

**Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua**

**Facultad de Ciencias Médicas**

**Carrera de Psicología**



**Tesis para optar al título de licenciatura en Psicología**

**“Competencias digitales y uso adictivo al internet en estudiantes y profesores de la carrera de Psicología, UNAN-León, Marzo-Octubre, 2016”**

**Autores:**

Scarleth Lubianka Santana Vidaurre

Harlington Benito Jirón Aguilar

**Tutora:**

Lic. Zandra Marcela Blanco

Profesora titular de la carrera de Psicología.

León, 03 de abril del 2017

“A la libertad por la universidad”

## **Dedicatoria**

A Dios quien nos ha acompañado a lo largo de nuestras vidas, ha sido nuestro mayor apoyo, testigo de los triunfos y derrotas, nos ha ayudado a levantarnos y seguir luchando por lo que queremos.

Dedicamos este triunfo a nuestros padres por ser nuestros ejemplos y la estaca que nos mantuvo en pie, por su amor y protección a lo largo de estos años.

## **Agradecimientos**

Agradecemos a nuestro Padre Celestial, quien con su misericordia nos ha permitido llegar hasta este momento de nuestras vidas. Mil gracias por ser nuestro refugio y fortaleza.

A nuestros padres, que con su amor y apoyo incondicional han sido nuestros pilares fundamentales en la vida.

A cada uno de nuestros profesores a lo largo de estos 5 años quienes nos llenaron de sabios conocimientos.

De igual manera a la Lic. Zandra Marcela Blanco, por aceptar ser nuestra tutora y por brindarnos su apoyo, ayuda y orientación para realizar nuestra tesis.

## **Opinión del tutor**

Hoy la tecnología forma parte indispensable de nuestra vida. Sin embargo, es obvio la gran diferencia que existe en el uso de esta entre los jóvenes y los adultos. En el ámbito educativo esas diferencias son más notables, donde muchos profesores tenemos dificultades para usar las diferentes aplicaciones tecnológicas. A pesar de que los jóvenes tengan mayor información del uso de estos dispositivos no necesariamente saben cómo, cuándo y dónde utilizarlo. Precisamente en esos aspectos se centran esta investigación, cuyos resultados constituyen un aporte significativo al conocimiento del uso de la tecnología en el ámbito educativo.

En la presente investigación se estudiaron dos variables de gran importancia por un lado las competencias tecnológicas y por otro el uso adictivo del internet. Encontrándose que ni los profesores ni estudiantes de la carrera de Psicología poseen las competencias básicas necesarias para usar adecuadamente los recursos tecnológicos disponibles. Aspecto que llama mucho la atención y señala la necesidad de crear programas que permitan capacitar a los profesores en este ámbito con el fin de garantizar una verdadera calidad educativa. Por otra parte, los datos demostraron que son los estudiantes los que presentan un nivel adictivo moderado, a diferencia del profesorado que no tienen adicción al internet. Lo que resultó llamativo del estudio es que no se encontró relación entre esas dos variables, pero permite hacer un diagnóstico rápido de cómo estamos la comunidad educativa en el uso de esos dispositivos. Estos resultados abren el camino hacia otra línea de investigación orientada a conocer los factores que inciden en el uso adictivo del internet. Además, si los resultados de esta investigación son utilizados por la facultad de Ciencias Médicas para crear programas o actividades, serán de gran beneficio para la comunidad educativa y constituirá un valor agregado a esta investigación.

Finalmente, hago referencia que la presente investigación es producto del gran esfuerzo realizado por los autores y del interés que tuvieron para realizar una investigación basada en un problema real, actual y sobre todo de impacto para nuestra facultad.

Espero que se pueda seguir realizando estudios en esta línea de investigación, sobre todo orientados a crear programas que potencialicen las competencias tecnológicas y nos enseñen a regular el uso de los dispositivos tecnológicos.

## Resumen

La presente investigación tiene el objetivo de determinar el nivel de competencia digital y de uso adictivo a internet en estudiantes y profesores de la carrera de Psicología UNAN-León. El estudio es descriptivo de corte transversal, se tomó una muestra de 136 estudiantes seleccionado a través de un muestreo estratificado, en el caso de los profesores participaron 14. Se utilizó el cuestionario de competencias básicas digitales (COBADI, 2013) y el test de adicción a internet (IAT, 1998).

Según los resultados, la mayoría de los participantes son del sexo femenino, oscilan entre las edades de 18 a 20 años. La mayoría de los profesores trabajan tiempo completo con experiencia laboral de 11 a 20 años.

En el nivel de las dimensiones de competencia digital, se encontró que tanto estudiantes como profesores son incompetentes en las 4 dimensiones (información, convivencia digital, comunicación-colaboración y tecnológica). En el nivel de competencia general, ambas poblaciones alcanzaron un nivel de “no competencia”. Según la Chi cuadrado no existe una diferencia significativa entre estudiantes y profesores respecto a las competencias digitales.

Según el uso adictivo a internet, los estudiantes presentaron en su mayoría un nivel moderado de adicción, por el contrario, los profesores no presentan adicción. Existiendo una diferencia significativa entre ambas poblaciones en relación a la variable adicción. No se encontró relación entre competencia digital y uso adictivo a internet.

