rara vez – A veces	2,33	A veces
h	2,08	A veces	1,63	A veces	1,75	A veces	2	A veces
i	2,64	Con frecuencia	1,88	A veces	1,83	A veces	2,2	A veces
j	1,25	Nunca o rara vez	1,38	Nunca o rara vez	1,33	Nunca o rara vez	1	Nunca o rara vez
k	1,17	Nunca o rara vez	1,33	Nunca o rara vez	1,17	Nunca o rara vez	1,33	Nunca o rara vez
l	2,83	Con frecuencia	2,63	Con frecuencia	1,83	A veces	2,17	A veces
m	2	A veces	2,13	A veces	1,83	A veces	1,67	A veces
n	1,25	Nunca o rara vez	1,5	Nunca o rara vez – A veces	1	Nunca o rara vez	1	Nunca o rara vez

Al observar la tabla lo que primero llama la atención es la gran cantidad de veces que aparece la categoría “A veces” en comparación con las demás. De 52 resultados totales 35 corresponden a dicha categoría, 2 para “A veces – Con frecuencia” (la cual es una categoría únicamente para aquellos promedios con un valor de 2,5 exacto), 2 para “Nunca o rara vez – A veces” (la cual es una categoría únicamente para aquellos promedios con un valor de 1,5 exacto), 12 para “Nunca o rara vez” y 5 para “Con frecuencia”. Esto es lógico atendiendo a que es la categoría que corresponde a valores más centrales, y por tanto con mayor probabilidad de ocurrencia, aun así, es remarcable que haya aparecido en tantas ocasiones.

El apartado a) rezaba lo siguiente: *Tienen que llamarle la atención porque está conectado/a más tiempo del propuesto/autorizado*. Los dos cursos que han obtenido mayor promedio son 1 y 2º de la ESO; además dichos promedios coinciden justo con un valor intermedio entre a veces y

frecuentemente. Esto puede ser entendido bajo la perspectiva de que, ambos cursos son los más jóvenes y por ende aquellos que menos tiempo llevan utilizando las TIC, por ello puede haber ciertos momentos (ya sea por falta de costumbre, falta de rigidez parental o simplemente por la novedad que supone para los alumnos usar estos dispositivos) en que los padres hayan tenido que llamarles la atención más que a los otros dos cursos (cuyos alumnos estarían ya más habituados al uso y regulación de las TIC).

El apartado b) rezaba lo siguiente: *Responde de forma inadecuada cuando usted le interrumpe si está conectado/a*. En este caso el curso con mayor promedio (y el único con una correspondencia categórica de “Con frecuencia”. Este hallazgo de nuevo puede ser explicado por la idea de que los alumnos de 4º, al ser los más mayores de la muestra, son aquellos que demandan más independencia e intimidad, y por tanto aquellos que peor responderá ante una interrupción de cualquiera de las dos; lo cual ocurre cuando sus padres lo hacen mientras ellos están conectados.

El apartado c) rezaba lo siguiente: *Deja cosas que tiene que hacer para estar más tiempo conectado/a, incluidas las obligaciones de casa*. En este caso no se advierte una diferencia especialmente notable entre ninguno de los cursos, teniendo todos ellos equivalencias categóricas de “A veces”. Con lo que los resultados para este apartado pudieran entenderse como una tendencia general por parte de todos los alumnos de dejar asuntos pendientes por pasar más tiempo conectado, lo cual ha sido percibido de esta forma por los padres de la muestra.

El apartado d) rezaba lo siguiente: *Se queja usted del tiempo que su hijo/a está conectado/a*. Los resultados para este apartado son bastante cercanos entre sí (aun teniendo 3º de la ESO una equivalencia categórica mayor) lo que equivaldría a una tendencia general por parte de los padres, a quejarse ocasionalmente por el uso de las TIC por parte de sus hijos; siendo esta tendencia ligeramente mayor en los padres de 2º de la ESO.

El apartado e) rezaba lo siguiente: *Piensa que sus calificaciones son más bajas debido a que pasa más tiempo conectado/a que estudiando*. Los resultados para 1º, 2º y 4º de la ESO son de nuevo bastante intermedios y correspondientes los tres a la categoría de “A veces”. Sin embargo, para 3º de la ESO el promedio es notablemente inferior y coincide además con una categoría de “Nunca o rara vez”. Una posible explicación a esto sería que para este curso se esté dando tal vez un “Punto de idoneidad”. Es decir que se encuentra entre la innovación y pretensión excesiva de uso de dispositivos que tendrían los cursos más pequeños, y entre el deseo de independencia y autonomía (posible rebeldía) de 4º de la ESO; esto último supondría una posible mejor capacidad de concentración a la hora de estudiar. Por otra parte, ocurriría el fenómeno

opuesto al recién comentado para los otros tres cursos, donde habría mayor interferencia percibida por los padres a la hora de estudiar.

El apartado f) rezaba lo siguiente: *Considera que prioriza estar conectado a otras obligaciones*. Este apartado es semejante al c) y de hecho los resultados entre ambos son bastante similares. En el caso de apartado f) también todos los resultados coinciden con promedios equivalentes a la categoría “A veces”, con lo que una tendencia general de prioridad hacia las TIC en detrimento de otras obligaciones, sería percibida por todos los padres. No obstante, en 4º de la ESO, aun teniendo la misma equivalencia categórica que el resto de cursos, su promedio se aleja considerablemente de los demás. Esto significaría una menor percepción por parte de los padres, la cual podría estar unida a la hipótesis de la independencia. En este caso al dejar los padres de alumnos de 4º de la ESO mayor independencia a estos, tal vez la percepción de prioridad hacia las TIC no sería tan percibida. No obstante, también pudiera ser que, fruto de una mayor experiencia respecto al resto de cursos, 4º de la ESO tuviera una mejor priorización que sus compañeros de la muestra.

El apartado g) rezaba lo siguiente: *Es conocedor/a de que su hijo/a ha visto en alguna ocasión contenido no apropiado a su edad*. Los resultados encontrados pueden dividirse en dos grupos: por un lado 1º y 4º de la ESO con promedios notablemente altos y bastante similares entre sí; y por otro lado 2º y 3º con promedios notablemente bajos y también bastante similares entre sí. Respecto a 2º y 3º (1,57 y 1,5 respectivamente) ambos promedios corresponden a equivalencias más cercanas a la categoría de “Nunca o rara vez” que a “A veces” (a pesar de pertenecer a esta última). Por su parte 1º y 4º (2,36 y 2,33 respectivamente) cuentan con promedios más cercanos a la categoría “Con frecuencia” que a “A veces” (a la que también pertenecen). La explicación para estos hallazgos bien pudiera ser que 1º de la ESO, al ser el curso con menos edad, es el que más contenido inapropiado tiene posibilidad de visualizar (o tal vez esto piensen sus padres); y además cabe la posibilidad de que al ser los más novatos en el uso de las TIC, sean los que más curiosidad tengan por ver este tipo de contenido, el cual previo al uso de las TIC les era imposible de visualizar. 2º y 3º de la ESO tendrían unos promedios mucho más bajos que los otros dos cursos tal vez por la falta de interés hacia la visualización de este tipo de contenido; o tal vez lo hagan sin que sus padres se percaten de ello. Finalmente 4º de la ESO tiene un promedio bastante alto, tal vez fruto de una mayor probabilidad de “ser pillados” por sus padres a lo largo de los años; o tal vez por una renovación de esa curiosidad que ya podrían manifestar los alumnos de 1º.

El apartado h) rezaba lo siguiente: *Piensa que su hijo/a les oculta lo que hace en internet*. Tanto este apartado como sus resultados son coherentes y están relacionados con el anterior. Es en este caso que de nuevo 1º y 4º obtienen promedios bajos y 2º y 3º promedios altos, sin embargo,

en este caso la diferencia entre ambos grupos de resultados no es tan notable como en el apartado g), siendo todos los resultados parcialmente cercanos entre sí. Este hallazgo podría ser considerado como una tendencia general que todos los padres, en mayor o menor medida, han observado en sus hijos. Estos pudieran simplemente estar buscando intimidad o privacidad en su uso de las TIC, lo que haría pensar a los padres que se les oculta lo que hacen en internet.

El apartado i) rezaba lo siguiente: *Cree que su hijo/a tiene conciencia de hacer un uso excesivo de internet, pero no le da importancia.* Los hallazgos en este apartado siguen la misma tendencia de los dos anteriores: 1º y 4º con promedios más grandes y 2º y 3º más pequeños, especialmente notable es el promedio de 1º de la ESO, el cual alcanza la equivalencia categórica de “Con frecuencia”. Esto último es lógico si se atiende al hecho de que 1º de la ESO, al ser el curso con alumnos de menor edad, no solo será el que menos experiencia tendrá en el manejo de TIC, sino que también será el que menos preocupación tendrá por un uso excesivo de internet (bien sea por esa falta de experiencia o por la falta de madurez en comparación con los otros cursos). Respecto a 4º de la ESO, aun siendo su promedio menor que el de 1º, este ligero incremento respecto a 2º y 3º pudiera deberse a esa rebeldía y deseo de independencia comentado en anteriores apartados; en este caso enfocado a un uso excesivo y sin preocupación percibido por sus padres.

El apartado h) rezaba lo siguiente: *Cuando su hijo/a está intranquilo/a ¿tiende a permitirle que se conecte para que se entretenga o se relaje?* En este caso todos los cursos han resultado en promedios bastante similares entre ellos y pertenecientes todos a la categoría de “Nunca o rara vez”. Esto lleva a pensar que hay una tendencia general por parte de los padres a no utilizar la conexión a dispositivos como estrategia paliativa de cara a la intranquilidad de sus hijos.

El apartado k) rezaba lo siguiente: *Pierde su hijo/a horas de sueño por estar conectado/a.* Los resultados en este caso son muy similares a los obtenidos en el anterior apartado: promedios muy similares para los cuatro cursos y equivalentes todos ellos a la categoría de “Nunca o rara vez”. Esto podría ser traducido en dos hipótesis: una de ellas sería que efectivamente los padres estén diciendo la verdad, y las horas de sueño de sus hijos no se están viendo alteradas por estar conectados. La otra se sustenta en algunos datos obtenidos en el Cuestionario de Uso de TIC en menores, donde varios alumnos confesaron utilizar dispositivos al margen del conocimiento de sus padres. Esto podría significar que los alumnos están perdiendo horas de sueño, pero que sus padres no son conocedores de ello; por lo que los resultados no reflejarían la realidad en caso de ser cierta esta hipótesis.

El apartado l) rezaba lo siguiente: *Es sincero/a sobre el tiempo que ha estado conectado/a.* Nuevamente en este apartado se encuentran dos grupos de resultados: por un lado 1º y 2º de la

ESO con promedios altos y equivalentes a la categoría de “Con frecuencia”, y por otro lado 3º y 4º con promedios medios equivalentes a la categoría “A veces”. Esto se traduciría en que 1º y 2º de la ESO son más sinceros que 3º y 4º de cara al tiempo conectados. Tal vez esto pudiera ser explicado pensando que 1º y 2º, por ser más jóvenes, tienen una mejor adherencia y cumplimiento de las normas y respeto por sus padres; lo que conllevaría una mayor sinceridad percibida por los padres de estos cursos. A su vez 3º y 4º, al ser “más adolescentes” y estar más entrados en una fase de rebeldía no sean percibidos tan sinceros como 1º y 2º. No obstante, de nuevo podría tratarse de una cuestión de tamaño de la muestra. No olvidar que 3º y 4º son los dos cursos con menor número de padres respondiendo al cuestionario; por lo que cabría la posibilidad de que no se haya recogido al completo la amalgama de casos de posible sinceridad entre los alumnos de estos cursos.

El apartado m) rezaba lo siguiente: *Prefiere pasar más tiempo con las TIC a estar con amigos y/o familia*. En este caso todos los resultados tienen promedios de valor intermedio pertenecientes a la categoría de “A veces”; sin embargo, estos son ligeramente superiores para 1º y 2º. Esto podría ser explicado por el hecho de que, al tratarse de los dos cursos para los cuales el fenómeno de las TIC pudiera resultar más innovador, habría una preferencia ocasional por el uso las TIC que por amigos y/o familia. Sin embargo, esto último tampoco sería especialmente notable o excesivo, atendiendo que la diferencia no es especialmente notable entre cursos; y que los propios alumnos en su cuestionario, afirmaron que no anteponían el uso de las TIC a sus amistades.

El apartado n) rezaba lo siguiente: *¿Teme usted interrumpir la conexión de su hijo/a por miedo a sus reacciones de enfado, agresividad u otras?* Los promedios resultantes para este apartado son de los más bajos de toda la pregunta; lo que refleja que no es extraño que los padres teman la reacción de su hijo en caso de interrumpir su conexión. Para 2º de la ESO ha podido ser observado un promedio algo mayor (perteneciendo a la categoría intermedia “Nunca o rara vez – A veces”) que indicaría que en este curso las reacciones de los hijos ante la interrupción de conexión son algo peores.

4 DISCUSIÓN

La segunda hipótesis de este trabajo pretendía comprobar si cierto número de alumnos de la muestra mostrarían una tendencia a la dependencia, o un uso excesivo a móviles y/o videojuegos; para ello se contaba con las Escalas de Uso Excesivo. A priori cabría pensar que los resultados serían más evidentes para móviles que para videojuegos; ya que desde un primer momento quedó patente que, los videojuegos no eran utilizados por un considerable número de alumnos. Además, en los Cuestionarios de Uso Excesivo también quedó patente que el uso del teléfono móvil estaba mucho más extendido que el de los videojuegos. No obstante, los porcentajes de uso excesivo coincidieron para ambos dispositivos (2,70%), lo que ha servido para establecer la conclusión de que los videojuegos, si bien pudieran tener una visibilidad menor en cuanto a su grado de problemática, representan una gravedad al menos igual a la de los móviles.

Esto último podría traducirse en que, aun siendo la gravedad de ambos dispositivos bastante similar, la visibilidad de los teléfonos móviles es mayor y más amplia que la de los videojuegos. Poznyak citaba diversas investigaciones que afirmaban que la prevalencia del trastorno por uso de videojuegos online oscilaba entre el 1% y el 10% en Europa y Norteamérica. Si bien en esta investigación no se ha contemplado el trastorno por uso de videojuegos online como material o categoría de estudio, el porcentaje de uso excesivo está situado en el intervalo del que habla Poznyak. Esto podría indicar que, ya se trate de trastorno por uso de videojuegos online o se trate de uso excesivo, hay un porcentaje constante (por pequeño que sea) de problemática arraigado a los videojuegos en la población. Además, el hecho de que haya clínicas especializadas en el tratamiento de adicción a videojuegos, como son la del Dr. Higuchi o la de la Dra. Achab, unido al hecho de que la futura publicación del CIE-11 integrará el trastorno por adicción a videojuegos como una categoría diagnóstica; sirve como ejemplos y corroboración de la gravedad que este problema está suponiendo. Por último, debe ser aclarado que en ningún momento se pretende demostrar mayor/menor problemática o gravedad en lo respectivo a cualquiera de los dos dispositivos; sino equiparar el nivel de atención que ambas merecen.

No obstante, la otra cara de la moneda sigue manteniendo que clasificar la adicción a videojuegos u otros dispositivos, se trata de un caso de sobre-diagnóstico, ya que su gravedad no permite realizar tal clasificación. Los hallazgos del presente trabajo en parte apoyarían esta idea. Algunos expertos afirman que no se está en condiciones de hablar de una verdadera adicción como tal, sino de una sobreutilización o un uso desadaptativo (Carbonell, Chamarro, et al., 2012). El trabajo Dependencia y Uso Inadecuado de las TIC y los videojuegos en ningún momento contempló una adicción a ninguna de sus dos categorías estudiadas, sino o bien un uso excesivo o

inadecuado, o bien una posible dependencia. Si a esto le sumamos que los porcentajes hallados en las Escalas de Uso Excesivo, aun siendo estos sumamente relevantes tanto para los hallazgos anteriores como posteriores, no dejan de ser significativamente pequeños.

Esto no quiere decir que no sean importantes, sino que no son sinónimo o con posibilidad de traducción en una dependencia a videojuegos o teléfonos móviles. Debe recordarse la investigación *Computers in Human Behaviour: Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out* (Przybylski, Murayama, DeHaan y Gladwell, 2013), esta planteaba el término FoMO (Miedo a quedarse fuera). En dicha investigación se pudo hallar una correlación entre el FoMO y la percepción general de malestar psicológico. Además, se demostró una relación entre este fenómeno y una considerable utilización de redes sociales, menor gratificación psicológica y peor satisfacción vital. (Terán Prieto, 2019, p.134).

Toda la revisión de la bibliografía reanalizada ahora sirve para plantear que tal vez la problemática y la dependencia no radiquen en el Smartphone y se hayan de centrar en este como dispositivo, sino en el uso que se está haciendo de él. Esto vendría a significar que la verdadera dependencia sería del grado y la capacidad de interacción que algo como un Smartphone ofrece: información prácticamente ilimitada, conexión a internet constante, herramienta no solo de contacto con el mundo en general sino con el “micro-mundo” del adolescente, ocio inagotable, etc. Todo lo que es importante y que no puede ser pasado por alto por el adolescente, está dentro del teléfono móvil, lo que causaría esa dependencia que, tal vez se esté confundiendo con adicción/dependencia/mal uso/uso excesivo o dependiente del teléfono móvil; cuando en realidad no es el móvil sino toda la información y asuntos vitales que hay dentro de él (Emanuel et al. 2015).

No obstante, por último, cabe resaltar que esto que se plantea es únicamente una posible hipótesis explicativa de la confusión terminológica y diagnóstica que hay alrededor de las nuevas tecnologías; y se requerirá de futuras y detalladas investigaciones para llegar al fondo de esta cuestión y por ende, de la verdadera dependencia e incluso adicción que subyace a este problema.