Se recomienda realizar estudios que profundicen sobre las variables de estudio.

---

Palabras claves: Competencias digitales, adicción, internet, dimensión de información, dimensión de colaboración-comunicación, dimensión tecnológica, dimensión de convivencia digital.

## Índice

Introducción.....	1
Antecedentes.....	2
Planteamiento del problema.....	6
Justificación.....	9
Objetivos.....	11
Marco teórico.....	12
Diseño metodológico.....	35
Resultados.....	45
Discusión.....	50
Conclusiones.....	54
Recomendaciones.....	56
Referencias bibliográficas... ..	58
Anexos.....	65

## **Introducción**

Actualmente se vive en un mundo de cambios tecnológicos constantes, en donde la sociedad ha sido bombardeada con tantas herramientas digitales, que es casi imposible poder gozar de la vida sin un dispositivo tecnológico.

Los avances tecnológicos esbozan nuevos desafíos y demandas para los docentes y estudiantes quienes ahora no sólo tienen que considerar manejar en forma básica las tecnologías de la información y la comunicación, sino además hacer uso eficiente de ellas, (Cabello, 2012). Precisamente, la falta de ese uso eficiente ha generado una serie de dificultades en el manejo de los dispositivos y de la tecnología en general, siendo uno de los más destacados la adicción. Así, el uso adictivo del internet, es una problemática que se ha incrementado en las últimas décadas, cuyas causas se han vinculado, en parte, al analfabetismo digital existente en la población general (Oliva, Hidalgo y Moreno 2012).

El presente estudio descriptivo de corte transversal, se desarrolló con el propósito de evaluar el nivel de competencia digital y uso adictivo del internet en estudiantes y maestros de la carrera de Psicología de la UNAN-León. Esta información constituirá una evidencia empírica de una temática actual y de gran impacto a nivel educativo, tomando en cuenta que en nuestro país existe un vacío teórico referente a este tema. Este estudio está estructurado en dos partes: una correspondiente a la fundamentación teórica del problema y otra que aborda el análisis de los resultados con sus respectivas conclusiones.

## **Antecedentes**

A continuación se señalarán algunos estudios vinculados con las variables de adicción al internet y competencia digital, las investigaciones presentadas estarán ordenadas cronológicamente y no por variables.

En un estudio realizado por Heras (2012) sobre la adicción al internet en los adolescentes en Chile, se observa que niños y jóvenes entre 8 y 18 años pasan un promedio de 7 horas y 38 minutos al día, 7 días a la semana, conectados a algún medio de comunicación. Dentro de ese tiempo, el grupo de adolescentes (entre 11 y 14 años) están conectados a Internet casi una hora diaria. Si bien este estudio no hace mención a problemas de salud asociados al uso exagerado de internet, solo muestra que el 47% de los usuarios que pasan 16 horas o más conectados a alguno de los medios de comunicación, tienen bajo rendimiento escolar. También muestra una mayor tendencia a sentirse aburridos o tristes, a “meterse en problemas”, a llevarse mal con sus padres o a no gustarles el colegio.

San Nicolás, Vargas, & Moreira (2012) en su estudio sobre “Competencias digitales del profesorado y alumnado en el desarrollo de la docencia virtual”, en España, encontraron como resultados que los docentes y alumnado dominan la competencia de información, El 89,11% del alumnado y el 96,6% del profesorado consideran que realizan “bastantes” y “muchas” búsquedas de información en Internet. En la competencia de comunicación, El 90,27% del alumnado y el 100% del profesorado consideran que revisan su correo electrónico y mantienen la utilización de las redes sociales para aspectos de comunicación.

Así también, el 60% del profesorado y el 75% del alumnado, dominan la competencia instrumental, gestionar archivos en distintos formatos y a través de diferentes procesadores, generar documentos y navegar por internet. En general, el profesorado y alumnado participante en este estudio manifiesta que posee competencias básicas y generales sobre el conocimiento y uso de las Tecnologías de la información y la comunicación (TIC).

Según Marlene (2013), en su estudio sobre la Adicción a internet y sus consecuencias en adolescentes de la ciudad de Quito-Ecuador, señala que de los adolescentes en estudio 106 personas se conectan a internet más de 5 horas semanales y 45 lo realiza menos de 5 horas por semana. El mayor número de personas adictas a Internet es encontrado en menores de 17 años, correspondientes a 80 adolescentes, es decir 63% de los 127 que comprenden esta edad; siendo 13 personas, es decir el 54.2% de un total de 24 personas mayores de 17 años Adictas a Internet.

Quintana (2013) en su investigación sobre “Competencias en tecnologías de la información del profesorado de educación infantil y primaria”, en España, señala que, el 60% de los maestros dominan la competencia Instrumental, conocimiento y uso funcional de equipos y programas informáticos para el desarrollo de procesos educativos y búsqueda, adquisición y procesamiento de información; el 20% domina la competencia cognitiva, se relacionan con la reflexión y aplicación de criterios sobre el uso de las TIC en el aprendizaje y en la educación en general y el 20% domina la competencia didácticas-

metodológicas, implican la integración de las TIC en los procesos de enseñanza aprendizaje.