5 CONCLUSIONES

Las conclusiones extraídas en este trabajo cumplen satisfactoriamente con los objetivos planteados al inicio de la investigación. La observación y el análisis de patrones de uso tanto adaptativos como problemáticos se ha desarrollado correctamente en horarios y rutinas, problemática y regulación familiar, aplicaciones preferentes de uso y reflexión personal acerca de las TIC. Además, también ha podido llevarse a cabo un proceso de contrastación entre los datos obtenidos de las dos muestras participantes en el trabajo; lo cual satisfará el segundo de los objetivos secundarios.

Mientras que la segunda hipótesis planteada para este trabajo quedó corroborada, resuelta y analizada en el apartado de Discusión, las otras tres seguirán el mismo proceso a lo largo de los siguientes párrafos con las conclusiones finales para este trabajo. Estas eran comprobar si existía una tendencia general hacia un uso problemático de las TIC en cuanto a horas de uso, problemas domésticos e interferencias contextuales se refiere (primera hipótesis); que habría determinado número de alumnos que tendrían un inapropiado método de control o reglas ineficientes/inexistentes de cara al uso de TIC y videojuegos (tercera hipótesis); y que habría un determinado número de aplicaciones, páginas y sitios web susceptibles de mayor problemática o potencial problemático.

A continuación, se mostrará el conjunto total de conclusiones finales de este trabajo, si se desea pormenorizar más en el contenido de cada una, se pueden leer en extensión en el apartado Resultados; donde para cada apartado de los dos Cuestionarios de Uso Excesivo se elaboró una conclusión adyacente a cada uno de estos. Las conclusiones definitivas son las que siguen:

- La mayoría de jóvenes tiene acceso a internet a través del ordenador y el Smartphone.
- La mitad de ellos lo hace sin control parental, privadamente en su habitación y algunos en zonas comunes del domicilio familiar.
- Se demuestra una clara tendencia en que en 2º de la ESO un gran número de alumnos cuenta con un ordenador propio.
- El uso que se hace del Smartphone es mayoritariamente privado y sin supervisión.
- La Tablet es el dispositivo mayormente compartido por miembros de la familia, junto con el ordenador y la televisión.
- El uso personal sigue una tendencia general para los cuatro cursos en Smartphone y consolas.
- El orden de preferencia de uso para dispositivos es: Móviles, Ordenador, Play/videoconsola, Tablet, Otros y Ebook.

- Respecto a las redes sociales, WhatsApp es mayoritaria en los cuatro cursos, Instagram lo es también, pero a partir de 2º de la ESO, Tik-Tok y Snapchat resultan ser populares y de uso más extendido en 1º y 2º de la ESO, Facebook y Twitter son redes residuales utilizada por alumnos de 3º y 4º de forma ocasional.
- Respecto a la edad de inicio de uso, a mayor edad de los alumnos, estos habían comenzado más tarde a utilizar las TIC. Es por esto que se comprobó que cada vez los jóvenes iniciaban antes su uso de las TIC, especialmente internet y videojuegos.
- Respecto al tiempo de uso entre semana, en términos generales 2º y 3º de la ESO son los cursos que más tiempo dedican al teléfono móvil, al WhatsApp y a diversas redes sociales (Entre 1 y 3 horas diarias). En general todos los alumnos dedican menos tiempo a tareas escolares en ordenador; lo cual no alcanza ni una hora diaria de uso.
- Respecto al tiempo de uso en fines de semanas, todos incrementan el tiempo salvo para internet para búsqueda de información y tareas escolares. Además 3º de la ESO demuestra ser el curso que más uso hace de redes sociales.
- Respecto a las interferencias en la vida privada, a partir de 2º de la ESO y especialmente este curso y 3º de la ESO, manifiestan no poder tener lejos el teléfono móvil por la noche a la hora de dormir. Este es utilizado mayormente para Redes sociales, alarma, chatear, ver vídeos y algunas tareas escolares.
- Los promedios de preferencia para dispositivos coinciden con los de orden de uso; excepto 3º de la ESO el cual tiene mayor preferencia por la Tablet que ningún otro curso.
- En Redes-mensajería se encontraron dos tendencias generales: por un lado, para 2º, 3º y 4º de la ESO el orden de preferencia era Instagram, WhatsApp, YouTube y Videojuegos; por otro lado, para 1º de la ESO la red que más preferencia demostraba era claramente YouTube.
- Respecto a la interrupción de actividades, las comidas era la actividad que más raramente se interrumpía; el estudio tenía mayor número de interferencias en 2º y 3º de la ESO. Estar con la familia era especialmente interrumpido por los alumnos de 3º de la ESO para estar con el móvil. El descanso era la actividad más interrumpida a nivel general por todos los cursos.
- La mayoría de estudiantes manifiesta no poder estar sin internet en torno a siete días.
- Hay una tendencia general a alargar el tiempo para estar conectado y no se encuentra el momento de dejarlo. En este sentido 3º y 4º son los cursos que más problemas presentan en este sentido.
- Cursos como 2º y 3º reconocen que estar conectados les distrae de otras obligaciones y también reconocen que haber bajado su rendimiento escolar a causa de esto.

- Todos los alumnos son conscientes de que tendrían que estar menos tiempo conectados y no reconocen que ante sus padres el tiempo que lo están, aunque muestran su preferencia a estar con amigos. Los alumnos de menos de 16 años afirman no quedar con gente que han conocido por internet.
- Un hallazgo realmente interesante es que a los alumnos les sigue pareciendo más interesante el mundo real que el digital y solo a veces lo que sucede online es lo que les gustaría vivir.
- Generalmente prefieren discutir sus problemas en persona, y solo en 1º de la ESO manifiestan que el móvil les ayude a superar su timidez, aunque sea ocasionalmente.
- Muy pocos reconocen en los cuestionarios que el móvil les ayude a desconectar, lo cual suele ser un comentario típico de los adolescentes cuando se refieren a su uso del Smartphone.
- Parece haber una tendencia general a normas menos estrictas a medida que los cursos son mayores, además de variar las razones para su cumplimiento. Las consecuencias de no cumplir estas normas también parecen perder rigidez a medida que aumenta la edad de los alumnos, lo cual lleva a que se pase de tener respeto y cumplimiento de las mismas, a no cumplirlas o conceptualizarlas como algo sin importancia.
- Más del 50% de alumnos en todos los cursos dicen que les han enseñado sus padres a hacer un uso responsable de las TIC y estos últimos son bastante conocedores de las redes que utilizan sus hijos, aunque, salvo en ciertas ocasiones en 1º de la ESO, no utilizan ninguna aplicación de cara a controlar el uso de sus hijos.
- Los alumnos no reconocen que sus teléfonos y el uso que hacen de ellos desemboquen en problemas en casa, y cuando esto ocurre es en 1º por el tiempo excesivo y en 2º esto último sucede por preferir el móvil a otras actividades, como por ejemplo el deporte. Sin embargo, en 3º y 4º no reconocen tener muchos problemas, fundamentalmente por la falta de interés de sus padres en este aspecto
- Los alumnos están bastante concienciados de la gravedad de compartir información y/o fotos sin consentimiento.
- Comienzan a buscar contenido inapropiado a partir de 2º y 3º de la ESO; además es infrecuente encontrar alumnos que vivan los videojuegos como realidad.
- En estos cursos suelen establecer clara diferencia entre lo real y lo virtual en el contexto de los videojuegos.
- El uso que hacen los padres de los distintos dispositivos coincide con el que hacen sus hijos: Smartphone, ordenador y Tablet son los más utilizados.

- La permisividad respecto a la edad de inicio de uso de las TIC es mayor en alumnos más pequeños; es decir, estos comenzaron antes a usar estas que sus compañeros de cursos superiores. Además, esta es mayor hacia internet y videojuegos, además de haber coincidencia entre los resultados de padres e hijos.
- Los padres perciben las redes sociales como aquellas que más riesgo conllevan para los hijos. WhatsApp es la más utilizada por ambos, no siendo así para Facebook y Twitter, las cuales son preferiblemente “redes para padres”. Lo contrario ocurre con Instagram, la cual demuestra ser una red social enfocada y empleada mayoritariamente por los adolescentes.
- En 1º y 2º de la ESO se le da mayor importancia al conocimiento y manejo de las TIC. No obstante, todos los cursos están concienciados, aunque son pocos los que tienen restricciones a que los alumnos tengan dispositivos en sus habitaciones. Además, a partir de 3º y 4º el uso de datos casi es ya ilimitado en cualquier sitio y las restricciones para ello escasas.
- Hay significativas discordancias entre lo que los padres dicen que usan el móvil sus hijos y lo que los hijos dicen utilizar el ordenador y el móvil.
- También es mayor el número de problemas que ocasiona en casa el móvil que el que reconocen los hijos, y mayor el número de veces que les han retirado el móvil en casa. Además, los padres afirman castigar más de lo que los hijos afirman ser castigados.
- Los padres afirman estar más preocupados por los contenidos de lo que afirman sus hijos.
- Hay unanimidad respecto al uso del móvil por la noche, pero bastante permisividad en cursos superiores; esto representa una incoherencia con lo que dicen los hijos respecto al uso nocturno.
- Coincide el uso de reglas en comidas, pero no en la interrupción para tareas escolares que es más que la de los hijos.
- Coincide que a los que más les molesta la interrupción mientras hacen uso de dispositivos, es a los alumnos de 4º.
- Los padres se quejan más frecuentemente del tiempo que sus hijos están conectados que el que los hijos reconocen.

6 LIMITACIONES

Como ya se ha comentado a lo largo de este trabajo, la parte experimental no está exenta de ciertas limitaciones de cara a establecer mayor número de conclusiones o resultados finales. A continuación, se enumerarán todas y cada una de las limitaciones de distinta índole encontrada a lo largo del desarrollo de este trabajo:

- Diferencia entre las dos partes de la muestra: mientras que se contaba con un total de 111 alumnos para completar los tres cuestionarios asignados a ellos, tan solo un total de 32 padres completaron el Cuestionario de Uso de TIC para madres/padres. Esta enorme diferencia (de 79 individuos exactamente) dificultó, de cara a la comparación de resultados de ambas muestras, una total seguridad y certeza en el consenso/diferencia hallados para los distintos apartados de los cuestionarios.
- Ausencia de validez estadística: no se llegaron a realizar para este trabajo ningún tipo de prueba de validez, varianza, correlación; ni tampoco se obtuvieron desviaciones típicas, variables directas/indirectas o covarianzas. Esto último va estrechamente ligado a la diferencia de muestras, ya que esta impidió realizar comparaciones inter-muestra. Los dos Cuestionarios (menores y madres/padres), como ya se mencionó anteriormente, no contaban con una plantilla de corrección asociada a ellos; ya que su función principal no es la extracción de conclusiones estadísticas, sino una recogida amplia, extensa y variada de información. Además, un contraste con otras investigaciones y proyectos donde estos dos cuestionarios fueron igualmente utilizados mostró que no se había utilizado en ningún caso con ningún propósito más allá de esa heterogénea recogida de datos. Finalmente, añadir que tampoco el objetivo del trabajo fue buscar datos estadísticos ni perseguía obtenerlos o los requería para su propósito. En lo respectivo a las Escalas (Teléfono Móvil y Videojuegos) su propósito era la detección de posibles casos de uso excesivo/inadecuado de dispositivos. Si a esto se le añade que fueron muy escasos los casos que cumplían criterios, y que por ello no pudieron hacerse comparaciones intra-muestra, la necesidad de realizar pruebas estadísticas para estos dos cuestionarios no es menester para la naturaleza y los datos de este trabajo. Además, el tipo de datos que se manejaron a lo largo del análisis estadístico, es decir, medias, promedios y porcentajes fueron suficientes para los objetivos e hipótesis perseguidos por este trabajo.

- Presunción absoluta de sinceridad del alumnado/padres: como ocurre en cualquier trabajo de investigación, es realmente difícil tener una certeza absoluta de que los datos sean totalmente sinceros en su contenido. En lo respectivo a los alumnos, no se debe olvidar que se trata de población juvenil (algunos de ellos como 1º y 2º de la ESO más cerca de la niñez que de la adultez) y que esta ausencia de madurez total pudo llevar a no entender el trabajo en su totalidad (seriedad, rigor científico, investigación transversal...) y por ende a no plantearse completamente ciertas cuestiones. Además, si bien se dijo claramente en todas y cada una de las aulas al comenzar el proceso de recogida de datos, que se trataba de cuestionarios completamente anónimos, en los que nadie más que el investigador tendría acceso a los datos. Es más, en ninguno de los cuestionarios se pedía el nombre/apellidos del alumno. A pesar de todo esto, se contempla la posibilidad de que el temor a que el profesorado o sus padres pudieran tener acceso a ese contenido, pudiera haber afectado en los resultados. En lo respectivo a los padres, si bien estos cuentan con mayor madurez y su calidad como población muestral en este trabajo fue más voluntaria, no se excluye la misma posibilidad que en el alumnado. Ya sea por ratificarse a sí mismos como ejemplo de apropiados referentes parentales, o por temor a que el AMPA o el examinador les juzgaran (a pesar de que su cuestionario también era anónimo) las respuestas pudieran en cierta forma estar sesgadas. Todos los sesgos contemplados no restan importancia, validez o coherencia a los resultados, sino que es un apunte necesario de hacer en un trabajo como este.
- Posible tendencia a la “respuesta fácil”: esto se refiere específicamente a las Escalas de Uso Excesivo, donde por el formato de las mismas cabía la posibilidad de responder utilizando una misma categoría (mayoritariamente intermedia) ante preguntas que a primera vista no se comprendieran o resultaran indiferente al alumnado. Además, se contempla el sesgo de la no elección de respuestas extremas (Nunca y Siempre), lo cual pudo observarse en la corrección de cuestionarios. Esto se presupone que es debido a que en efecto ese alumno no mostrará patrones de conducta acordes con las categorías extremas; pero tampoco se descarta que se deba al posible sesgo de gravedad que supone señalar estas categorías
- Ausencia de entrevistas finales: en la fase de diseño de este trabajo se planteó como posibilidad interesante el realizar una serie de entrevistas a ciertos alumnos tanto respecto al uso que hacían de las TIC y los videojuegos, como de que pensaban ellos al respecto de todo este tema. El objetivo de esto era tener acceso a una valiosa información de índole más personal y cualitativa; la cual pudiera además haber mostrado una información imposible de obtener vía cuestionario. No obstante, debido a motivos logísticos esta idea no pudo llevarse

a cabo, por lo que esta valiosa fuente de información no puedo obtenerse y servir como útil herramienta de contraste.

7 PROSPECTIVA

De cara a futuras investigaciones, el presente trabajo ha suscitado la idea de centrar el foco en categorías nuevas como género y clase social, para observar y estudiar si hay una variación en el uso excesivo de los adolescentes en función de estas categorías. Esto sería realmente interesante, pues no solo permitiría obtener nuevos datos acerca de la problemática de esta cuestión; sino que serviría también para enfocar mejor futuros tratamientos o intervenciones en la inexplorada área de las adicciones tecnológicas.

Otra cuestión que quedó como limitación en este trabajo, pero que sería merecedora de abordarla en próximas investigaciones es la utilización de entrevistas (en calidad de recogida de información y no diagnósticas), que, a través de otro tipo de herramientas como escalas y cuestionarios, es difícil o imposible de recoger. Asuntos de índole más cualitativa como reflexiones, planteamientos personales o simplemente extensos argumentos serían de gran utilidad de cara a ahondar más en el asunto de las adicciones tecnológicas. Estas entrevistas no solo serían interesantes de realizar con los propios alumnos, sino que también llevarlas a cabo con padres e incluso profesores sería igualmente importante y necesario.

Otra idea que se propone para futuras investigaciones es elegir una nueva muestra que, en lugar de incluir los cuatro cursos de la ESO, se centrara en los dos últimos y 1º y 2º de Bachillerato. De esta forma, el hecho de incluir alumnado de mayor edad, permitiría no solo ver nuevas variaciones y tendencias, sino incluso tal vez profundizar más en la cuestión de la investigación al contar con una muestra más madura que aportará connotaciones no apreciadas con otra muestra de menor edad.

En otro orden de cosas, también se considera relevante realizar trabajos futuros orientados a la prevención y tratamiento en cuestión de adicciones tecnológicas. Se considera importante, mejorar en su investigación y delimitación, a la par que ofrecer soluciones prácticas al mismo. Programas de educación en ocio alternativo, para así enseñar a los jóvenes en general distintas alternativas para ocupar su tiempo libre y por tanto reducir posibles riesgos de dependencia a las nuevas tecnologías. Estos programas de prevención serían igualmente importantes para los padres, ayudándoles de esta forma a conocer mejor ciertos aspectos de las nuevas tecnologías, y ofreciéndoles herramientas de intervención para el establecimiento de una mejor regulación familiar. La filosofía por tanto no es solo enseñar a no usar, sino también ofrecer soluciones ante esto.

Por último, una reflexión concerniente a todo el material abordado en este trabajo es acerca del tratamiento de estas nuevas dependencias/adicciones. Se hablaba en el apartado de Discusión acerca de que la problemática de los videojuegos parece estar más visibilizada que la de los teléfonos móviles; con ejemplos como las clínicas que ya funcionan a día de hoy en materia de tratamiento a “adicción” a videojuegos, o la futura inclusión en el CIE-11 de esta nueva categoría diagnóstica. No obstante, ¿cómo categorizar un dispositivo tan necesario e inherente en nuestras vidas como adictivo? Es decir, una sustancia como es el alcohol, el tabaco o la cocaína no es necesario en el día a día, los juegos de apuestas no son necesarios para el desempeño cotidiano al igual que ocurre con los videojuegos.