Acerca del uso adictivo al internet, Tsitsika, Tzavela y Mavromati (2013) en su estudio “Conductas adictivas al internet entre adolescentes Europeos” afirman que, un 1,2% de la muestra (124 adolescentes) presenta conducta adictiva al internet (CAI), mientras que un 12,7% presenta un riesgo de CAI. España, Rumania y Polonia presentan una mayor prevalencia de CDI (conducta disfuncional al internet), mientras que Alemania e Islandia presentan la menor prevalencia en el estudio. Los chicos, los adolescentes más mayores y aquellos cuyos padres presentan un menor nivel educativo son más propensos a presentar CDI. El grupo de CDI posee un menor nivel de bienestar psicosocial. Los juegos de azar con apuestas online, el uso de las redes sociales y los juegos de ordenador están estrechamente relacionados con CDI, mientras que ver videos/películas no guardaba relación con CDI, y hacer los deberes/búsqueda de información está negativamente asociado a CDI. Lo cual indica que cuanto más utilizan los adolescentes Internet para hacer sus deberes/búsqueda de información menos señales de CDI muestran.

Ambriz (2014), en su estudio realizado en el Instituto Politécnico Nacional de México sobre “La competencia digital de los estudiantes”, señala que, la dimensión con el mayor porcentaje de dominio en la de información (62%), realiza tareas relacionadas con la planeación, búsqueda, y selección de información en internet. La siguiente dimensión que más dominan es la de tecnología (18%), los alumnos conocen y manejan los conceptos de

tecnologías de la información y comunicación (TIC) básicos de las computadoras, su cuidado y resuelven problemas técnicos. El 10% de los alumnos dominan la dimensión de convivencia digital, en el que se consideran las pautas de convivencia y seguridad digital. La dimensión de comunicación y colaboración (10%), dicen dominar aspectos como el uso de protocolos sociales en ambiente digital.

En un estudio realizado por Anglada (2014) sobre la competencia digital en universitarios chinos, los resultados indican que las competencias más utilizadas son las competencias básicas con un 40%, seguido de las competencias comunicativas con un 30% y, por último las competencias en el manejo tecnológico e informático con un 30%. En general, los encuestados muestran un nivel de eficacia alto en las competencias básicas, utilizan los dispositivos electrónicos como herramienta útil para el ámbito académico, utilización de las plataformas educativas en línea, y usar programas y aplicaciones para el aprendizaje educativo, y presentan un nivel de eficacia bajo en el uso de las redes sociales, manejo de los buscadores para ámbitos comunicativos, chat y email.

Lozoya, Valdés, Angulo, García y Cuevas (2014) en su estudio sobre “Competencias digitales en docentes de educación secundaria” en México, encontraron que en las competencias Instrumentales y Cognitivas, los docentes se percibieron como competentes. Por su parte, en lo relativo al factor ‘Didáctico-Methodológico’, se puede afirmar que los docentes se perciben no competentes, obteniendo puntuaciones inferior a la dimensión antes señaladas.

Hasta el momento no se ha encontrado en Nicaragua investigaciones vinculadas a las variables de interés, sin embargo este año el Consejo Nacional Universitario está realizando una investigación sobre las competencias tecnológicas en docentes universitarios de las universidades que reciben el 6%. Hasta el momento no se han publicado los resultados.

## Planteamiento del problema

Se reconoce que hoy en día es imposible vivir sin tecnología, esta se ha convertido en parte indispensable de nuestra vida y se aplica en los diferentes contextos sociales. Así, el contexto educativo es uno de los que mayor influencia ha tenido de la tecnología. Es común ver en el aula de clases estudiantes con diferentes dispositivos tecnológicos, los cuales son usados ya sea para facilitar su aprendizaje o bien como un medio de socialización. Los estudiantes forman parte de lo que se conoce como la generación de nativos tecnológicos, ya que han nacido en un medio donde la tecnología está presente. Esta vinculación directa con la tecnología configura la forma en que los estudiantes aprenden, ya que hoy disponen de mayor cantidad de información a la que pueden acceder en segundos. Sin embargo, también son notorias las dificultades que presentan al momento de buscar y seleccionar una información válida para construir un aprendizaje significativo (Ambriz 2014).

En esa nueva realidad educativa digitalizada también está presente la figura del profesorado, los cuales están iniciando su contacto con los diferentes procesos tecnológicos, para lograr una adaptación entre sus formas habituales de enseñar y las modificaciones que las nuevas tecnologías plantean. A los profesores se le suelen conocer como inmigrantes tecnológicos, es decir, están iniciando a utilizar los diferentes recursos tecnológicos. Esto hace que el profesorado presente una doble tarea: aprender a usar los recursos tecnológicos y tratar de transferir ese uso a su proceso de enseñanza. Como es de esperarse, estas tareas no han sido fáciles y esto hace que muchos profesores se nieguen a

utilizar estos recursos en el aula de clase o a crear espacios de aprendizaje vinculados a la tecnología. A esta situación se le agrega la falta de preparación del profesorado en este proceso de transición tecnológica, lo que hace que ellos no tengan claro qué tienen que hacer y cómo implementarlo. Estas dificultades están presentes en todos los niveles educativos y se hace más evidente en la universidad donde los estudiantes deben desarrollar un aprendizaje autónomo (Prensky 2014).