Si bien es cierto que un alcohólico, un fumador o una persona con adicción a la cocaína; al igual que un jugador patológico o una persona con dependencia a los videojuegos pueden decir que sin su objeto de dependencia no pueden llevar a cabo una vida satisfactoria, esto reside más en la pura necesidad que ese objeto ha creado en ellos. Sin embargo, cualquier persona normal puede ir a trabajar, comunicarse con sus seres queridos/amigos, adquirir conocimientos y acceder a información sin necesidad de alcohol, tabaco, cocaína, juegos de apuesta o videojuegos. No obstante, para todos los menesteres recién comentados el teléfono móvil es casi una herramienta obligatoria.

Además, cualquiera de los ejemplos de adicción planteados, con un correcto tratamiento pueden llevar a cabo sus vidas satisfactoriamente y en igualdad de condiciones que alguien sin un proceso adictivo; si bien evitando contextos potencialmente peligrosos como bares, estancos, discotecas o casinos. No obstante, en el ejemplo de una persona que desarrolle dependencia del teléfono móvil, su tratamiento sería realmente difícil en este sentido. ¿Y si esta persona necesitará el teléfono móvil para el desempeño de su trabajo?, ¿Cómo se comunicaría con sus seres queridos?, ¿Cómo accedería a cierto tipo de ocio? Si bien es cierto que habría alternativas, estas no estarían exentas de cierta problemática adicional; ya que la naturaleza del Smartphone lo hace realmente difícil de eliminar completamente.

La cada vez más inherente y arraiga necesidad de uso de las TIC ha quedado realmente patente durante los meses de marzo y abril de 2020, con la crisis mundial del COVID-19. Ante la imposibilidad de mantener contacto físico y la necesidad de aislamiento, la única solución posible han sido las nuevas tecnologías. Teletrabajo, llamadas por Skype o Zoom para comunicarse con familiares/amigos, plataformas de ocio visual como HBO o Netflix o de videojuegos como Steam o Instant Gaming. Todo ello han sido las únicas soluciones posibles en estos dos meses de confinamiento y han demostrado notablemente su efectividad a nivel mundial. Pudiera hacerse una lista innumerable de todas las ventajas que estas opciones han ofrecido al ser humano durante

estos dos meses, pero ¿y los inconvenientes? Con la emergencia de tecnologías de comunicación como el 5G y el Internet de las cosas, esta facilidad de interconexión no hace sino aumentar cada día más, pero también podría estar sumergiendo al ser humano más profundamente en un bucle tecnológico del cual cada vez le cueste más salir. Por todo esto también se hablaba antes de la dificultad de abordar la problemática de los teléfonos móviles. De cara a una futura legislación o regulación del uso de la telefonía móvil, parece imposible establecer unos límites fijos y definidos ante algo que siempre va un paso por delante del ser humano y cada día no solo está más arraigado en él, sino que facilita un gran número creciente de esferas vitales y no cesa en su avance en calidad de ofertas y solución de problemas. Toda esta reflexión y los asuntos subyacentes a ella requerirán no solo de futura investigación, sino también de reflexión acerca de la naturaleza de una problemática cuya naturaleza es completamente nueva e inigualable a la de cualquier otro proceso adictivo al que el ser humano se haya enfrentado antes.

8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABCvideojuegos. (2019, mayo 27). *La OMS incluye oficialmente como trastorno la adicción a los videojuegos*. ABCvideojuegos. https://www.abc.es/tecnologia/videojuegos/abci-incluye-oficialmente-como-trastorno-adiccion-videojuegos-201905271952_noticia.html
- Adicciones_completo.pdf*. (s. f.). Recuperado 13 de abril de 2020, de http://www.url.edu.gt/portalur/archivos/99/archivos/adicciones_completo.pdf
- Alonso-Fernández, F. (2003). *Las nuevas adicciones*. Tea Ediciones.
- Ameneiros, A., & Ricoy, M.-C. (2015). Los videojuegos en la adolescencia: Prácticas y polémicas asociadas. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 13, 115. <https://doi.org/10.17979/reipe.2015.0.13.451>
- American Psychiatric Association (Ed.). (2014a). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association (Ed.). (2014b). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. American Psychiatric Publishing.
- Carbonell, X., Fúster, H., & Chamarro, A. (s. f.). *ADICCIÓN A INTERNET Y MÓVIL: UNA REVISIÓN DE ESTUDIOS EMPÍRICOS ESPAÑOLES*. 9.
- Cimadevilla Domínguez, R. (s. f.). *Investigación sobre el uso de teléfonos móviles e internet en población adolescente en Cantabria*.
- CONOCE MÁS ACERCA DE LA HISTORIA DE FACEBOOK*. (2018, febrero 1). NextU LATAM. <https://www.nextu.com/blog/historia-de-facebook/>
- Demostración de 5G en Chile logra récord de transferencia*. (2018, julio 1). BioBioChile - La Red de Prensa Más Grande de Chile. <https://www.biobiochile.cl/noticias/ciencia-y-tecnologia/internet/2018/07/01/primera-demostracion-de-5g-en-chile-logra-record-de-transferencia.shtml>
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (s. f.). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge*. 6.
- Echeburúa Odriozola, E., & de Corral Gargallo, P. (1994). Adicciones psicológicas: Más allá de la metáfora. *Clínica y Salud*.
- España, Ministerio de Sanidad, S. S. e I., & Boletín Oficial del Estado (España). (2018). *Clasificación Internacional de Enfermedades: 10ª revisión : Modificación clínica : CIE.10.ES. Vol. 1, Vol. 1., Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad : Boletín Oficial del Estado*.
- Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2014*. (2017). 69.

- Evolución de la red de comunicación móvil, del 1G al 5G / VIU.* (s. f.). Recuperado 28 de noviembre de 2019, de <https://www.universidadviu.es/evolucion-la-red-comunicacion-movil-del-1g-al-5g/>
- Fernández, C. S., & Alcalde, J. B. F. (2015). No, sin mi móvil. Diferencias de género y uso de las nuevas tecnologías. *Revista ICONO14 Revista científica de Comunicación y Tecnologías emergentes*, 13(1), 208-246. <https://doi.org/10.7195/ri14.v13i1.722>
- Flores Robaina, N., Jenaro Río, C., González Gil, F., Martín Pastor, E., & Poy Castro, R. (2015). Adicción al móvil en alumnos de secundaria: Efectos en la convivencia. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 3(3), 215. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v3i3.47>
- Gil, F. (2015). *Nuevas tecnologías—¿Nuevas patologías? El smartphone y el fear of missing out.* 8.
- Glòria Callicó, & Jordi Celma. (2016). El nuevo fetichismo del internet de las cosas en la sociedad kidult. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 34(2), 77-86.
- González, J. M. M., & de Córdoba, U. (2019). *¿Cómo interactúan los adolescentes con los videojuegos? Preferencias y habilidades performativas.* 23.
- Graner, C., Beranuy, M., Sánchez, X., Chamarro, A., & Castellana, M. (s. f.). *¿Qué uso hacen los jóvenes y adolescentes de internet y del móvil?* 19.
- Gregori, J. (2019, enero 11). *El uso excesivo de las redes sociales es comparable a la adicción a las drogas.* Cadena SER. https://cadenaser.com/programa/2019/01/11/hora_14_fin_de_semana/1547224723_618722.html
- Guia_Consumo_intensiv_alcohol.* (s. f.).
- Historia del teléfono móvil. (2019). En *Wikipedia, la enciclopedia libre*. https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Historia del tel%C3%A9fono_m%C3%B3vil&oldid=121478461
- INEbase / Ciencia y tecnología /Nuevas tecnologías de la información y la comunicación /Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares / Últimos datos.* (s. f.). Recuperado 14 de enero de 2020, de https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176741&menu=ultiDatos&idp=1254735576692
- Informe sobre drogas 2019.* (s. f.). 40.
- InformeDrogasEspana2018_CDR2018Espanol.pdf.* (s. f.). Recuperado 5 de febrero de 2020, de http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/internacional/pdf/InformeDrogasEspana2018_CDR2018Espanol.pdf
- Lloret Irlés, D., & Morell-Gomis, R. (2016). Impulsividad y adicción a los videojuegos. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 16(1), 33. <https://doi.org/10.21134/haaj.v16i1.255>