Tal como se ha expresado, los nativos e inmigrantes tecnológicos presentan diversas maneras de usar la tecnología, este uso estará condicionado por las competencias que ambos grupos tengan. Así, en un estudio sobre competencias digitales en estudiantes, realizado por el Instituto Politécnico Nacional de México (2014), afirma que, un 62% domina la dimensión de información. En la dimensión Tecnológica con un 18%, lo alumnos conocen las TIC básicas. El 10% de los alumnos dominan las pautas para la convivencia y seguridad digital. Y el 10% dice dominar los protocolos de comunicación en ambientes digitales. Respecto a los inmigrantes, existe un vacío teórico, ya que no se han realizado estudios con los mismos.

A la par de esta influencia tecnológica se ha generado una serie de situaciones de riesgos vinculada al uso indebido de esta tecnología o bien al desarrollo de conducta adictiva hacia la misma. Hoy cualquier persona suele disponer de más de un dispositivo, siendo frecuente las escenas en que personas ya no pueden estar sin conexión a internet. Incluso cuando se realizan tareas académicas que requieren concentración, esta no se presenta de forma

focalizada sino más bien distribuida entre esa actividad y la conexión a internet, teniendo en el dispositivo más de una página web en uso. En el estudio de Oliva, Hidalgo y Moreno (2012) se encontró que el 21.88% de los estudiantes adolescentes y jóvenes andaluces presentan un nivel moderado de adicción y un 0.7% su nivel de adicción es grave.

A pesar que los estudios sobre la tecnología han incrementado significativamente, en nuestro contexto, se carece de investigaciones que especifiquen qué tan competente son los usuarios en el manejo tecnológico y que identifique los riesgos del uso al internet (conducta adictiva).

Precisamente, el presente estudio tratará estas dos variables, razón por la que se plantean las siguientes preguntas de investigación:

¿Existe diferencia en el nivel de competencia digital y de uso adictivo al internet que presentan los estudiantes con el que presentan los profesores?

¿Existe relación entre el nivel de competencia digital y el nivel de adicción al internet presente en estudiantes y profesores?

### **Justificación**

La presencia de las herramientas tecnológicas en la vida contemporánea es un hecho contundente, tanto como inevitables sus impactos en la vida personal, social y educativa. Tan grande es el impacto del internet que es imposible no reconocer los beneficios que genera, sobre todo en el contexto educativo, ya que facilita el proceso de enseñanza-aprendizaje, la metodología de información entre profesores y estudiantes, y promueve herramientas para la búsqueda y selección de información (Cabello 2012).

El presente estudio abordó el uso adictivo al internet y las competencias digitales en estudiantes y profesores de la carrera de Psicología, el cual proporcionará información acerca del desempeño de estos en un ambiente mediado por artefactos y herramientas digitales. Esta información constituirá una evidencia empírica de una temática actual y de gran impacto a nivel educativo. Tomando en cuenta que en nuestro país existe un vacío teórico referente a este tema.

El aporte de este trabajo investigativo a la carrera de Psicología, es conocer el uso adictivo del internet en estudiantes y profesores, así también indagar qué tan preparado están profesores y estudiantes para usar los recursos tecnológicos. Los resultados serán proporcionados a la carrera de Psicología en coordinación con vicerrectoría académica, como insumo para planificar programas que permitan el desarrollo de las competencias digitales de sus profesores y estudiantes, considerando que las competencias tecnológicas es uno de los indicadores que contribuyen a la calidad educativa.

Así también, este trabajo servirá de base para futuras investigaciones que deseen profundizar en el tema o utilizar otro tipo de abordaje metodológico en la indagación de aspectos que no fueron considerados, contribuyendo así a la formación de nuevas líneas de investigación.

## Objetivos

### **Objetivo general:**

-Determinar el nivel de competencia digital y de uso adictivo al internet que presentan los estudiantes y profesores de la carrera de Psicología, UNAN-León, marzo-octubre, 2016.

### **Objetivos específicos:**

-Caracterizar sociodemográficamente a la población de estudio.

-Comparar el nivel de las dimensiones de la competencia digital, el nivel de competencia digital general y de uso adictivo al internet que presentan los estudiantes con el que presentan los profesores.

-Especificar si existe relación entre el nivel de competencia digital con el nivel de uso adictivo presente en los participantes.

## Marco teórico

### Capítulo I: Competencia digital

#### 1.1 Definición de competencia digital.

El concepto de competencia digital se ha desarrollado a partir de dos corrientes teóricas: la conductista y la socioconstructivista (Eurydice, 2002). En la presente investigación se tomará en cuenta la corriente socioconstructivista.

Desde este enfoque la competencia digital comprende el conocimiento adquirido, a través de herramientas brindadas por los profesores, que le permitan al sujeto construir sus propios procedimientos para resolver una situación problemática, lo que implica que sus ideas se modifiquen y siga aprendiendo (Cano, 2005).

Aparte del enfoque socioconstructivista la competencia digital ha sido definido por diversos investigadores y aunque tienen características comunes dichas definiciones, resulta interesantes conocerlas para comprender la complejidad de este término, a continuación se harán referencia a ellas.

Según los autores Páez y Di Carlo (2012), la competencia digital, vista como algo distinto y complementario de una competencia didáctica, es el dominio de diferentes procesos y estrategias, o sistema de aptitudes, que permiten el desenvolvimiento de la actividad discente por medio de tecnologías de la información y la comunicación (TIC).

El Parlamento Europeo define la competencia digital como “el uso seguro y crítico de las tecnologías de la sociedad de la información (TSI) para el trabajo, ocio y la comunicación. Se sustenta en las competencias básicas en materia de TSI: el uso de ordenadores para obtener, evaluar, almacenar, producir, presentar e intercambiar información, y comunicarse y participar en redes de colaboración a través de Internet.

La competencia digital es la suma de todas estas habilidades, conocimientos y actitudes, en aspectos tecnológicos, informacionales, multimedia y comunicativos, dando lugar a una compleja alfabetización múltiple (Gilbert y Esteve, 2012) en este sentido Peña (2006) citado en Gilbert y Esteve, 2012) afirma que, es una completa alfabetización funcional, ya que comprende la utilización de las herramientas de forma productiva, mucho más allá que un uso estrictamente operacional.

Dentro de las competencias digitales, existen dos generaciones que han sido nombradas nativos e inmigrantes digitales. Por lo cual se explicará su significado en el siguiente párrafo.

## **1.2 Nativos e inmigrantes digitales.**

Se ha utilizado el término “nativos digitales” para describir a la generación nacida después de los años ochenta, quienes comparten una cultura común, definida no por la

edad, sino por su experiencia de crecer inmersos en una cultura digital (Palfrey, Gasser, Maclay y Beger, 2011)

Los nativos digitales poseen características distintivas, entre ellas destacan aspectos cognitivos y de procesamiento de información (Oblinger y Oblinger, 2006), a diferencia de generaciones anteriores; quiénes serían inmigrantes digitales, personas que se adaptan y aprenden a usar las tecnologías; sin embargo conservan su “acento”, es decir mantiene una conexión con el pasado, lo que evidencian con prácticas del pasado adaptadas al nuevo entorno (Esteve, 2012).

En el ámbito educativo, Esteve y Gilbert (2012) señalan que las instituciones no han cambiado sus prácticas de enseñanza, pues asumen que los estudiantes son los mismos, con las mismas características que anteriores generaciones; sin considerar que los nativos digitales están acostumbrados a la instantaneidad, a recibir información rápidamente, tienen la habilidad de procesar en paralelo y atender al mismo tiempo varias tareas, prefieren los gráficos y los hipertextos, gustan de estar conectados al internet, de aprender a través del juego y de recompensas frecuentes; lo que dificulta enseñarles de forma tradicional.

Por otra parte los inmigrantes digitales están en proceso de aprender un nuevo lenguaje, es decir, están iniciando a utilizar los diferentes recursos tecnológicos que los nativos digitales ya dominan; a nivel físico estos datos se alberguen de diferente manera en el

cerebro. Los inmigrantes están iniciando su contacto con los diferentes procesos tecnológicos, para lograr una adaptación entre sus formas habituales de enseñar y las modificaciones que las nuevas tecnologías plantean, lo que conlleva en el ámbito educativo a querer enseñar con formas y métodos que los alumnos perciben como una lengua anticuada, poco comprensible, porque ellos hablan un idioma diferente (Gilbert 2012).

En esta generación de inmigrantes digitales, existe una necesidad imperativa, la dificultad de desenvolverse y ser capaz de desarrollar actividades que implican el uso de tecnologías de la información y la comunicación, además de nuevos lenguajes, especialmente informáticos. A este proceso de desarrollo de actividades para facilitar el acceso y manejo de los medios tecnológicos se le conoce como alfabetización digital. Esta hace referencia al uso de la tecnología digital, las herramientas de comunicaciones y/o redes para acceder, integrar, gestionar valorar y crear información con el propósito de funcionar en una sociedad del conocimiento tecnológico (Barroso y Llorente, 2007).

Adicionalmente, diversos estudios, Valtonen y Kennedy (2007), apuntan que ambas generaciones son incapaces de transferir sus habilidades al proceso de enseñanza-aprendizaje, así como también al proceso de construcción de conocimiento. En esta misma vertiente el informe del Educause Center for Applied Research, ECAR, (Salaway, 2008 citado en Gisbert y Esteve, 2012) comenta, según su investigación, que tanto jóvenes y adultos no son capaces de transferir sus habilidades y conocimientos a los procesos formativos en términos de aprendizaje.

Para que los adolescentes, jóvenes y adultos se den cuenta de la utilidad que tiene las tecnologías, tienen que superar tres barreras. La primera tiene que ver con el acceso a estas tecnologías y a la infraestructura relacionada con ella, la segunda implica obtener las aptitudes necesarias para usar las tecnologías, una vez que se hacen accesibles; y la tercera cómo la utilizan (Palfrey, Gasser, Maclay y Beger, 2011).

Las competencias digitales poseen variadas clasificaciones, las cuales estarán basadas según las características concretas que presenten cada una. Dichas características serán expuestas a continuación.