- Mariano Chóliz Montañés, & Villanueva Silvestre, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36(2), 165-183.
- Muñoz, R. (2019, marzo 3). El 5G toca a la puerta dispuesto a cambiar nuestras rutinas para siempre. *El País*. https://elpais.com/economia/2019/03/01/actualidad/1551472403_023550.html
- Nacho Ontoria. (2019, agosto 12). *Demuestran que el uso excesivo de las redes sociales tiene el mismo efecto que ser adicto a la cocaína o a la heroína* [Uppers]. Uppers. [//www.uppers.es/ciencia-y-tecnologia/redes-sociales/adicto-redes-sociales-dopamina_18_2801670057.html](http://www.uppers.es/ciencia-y-tecnologia/redes-sociales/adicto-redes-sociales-dopamina_18_2801670057.html)
- Naranjo, D. G. B. (s. f.). *EVOLUCIÓN DE LA TECNOLOGÍA MÓVIL. CAMINO A 5G*. 13.
- NICA, G. (s. f.). *Consumo intensivo de alcohol en jóvenes*.
- Odrizola, E. E. (2012). *Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes*. 13.
- Oliva Delgado, A., Hidalgo García, M. V., Moreno Rodríguez, M. del C., Jiménez García, L., Jiménez Iglesias, A. M., Antolín Suárez, L., & Ramos Valverde, P. (2012). *Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*.
- Olivencia-Carrión, M. A., Pérez-Marfil, M. N., Ramos-Revelles, M. B., & López-Torrecillas, F. (2016). Personalidad y su relación con el uso versus abuso del teléfono móvil [Relation personality to mobile phone use and abuse]. *Acción Psicológica*, 13(1), 109. <https://doi.org/10.5944/ap.13.1.17427>
- OMS. (s. f.). *CIE-10*.
- OMS | *Hacia una mejor delimitación del trastorno por uso de videojuegos*. (s. f.). WHO. <https://doi.org/10.2471/BLT.19.020619>
- Prevad_cap1.pdf*. (s. f.). Recuperado 13 de abril de 2020, de http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/prevad_cap1.pdf
- Prieto, A. T. (s. f.-a). *Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC)*. 12.
- Prieto, A. T. (s. f.-b). *Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC)*. 12.
- Privateline.com Mobile Telephone History: Page 8*. (2015, marzo 17). <https://web.archive.org/web/20150317111723/http://www.privateline.com/PCS/history8.htm>
- Sharpening the focus on gaming disorder. (2019). *Bulletin of the World Health Organization*, 97(6), 382-383. <https://doi.org/10.2471/BLT.19.020619>
- Telefonía móvil 2G - EcuRed*. (s. f.). Recuperado 28 de noviembre de 2019, de https://www.ecured.cu/Telefon%C3%ADa_m%C3%B3vil_2G
- Telefonía móvil 4G. (2019). En *Wikipedia, la enciclopedia libre*. https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Telefon%C3%ADa_m%C3%B3vil_4G&oldid=120359355

TFM_CimDomR_Investigacion.pdf. (s. f.).

Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces. (s. f.).

Videoconsolas de octava generación. (2019). En *Wikipedia, la enciclopedia libre*. https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Videoconsolas_de_octava_generaci%C3%B3n&oldid=121160551

9 ANEXOS

9.1 Anexo I. Cuestionario Uso de Tic para padres y madres



CUESTIONARIO USO DE TIC PARA MADRES/PADRES

Quién realiza el cuestionario: Madre (M): Padre (P):

Fecha de nacimiento de la madre:

Fecha de nacimiento del padre:

Familia: Nuclear: Monoparental: Reagrupada: Custodia compartida:

Fecha de nacimiento del menor:

Sexo: M H

Nº de hermanos:

Lugar que ocupa entre los hermanos:

Centro educativo:

Curso:

Público:

Privado/Concertado:

CUESTIONARIO USO DE TIC PARA MADRES/PADRES

Brunicardi E., Rico Vegas A., Sanz García M. (2018)

A continuación se presentan una serie de preguntas sobre diversos aspectos en el uso y disfrute de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), a las que debe contestar tratando de ser sincero/a consigo mismo/a y según su realidad personal. Si en alguna de ellas tiene dudas responda lo que considere que se ajusta más a la mayoría de las ocasiones.

1. Señale con una X los dispositivos que utiliza habitualmente usted y su hijo/a.

	V	HIJO/ A		V	HIJO/ A		V	HIJO/A
• Móvil	d.	<input type="checkbox"/>	• Ordenador	d.	<input type="checkbox"/>	• Play	d.	<input type="checkbox"/>
• Tablet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	• Smartphone	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	• Otros.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
							<input type="checkbox"/>	

2. ¿A qué edad dejaron que su hijo/a usara?:

• Internet: • Videojuegos:	• Smartphone: • Redes sociales:	• WhatsApp: • Tablet: • Ebook
-------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

3. Si utilizan alguna red social apunte cuál:

Vd.:

_____/_____/_____

HIJO/A: :

_____/_____/_____

4. ¿Qué importancia le da al conocimiento y manejo de las TIC por su parte?

- Nula Media Bastante Completamente necesaria

5. ¿Qué importancia le da usted al aprendizaje y manejo de su HIJO/A de las TIC?

- Nula Media Bastante Completamente necesaria

6. Tiene su HIJO/A dispositivos para conectarte a internet:

- En su habitación SI NO
- Zonas comunes de la casa SI NO
- Fuera de casa SI NO

7. Señale con una X cuántas horas al día estima que su HIJO/A dedica los días de diario (de lunes a viernes) a:

	Ninguna	Menos de 1h	Entre 1-3h	Entre 3-6h	Más de 6h
• Móvil	<input type="checkbox"/>				
• WhatsApp	<input type="checkbox"/>				
• Redes sociales (Twitter, Facebook...)	<input type="checkbox"/>				
• Videojuegos	<input type="checkbox"/>				
• Internet para obtener información	<input type="checkbox"/>				
• Internet para trabajos escolares	<input type="checkbox"/>				
• ¿Cuánto tiempo estima que dedica a las TIC en CÓMPUTO TOTAL?	<input type="checkbox"/>				

8. Señale con una X cuántas horas al día estima que su HIJO/A dedica los fines de semana a:

	Ninguna	Menos de 1h	Entre 1-3h	Entre 3-6h	Más de 6h
• Móvil	<input type="checkbox"/>				
• WhatsApp	<input type="checkbox"/>				
• Redes sociales (Twitter, Facebook...)	<input type="checkbox"/>				
• Videojuegos	<input type="checkbox"/>				
• Internet para obtener información	<input type="checkbox"/>				
• Internet para trabajos escolares	<input type="checkbox"/>				
• ¿Cuánto tiempo estima que dedica a las TIC en CÓMPUTO TOTAL?	<input type="checkbox"/>				

9. ¿Cómo califica el grado de aprovechamiento de su HIJO/A respecto al uso de las TIC?

- Nulo Bajo Medio Bueno Alto

10. ¿Cómo califica la importancia y necesidad de las TIC en el centro escolar?

Nula Normal Necesaria Imprescindible

11. ¿Tiene normas en casa para el uso de las TIC? SI
NO

12. ¿Hay límites en casa en horario y/o tiempo para el uso de TIC? SI
NO

13. ¿Cómo califica en general el grado de cumplimiento de las normas de su hijo/a?:

Nulo Bajo Medio Bueno Alto

14. ¿El uso que su hijo/a hace de las TIC crea problemas en casa? SI
NO

15. ¿Le han quitado el móvil en el centro escolar o ha tenido allí algún problema por su uso?

SI NO ¿Qué reacción ha habido por su parte?.....

16. ¿Si no cumple las normas, hay alguna consecuencia para él/ella?
SI
NO Señale las consecuencias.....

17. ¿Le preocupa que su HIJO/A haga un uso adecuado de las TIC? SI
NO

18. ¿Ha enseñado a su hijo/a a hacer un uso adecuado de las TIC? SI
NO

19. ¿Supervisa las horas de descanso nocturno de su hijo/a? SI NO

20. ¿Permite que utilice el móvil u otros dispositivos antes de dormir? SI NO

¿Supervisa ese tiempo de uso?

SI NO

21. ¿Duerme su hijo/a con el móvil cerca de la cama y/o conectado?

SI NO

22. Señale si su hijo/a interrumpe las siguientes actividades para usar el móvil conectarse.

	Nunca o rara vez	A veces	Con frecuencia	Muy a menudo	Casi siempre
Las comidas	<input type="checkbox"/>				
El estudio	<input type="checkbox"/>				
Momentos de convivencia	<input type="checkbox"/>				

23. Piense en el uso que su HIJO/A hace de internet (móvil, Tablet, videojuegos, etc.) y señale con qué frecuencia:

Tienen que llamarle la atención porque está conectado/a más tiempo del propuesto/autorizado	<input type="checkbox"/>				
Responde de forma inadecuada cuando usted le interrumpen si está conectado/a.	<input type="checkbox"/>				
Deja cosas que tiene que hacer para estar más tiempo conectado/a, incluidas las obligaciones de	<input type="checkbox"/>				
Se queja usted del tiempo que su hijo/a está conectado/a	<input type="checkbox"/>				
Piensa que sus calificaciones son más bajas debido a que pasa más tiempo conectado/a que estudiando	<input type="checkbox"/>				
Considera que prioriza estar conectado a otras obligaciones	<input type="checkbox"/>				
Es conocedor/a de que su hijo/a ha visto en alguna ocasión contenido no apropiado a su edad	<input type="checkbox"/>				
Piensa que su hijo/a les oculta lo que hace en internet	<input type="checkbox"/>				
Cree que su hijo/a tiene conciencia de hacer un uso excesivo de internet, pero no le da importancia.	<input type="checkbox"/>				
Cuando su hijo/a está intranquilo/a ¿tiende a permitirle que se conecte para que se entretenga, o	<input type="checkbox"/>				
Pierde su hijo/a horas de sueño por estar conectado/a	<input type="checkbox"/>				
Es sincero/a sobre el tiempo que ha estado conectado/a	<input type="checkbox"/>				
Prefiere pasar más tiempo con las TIC a estar con amigos y/o familia	<input type="checkbox"/>				
Teme usted interrumpir la conexión de su hijo/a por ¿miedo a sus reacciones de enfado, agresividad u	<input type="checkbox"/>				