### **1.3. Características de las competencias digitales.**

La Competencia digital es una de estas competencias clave, su dominio es necesario para la inserción de los nuevos profesionistas a la sociedad del conocimiento y para la reducción de la brecha digital. La Comunidad Europea (EC), menciona al respecto que la competencia digital entraña el uso seguro y crítico de las tecnologías de la sociedad de la información (TSI) para el trabajo, el ocio y la comunicación. Se sustenta en las competencias básicas en materia de TSI: el uso de computadoras para obtener, evaluar, almacenar, producir, presentar e intercambiar información, comunicarse y participar en redes de colaboración a través de Internet (Comunidad Europea, 2008).

Para que una competencia reciba el calificativo de digital, debe reunir tres características esenciales (Vivancos, 2008)

- Ser necesaria y benéfica para todo individuo y para la sociedad en su conjunto.
- Permitir al ciudadano integrarse a redes sociales, y aspectos involucrados al internet.
- Posibilitar la actualización permanente de conocimientos, y habilidades tecnológicas a lo largo de la vida.

#### **1.4 Dimensiones de la competencia digital.**

Diversos proyectos proponen diferentes dimensiones acerca de las competencias digitales, las cuales serán expuestas a continuación:

La Comunidad Europea (EC) (2008) señala que existen 3 dimensiones involucradas en la competencia digital, las cuales son:

**Conocimientos:** Comprensión de Aplicaciones de un ordenador. Conciencia de las oportunidades en el uso del internet y la comunicación en medios electrónicos. Comprensión de la seguridad y validez de la información. Respeto de los principios éticos en el uso interactivo de las TIC.

**Destrezas:** Habilidad para buscar, recoger y procesar, organizar y distinguir información, para su uso sistemático. Habilidad para utilizar recursos apropiados para

producir, presentar o comprender información compleja. Habilidad para acceder y buscar en una página web y para usar servicios de Internet. Habilidad para usar las TIC para apoyar el pensamiento crítico, la creatividad e innovación en diferentes contextos.

**Actitudes:** Uso de las TIC para el trabajo autónomo y en grupo; actitud crítica y reflexiva en la valoración de la información disponible. Actitud positiva y sensibilidad hacia un uso responsable y seguro de Internet. Interés por usar las TIC para el desarrollo cultural, social y profesional.

Así mismo, el gobierno Vasco en su proyecto Eskola 2.0 (2012), define 3 dimensiones existentes dentro de las competencias digitales:

**Fluidez tecnológica:** Gestión de dispositivos. Manejo de Software Desarrollo en entornos digitales de aprendizaje. Comunicación con otras personas utilizando las TIC. Organización de la Información.

**Aprendizaje-Conocimiento:** Utilización y tratamiento de la información en investigaciones. Comunicación-colaboración para aprender y producir conocimiento. Creación e innovación utilizando recursos TIC. Pensamiento crítico.

**Ciudadanía digital:** Autonomía digital en la participación pública. Identidad digital y privacidad en la red. Propiedad intelectual.

De igual manera, el proyecto Tunning para América (2013), Latina describe 3 dimensiones a tomar en cuenta a la hora de evaluar las competencias digitales:

***Instrumentales:*** Habilidades en el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación. Habilidades para buscar, procesar y analizar información procedente de fuentes diversas. Capacidad para tomar decisiones Capacidad para identificar, plantear y resolver problemas. Compromiso ético

***Interpersonales:*** Capacidad de trabajo en equipo. Habilidades interpersonales. Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad.

***Sistémicas:*** Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica. Capacidad creativa. Capacidad de investigación.

Por su parte el Ministerio de Educación del gobierno de Chile en su matriz de habilidades TIC para el aprendizaje (2011) engloba de manera consistente y clara las dimensiones de la competencia digital que otros autores e instituciones proponen. Dichas dimensiones son las siguientes:

***Dimensión de la Información:*** Describe las habilidades, conocimientos y actitudes para buscar, seleccionar, evaluar y organizar información en entornos digitales y a partir de ella crear un nuevo producto, conocimiento o idea. Precisar la información requerida con el fin

de orientar y acotar la búsqueda en ambiente digital. Generar y/o aplicar estrategias de búsqueda para localizar información en ambiente digital. Elegir diversas fuentes de información y contenidos digitales en base a criterios de pertinencia confiabilidad y validez. Ordenar y estructurar información digital en base a esquemas de clasificación para recuperarla y reutilizarla. Combinar e integrar información en ambiente digital para crear un nuevo producto de información. Representar, diseñar y generar productos en ambiente digital.

***Dimensión de comunicación y colaboración.*** Los conocimientos, habilidades y actitudes en esta dimensión son de índole social, donde la capacidad para transmitir e intercambiar información e ideas con otros; además de colaborar dentro de un grupo o comunidad. Reconocer y aplicar reglas y normas sociales para comunicar información en ambiente digital, según un propósito, medio digital y audiencia específica. Identificar el medio digital más adecuado para enviar un mensaje de acuerdo a un propósito y audiencia específica. Intercambiar información, debatir, argumentar y acordar decisiones con otras personas a distancia para lograr objetivos comunes en ambiente digital. Desarrollar contenidos a distancia y publicarlos para compartirlos con pares, profesores u otras personas, usando herramientas digitales.

***Dimensión Convivencia Digital:*** Las competencias incluidas en esta dimensión contribuyen a la formación ética de los estudiantes, cuando se desenvuelven en entornos digitales; considera las pautas para la convivencia y seguridad digital. Distinguir riesgos

propios del ambiente digital y aplicar estrategias de seguridad emocional. Aplicar estrategias de protección de la información personal y de los demás, en ambiente digital. Reconocer dilemas éticos y consecuencias legales de no respetar la creación de otros y aplicar prácticas de respeto a la propiedad intelectual en el uso de recursos de información. Asumir el respeto de la propiedad intelectual. Se desenvuelve con destreza al utilizar diversos webs institucionales, educativos, de servicios, culturales y de ocio.

***Dimensión Tecnológica:*** Define las competencias funcionales y conocimientos necesarios para nombrar, resolver problemas, operar y usar las TIC en cualquier tarea. Dominar Conceptos TIC básicos de las computadoras, su cuidado y resolución de problemas técnicos. Demostrar entendimiento conceptual y práctico de los componentes de la computadora y sistemas informáticos; así como asegurar su cuidado y seguridad. Diagnosticar y resolver problemas básicos de hardware, software y redes utilizando los sistemas de ayuda de las aplicaciones de internet. Utilizar funciones básicas de herramientas de productividad. Utilizar funciones básicas de herramientas de comunicación y colaboración a través de internet.

En el presente trabajo se hará uso de la clasificación de dimensión de competencia digital propuesta por el Ministerio de Educación de Chile.

Dentro de los riesgos de las competencias digitales, se encuentra el uso adictivo del internet, a lo cual haremos mención en el siguiente capítulo.

## Capítulo II. Adicción al internet

### 2.1 Definición.

Para describir el concepto de adicción al internet, es importante destacar cuales son los componentes que intervienen en la construcción de una adicción en particular.

Para Griffiths (1998) cualquier comportamiento que cumpla estos seis criterios será definido operacionalmente como adicción:

1. *Saliencia*: Una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.
2. *Modificación del humor*: Experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad.
3. *Tolerancia*: Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los mismos efectos.
4. *Síndrome de abstinencia*: Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.
5. *Conflicto*: Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los propios individuos que están involucrados con la actividad particular.
6. *Recaída*: Es la tendencia a volver a los patrones tempranos de la actividad en la forma más extrema de la adicción tras muchos años de abstinencia o control.

Hasta el momento no existe una definición unánime en la comunidad científica sobre la adicción al internet, a continuación se harán mención de algunas de ellas.

Young (1998), de la Universidad de Pittsburg y creadora del Center for On-Line la define como: *“Un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos”*. Por lo tanto, este uso excesivo de internet, lleva a los individuos a la distorsión de sus objetivos personales, familiares y profesionales.

El concepto de adicción al internet se ha caracterizado, de igual manera, desde el punto de vista psicológico, por los siguientes síntomas: uso mal adaptativo, tolerancia, abstinencia, incremento en el uso, fracaso en disminuir o detener el uso y continuación de la conducta a pesar de los problemas que esto pueda llevar (Roberts 1998).

En el presente estudio se utilizará la definición brindada por Young.

## **2.2 Características del internet que favorecen la adicción.**

Las cualidades de Internet que parecen contribuir al potencial de la adicción están relacionadas con la velocidad, accesibilidad e intensidad de la información ofrecida.

Según Young (1998) son varios los refuerzos y otros mecanismos psicológicos que llevan a la formación del hábito y posteriormente al desarrollo de la adicción al internet en algunos individuos:

**Aplicaciones adictivas:** Se encuentra que las aplicaciones que más poder adictivo tienen son las que permiten al usuario interactuar con otros, como los chats y los MOODs (Videojuegos en Línea). Al parecer, si hay algo que diferencia a los usuarios dependientes de los que no lo son es el tipo de aplicaciones que utilizan. Los usuarios no dependientes usan Internet para encontrar información y mantener relaciones preexistentes, mientras que los dependientes la usan para socializarse y conocer nueva gente, para implicarse en un grupo. De acuerdo con esto se determinan tres principales áreas de reforzamiento: apoyo social, realización sexual y creación de un personaje.

**Apoyo social:** Los grupos se forman rápido en el ciberespacio. Las visitas continuadas a un determinado chat hacen que se establezca una intimidad con los demás miembros, alentada por la desinhibición que se muestra en la red. Esta desinhibición es consecuencia directa del anonimato que proporciona la comunicación mediada por ordenador. Estos grupos llenan la necesidad de apoyo que tenga la persona en situaciones estresantes de enfermedad, jubilación o divorcio.

**Satisfacción sexual:** Hay multitud de chats que han sido diseñados para la interacción erótica, desde los más clásicos basados en texto a los más novedosos que incorporan vídeo en tiempo real. En estos lugares se sienten libres de ataduras por el anonimato y el

sentimiento de practicar "sexo seguro". Por otro lado las personas que se sienten poco atractivas físicamente se ven liberadas de este problema.