9.2 Anexo II. Cuestionario Uso de Tic en menores



CUESTIONARIO USO DE TIC EN MENORES

(2018)

Fecha de nacimiento:

Sexo: M H

Nº de
hermanos:

Lugar que ocupas entre los hermanos:

Centro educativo:

Curso:

Público: Privado/Concertado:

CUESTIONARIO USO DE TIC EN MENORES

Brunicardi E., Rico Vegas A., Sanz García M. (2018)

A continuación se presentan una serie de preguntas sobre diversos aspectos en el uso y disfrute de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), a las que debes contestar tratando de ser sincero/a contigo mismo/a y según tu realidad personal. Si en alguna de ellas tienes dudas responde lo que consideres que se ajusta más a la mayoría de las ocasiones.

BLOQUE I

TIPOS DE REDES, TIEMPO Y ACCESO.

¿Tienes conexión a internet en casa?:

1. SI NO

2. **¿Con qué dispositivos puedes acceder en casa a internet?**

Ordenador Tablet

Smartphone Otros

3. **¿En qué lugar de la casa utilizas estos dispositivos con más frecuencia?**

Habitación Zonas comunes

Señala cuáles son de uso personal y cuáles compartes con tu

4. familia.

personal compartido

Ordenador:

Tablet: personal compartido

Smartphone

: personal compartido

Otros : _____ personal compartido

5. **Ordena los siguientes dispositivos según la frecuencia de uso (siendo 1 el que más utilizas)**

Móvil Tablet Ordenador Ebook Play-videoconsola Otros

6. **Anota las redes sociales que utilizas:**

Ninguna a)..... b)..... c).....
d)..... e).....

7. **Anota a qué edad empezaste a usar:**

Móvil:

Internet:

WhatsApp:

Video Juegos:

Ebook

140

Facebook: Twitter: Instagram..... Webcam.....

8. Señala con una X cuántas horas al día (DE LUNES A VIERNES) dedicas a:

	Ningu na	Men os de 1 h	Entr e 1 y 3 h	Entr e 3 y 6 h	Má s de 6h
• Móvil	<input type="checkbox"/>				
• WhatsApp	<input type="checkbox"/>				
• Redes Sociales (Twitter, Facebook...)	<input type="checkbox"/>				
• Videojuegos	<input type="checkbox"/>				
• Internet para obtener información	<input type="checkbox"/>				
• Internet para trabajos escolares	<input type="checkbox"/>				
• YouTube	<input type="checkbox"/>				
• Webcam	<input type="checkbox"/>				

Señala con una X cuántas horas al día dedicas los FINES DE SEMANA (viernes tarde a Domingo)

	Ningu na	Men os de 1 h	Entr e 1 y 3 h	Entr e 3 y 6 h	Má s de 6h
• Móvil	<input type="checkbox"/>				
• WhatsApp	<input type="checkbox"/>				
• Redes Sociales (Twitter, Facebook...)	<input type="checkbox"/>				
• Videojuegos	<input type="checkbox"/>				
• Internet para obtener información	<input type="checkbox"/>				
• Internet para trabajos escolares	<input type="checkbox"/>				
• YouTube	<input type="checkbox"/>				
• Webcam	<input type="checkbox"/>				

9. ¿Duermes con el móvil cerca de tu cama y conectado? NO SI ¿para qué?

10. ¿Utilizas algún dispositivo justo antes de dormir?

NO SI Móvil Para qué: -----

Tablet Para qué: -----

Ordenador Para qué: -----

Otros Para qué: -----

11. Puntúa del 1 al 5 los siguientes dispositivos y redes/mensajería siendo “1” el más imprescindible para ti.

DISPOSITIVOS: Móvil Tablet Ordenador Videoconsola Webcam

REDES-MENSAJERIA:

WhatsApp YouTube Twitter Instagram Facebook Videojuegos

12. Señala si interrumpes las siguientes actividades para usar el móvil o conectarte.

	Nunca o rara vez	A vece	Con frecuen cia	Muy a menud o	Casi Siem pre
• Las comidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• El estudio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Ocio con amigos
- Ocio con familia
- El Descanso

13. Cuántos días crees que podrías estar sin utilizar

Móvil:
sociales.....

Internet:

WhatsApp:Redes

14. Reflexiona sobre el uso que haces de las TIC y responde con sinceridad:

	Nunca o rara vez	A veces	Con frecuenci a	Muy a menudo	Casi Siemp re
a) Siempre alargo el tiempo de estar conectado/a	<input type="checkbox"/>				
b) Echo de menos el no estar conectado/a	<input type="checkbox"/>				
c) Cuando estoy conectado/a me olvido de cosas que tenía que hacer	<input type="checkbox"/>				
d) Mi rendimiento escolar ha bajado por estar conectado/a	<input type="checkbox"/>				
e) Pienso que tengo que pasar menos tiempo conectado/a	<input type="checkbox"/>				
f) Me molesta si alguien me interrumpe mientras estoy conectado/a	<input type="checkbox"/>				
g) Cuando estoy conectado/a me olvido de los malos rollos	<input type="checkbox"/>				
h) A mis padres no les digo realmente el tiempo que llevo conectado/a	<input type="checkbox"/>				

- i) Prefiero pasar mi tiempo conectado/a a estar con amigos/as
- El mundo digital me resulta más interesante que la vida
- j) real
- k) Pierdo horas de sueño por estar conectado/a
- l) Prefiero hablar por WhatsApp que personalmente
- m) Prefiero resolver mis discusiones a través de WhatsApp.
- n) Las Tic me ayudan a resolver mis problemas de timidez
- o) Cuando no me conecto siento que me falta algo

15. ¿Tus padres te han puesto condiciones respecto al uso que haces de las TIC? SÍ NO

Descríbelas:

.....

.....

.....

.....

16. ¿Cumples esas normas? SÍ NO

¿Por qué motivo?:

.....

.....

17. ¿En tu casa hay límites para el uso de las TIC? SÍ NO

¿Respecto a horarios de uso? SÍ NO

¿Respecto a días de uso? SÍ NO

¿Respecto a lugares visitados SÍ NO

¿Respecto a redes utilizadas? SÍ NO

18. Si no cumples esas normas ¿Hay alguna consecuencia para ti? SÍ NO

¿Qué consecuencias?:

.....

.....

19. ¿Te han enseñado tus padres a hacer un uso adecuado de las TIC? SÍ NO

20. ¿Conocen tus padres las distintas redes que utilizas? SÍ NO

21. ¿Usan tus padres algún programa para controlar el uso adecuado de las TIC? SÍ NO

22. ¿El uso que haces de las TIC te crea problemas en casa? SÍ NO

¿Por qué?:

.....

23. ¿Hay normas en tu centro escolar para el uso de las TIC? SÍ NO

24. ¿Te han quitado alguna vez el móvil en el centro escolar, el tutor o cualquier profesor por su uso inadecuado? SÍ NO

25. ¿A tus padres les preocupa el tiempo que pasas con el móvil y/o conectado/a a internet? SÍ NO

26. Reflexiona sobre el uso que haces de las TIC y responde con sinceridad:

	Nunca o rara vez	A veces	Con frecuenci a	Muy a menudo	Casi Siemp re
a) Prefiero hacer amigos/as por internet	<input type="checkbox"/>				
b) He quedado con personas que sólo he conocido a través de internet	<input type="checkbox"/>				
c) He pasado información y/o fotos de otras personas sin su consentimiento	<input type="checkbox"/>				
d) He buscado contenido en internet inapropiado para mi edad	<input type="checkbox"/>				

- | | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| e) Vivo los videojuegos como si fueran la realidad | <input type="checkbox"/> |
| f) Cuando estoy conectado/a no veo el momento de dejarlo | <input type="checkbox"/> |
| g) Lo que sucede online es lo que me gustaría vivir | <input type="checkbox"/> |
| h) He llegado a pensar que los juegos online son reales | <input type="checkbox"/> |
| i) A través de las redes sociales puedo expresarme realmente como soy | <input type="checkbox"/> |
| j) Si me interrumpen cuando estoy conectado/a respondo agresivamente y sin control | <input type="checkbox"/> |
| k) He perdido amigos por preferir estar conectado a estar con ellos | <input type="checkbox"/> |
| l) He encontrado sentido a la vida gracias a las TIC | <input type="checkbox"/> |

9.3 Anexo III. Escala de uso excesivo de teléfono móvil

Edad.....

Curso.....

Género.....

ESCALA DE USO EXCESIVO DE TELÉFONO MÓVIL. Cell-phone Over-use Scale (COS)PIF¹P (Jenaro, Flores, Vela, González y Caballo, 2007)

El siguiente es un cuestionario que trata de medir una posible dependencia del teléfono móvil. Es un cuestionario completamente anónimo, los resultados obtenidos de este cuestionario solo serán vistos por mí y los datos obtenidos del mismo serán utilizados como información en la investigación del presente trabajo.

A continuación, aparecen una serie de cuestiones relativas al uso del teléfono móvil. Cada una de ellas se ha de valorar atendiendo a la frecuencia con que siente, piensa o experimenta lo que indican los enunciados. Seleccione la respuesta de la siguiente tabla que más se ajuste a su opinión.

ITEMS	Nunca menudo		Casi Nunca	A veces	A Casi siempre	Siempre
1. ¿Se siente preocupad@ por si ha recibido alguna llamada o mensaje y piensa en ello cuando tiene el teléfono apagado?	1	2	3	4	5	6
2. ¿Con qué frecuencia hace nuevas amistades a través del móvil?	1	2	3	4	5	6
3. ¿Con qué frecuencia abandona las cosas que está haciendo para pasar más tiempo utilizando el móvil?	1	2	3	4	5	6
4. ¿Le han criticado sus amigos y familiares por invertir demasiado tiempo y dinero en el móvil, o le han dicho que tiene un problema debido a su continuo uso, a pesar de que usted cree que no es cierto?	1	2	3	4	5	6
5. ¿Ha tenido el riesgo de perder una relación importante, un trabajo, una oportunidad académica o su carrera por el uso del móvil?	1	2	3	4	5	6
6. ¿Piensa que su rendimiento académico o laboral se ha visto afectado negativamente por el uso del móvil?	1	2	3	4	5	6

Dependencia y Uso Inadecuado de las TIC y los videojuegos

ITEMS	Nunca		Casi Nunca		A veces		A	
	1	2	3	4	5	6	Casi siempre	Siempre
7. ¿Miente a sus familiares y amigos en lo relativo a la frecuencia y duración de uso del móvil?	1	2	3	4	5	6		
8. ¿Utiliza el móvil para escapar de sus problemas?	1	2	3	4	5	6		
9. ¿Con qué frecuencia bloquea los pensamientos molestos sobre su vida y los sustituye por pensamientos agradables acerca del uso del móvil?	1	2	3	4	5	6		
10. ¿Con qué frecuencia anticipa o piensa en el uso del móvil?	1	2	3	4	5	6		
11. ¿Con qué frecuencia teme que la vida sin móvil sea aburrida, vacía y triste?	1	2	3	4	5	6		
12. ¿Con qué frecuencia se enfada o grita si alguien le molesta mientras está utilizando el móvil?	1	2	3	4	5	6		
13. ¿Con qué frecuencia pierde el sueño debido a pesadillas relacionadas con el móvil?	1	2	3	4	5	6		
14. ¿Se siente agitado@ o preocupad@ cuando no está utilizando el móvil?	1	2	3	4	5	6		
15. ¿Siente la necesidad de invertir más y más tiempo con el móvil para sentirse satisfecho?	1	2	3	4	5	6		
16. ¿Con qué frecuencia intenta quitar importancia al tiempo que ha estado conectado (aunque hayan sido muchas horas)?	1	2	3	4	5	6		
17. ¿Deja de salir con sus amigos por pasar más tiempo utilizando el móvil?	1	2	3	4	5	6		
18. ¿Se siente malhumorado@, irritable o deprimido@ cuando pasa un tiempo sin móvil y se le pasa una vez vuelve a conectarse?	1	2	3	4	5	6		
19. ¿Utiliza el móvil durante más tiempo del que inicialmente pensaba?	1	2	3	4	5	6		
20. ¿Ha restringido alguna vez su tiempo de empleo del móvil debido a un uso previamente excesivo?	1	2	3	4	5	6		
21. ¿Pierde la noción del tiempo cuando está utilizando el móvil?	1	2	3	4	5	6		
22. ¿Se ha sentido culpable por invertir demasiado tiempo con el móvil?	1	2	3	4	5	6		
23. ¿Ha intentado alguna vez NO utilizar el móvil y NO ha sido capaz de ello?	1	2	3	4	5	6		

Muchas gracias por su participación.

9.4 Anexo IV. Escala de uso excesivo de videojuegos

Edad.....

Curso.....

Género.....

ESCALA DE USO EXCESIVO DE VIDEOJUEGOS. Videogame Over-use Scale (VOS)PIF (adaptado del COS de Jenaro, Flores, Vela, González y Caballo, 2007)

El siguiente es un cuestionario que trata de medir una posible dependencia de los videojuegos. Es un cuestionario completamente anónimo, los resultados obtenidos de este cuestionario solo serán vistos por mí y los datos obtenidos del mismo serán utilizados como información en la investigación del presente trabajo.

A continuación, aparecen una serie de cuestiones relativas al uso de los videojuegos. Cada una de ellas se ha de valorar atendiendo a la frecuencia con que siente, piensa o experimenta lo que indican los enunciados. Seleccione la respuesta de la siguiente tabla que más se ajuste a su opinión.

ITEMS	Nunca menudo	Casi Nunca	A veces	A Casi siempre	Siempre
24. ¿Se siente preocupad@ por si ha habido algún cambio en su partida/videojuego y piensa en ello cuando tiene la consola/dispositivo apagad@?	1	2	3	4	5 6
25. ¿Con qué frecuencia hace nuevas amistades a través videojuegos online o servicios como Xbox Live o PlayStation Plus?	1	2	3	4	5 6
26. ¿Con qué frecuencia abandona las cosas que está haciendo para pasar más tiempo jugando a videojuegos?	1	2	3	4	5 6
27. ¿Le han criticado sus amigos y familiares por invertir demasiado tiempo y dinero en videojuegos, o le han dicho que tiene un problema debido a su continuo uso, a pesar de que usted cree que no es cierto?	1	2	3	4	5 6
28. ¿Ha tenido el riesgo de perder una relación importante, un trabajo, una oportunidad	1	2	3	4	5 6

Dependencia y Uso Inadecuado de las TIC y los videojuegos

ITEMS	Nunca menudo	Casi Nunca	A veces	A Casi siempre	A Siempre
académica o su carrera por el uso de videojuegos??					
29. ¿Piensa que su rendimiento académico o laboral se ha visto afectado negativamente por el uso de videojuegos?	1	2	3	4	5 6
30. ¿Miente a sus familiares y amigos en lo relativo a la frecuencia y duración en el uso de videojuegos?	1	2	3	4	5 6
31. ¿Utiliza los videojuegos para escapar de sus problemas?	1	2	3	4	5 6
32. ¿Con qué frecuencia bloquea los pensamientos molestos sobre su vida y los sustituye por pensamientos agradables acerca de videojuegos?	1	2	3	4	5 6
33. ¿Con qué frecuencia anticipa o piensa en el uso de videojuegos?	1	2	3	4	5 6
34. ¿Con qué frecuencia teme que la vida sin videojuegos sea aburrida, vacía y triste?	1	2	3	4	5 6
35. ¿Con qué frecuencia se enfada o grita si alguien le molesta mientras está jugando a videojuegos?	1	2	3	4	5 6
36. ¿Con qué frecuencia pierde el sueño debido a pesadillas relacionadas con los videojuegos?	1	2	3	4	5 6
37. ¿Se siente agitado o preocupado cuando no está jugando a videojuegos?	1	2	3	4	5 6
38. ¿Siente la necesidad de jugar más y más tiempo a videojuegos para sentirse satisfecho?	1	2	3	4	5 6
39. ¿Con qué frecuencia intenta quitar importancia al tiempo que ha estado jugando a videojuegos (aunque hayan sido muchas horas)?	1	2	3	4	5 6
40. ¿Deja de salir con sus amigos por pasar más tiempo jugando a videojuegos?	1	2	3	4	5 6
41. ¿Se siente malhumorado, irritable o deprimido cuando pasa un tiempo sin jugar a videojuegos y se le pasa una vez vuelve a jugar?	1	2	3	4	5 6
42. ¿Juega a videojuegos durante más tiempo del que inicialmente pensaba?	1	2	3	4	5 6
43. ¿Ha restringido alguna vez su tiempo de jugar a videojuegos debido a un uso previamente excesivo?	1	2	3	4	5 6
44. ¿Pierde la noción del tiempo cuando está jugando a videojuegos?	1	2	3	4	5 6
45. ¿Se ha sentido culpable por jugar demasiado tiempo a videojuegos?	1	2	3	4	5 6
46. ¿Ha intentado alguna vez NO jugar a videojuegos y NO ha sido capaz de ello?	1	2	3	4	5 6