***Creación de personalidad ficticia:*** Internet permite crear una personalidad virtual modificando las propias características físicas que en el mundo real son inamovibles. Es una forma de reinventarse a sí mismo, de cubrir necesidades psicológicas previamente no afrontadas enmascarando la inseguridad interpersonal. Dos de estas necesidades psicológicas son la expresión de un rasgo de personalidad reprimido y los sentimientos de reconocimiento y poder.

***Personalidades reveladas:*** Internet puede ayudar a sacar a la luz aspectos de la personalidad que estaban ocultos o reprimidos, como puede ser la agresividad. Una vez sacados a la luz, se debe de aprender a incorporarlos a la propia personalidad y no limitar esos roles al ciberespacio.

***Reconocimiento y poder:*** Este es un elemento que se deriva de los juegos por competencias, en los que se crea un personaje que va aumentando su poder a medida que consigue puntos, pudiendo llegar al liderato de otros jugadores subordinados.

### 2.3 Tipos de adicción al internet.

Young (1998) propone 5 diferentes tipos de adicción al internet:

**Ludopatía virtual:** Concretamente la ludopatía, también conocida como adicción a los casinos virtuales, sería la forma más destacada de adicción por su peligrosidad. Según algunos autores el llamado ciberjuego o juego compulsivo a los juegos de azar, se refiere al juego donde se arriesga algo a cambio de la posibilidad de conseguir una ganancia, cuyo resultado depende en gran parte del azar.

Algunos clínicos afirman que el poder adictivo de los casinos virtuales (de siempre reconocida dudosa fiabilidad) es aún más intenso que el de los casinos reales. El anonimato es absoluto a la hora de jugar por la red, donde la facilidad de acceso al objeto de consumo es tan simple como tener número de tarjeta y ser mayor de edad.

**Videojuegos:** La adicción a los videojuegos online, se ha acrecentado en los últimos años. Algunos jóvenes de este amplio colectivo se pasarían horas y horas delante del monitor o consola en mano, las consecuencias de estos excesos se reflejarían en: un bajo rendimiento académico, relaciones familiares escasas o malas, baja autoestima. Tras la elaboración de un videojuego nuevo, decaería paulatinamente el interés por jugar más, ocupando así el tiempo excesivamente de su uso.

entero. Actualmente, la mayoría de las personas tienen un perfil en la red social, y pasan conectadas la mayoría del tiempo en ella. Esta adicción se presenta principalmente en adolescentes y jóvenes, pero no se descarta la posibilidad de que los adultos sean víctimas de esta nueva era tecnológica.

**Cibersexo:** En cuanto a los adictos al sexo por Internet, existen aproximadamente 20 millones de sujetos que frecuentan más de 10 horas a la semana cualesquiera de las miles de direcciones pornográficas que existen en la red en EEUU. Es notable que las personas adictas al sexo por Internet tienen más problemas a la hora de relacionarse con el otro sexo, dificultad de comunicación, manifestarían una tendencia a la violencia, concretamente violencia doméstica, tendencias impulsivo agresivas, se divorciarían más y son por lo general propensos al aislamiento.

**Cibercompra:** Internet también es una nueva vía de canalización para los compradores compulsivos, la llamada Cibercompra. Habría que empezar diciendo que tres de cada cinco personas considera que comprar es un placer, es decir, aproximadamente un tercio de los consumidores adultos tienen “ganas en exceso” de comprar o descontrol en el comprar productos. La adicción a las compras por Internet, hace referencia al consumo compulsivo; comprar productos nuevos e innecesarios, por medio de la red. Son sujetos emocionalmente inmaduros, ingenuos, personas con problemas de aislamiento, presentan insatisfacción personal y que son personas más influenciables por los anuncios publicitarios.

#### **2.4. Mecanismos explicativos y modelos adictivos.**

El proceso por el cual una persona se convierte en adicto es siempre una interacción de factores relativos al objeto de la adicción, a las características de la persona que la hacen vulnerable y al entorno social. Los intentos de determinar las causas de la adicción a Internet deben tener en cuenta que la conducta problema se desarrolla en un contexto virtual que no tiene por qué seguir las leyes del mundo real.

Suler (1996) señala la existencia de tres modelos adictivos básicos que explican la adicción a internet:

Personas muy aficionadas e interesadas por sus dispositivos tecnológicos que utilizan la Red para escoger información, jugar en solitario, obtener nuevos programas, etc. pero sin establecer ningún tipo de contacto interpersonal (como meta específica). Serían sujetos necesitados de control, introvertidos y que huían de la aparente anarquía de los chats.

Personas que frecuentan los Chats, Moods y listas de correo. Todos ellos tienen en común la búsqueda de estimulación social. Las necesidades de carácter afectivo/afiliativo son las relevantes en este contexto. Estos sujetos serían de naturaleza extrovertida.

El tercer modelo hace referencia a todos aquellos individuos que utilizan Internet prioritariamente para la búsqueda de lugares relacionados con el sexo, aunque en este caso

estaríamos refiriéndonos más a una adicción al sexo que al propio mundo de los ordenadores e Internet.

Según Greenfield (1999) las cualidades de Internet que parecen contribuir al potencial de la adicción están relacionadas con la velocidad, accesibilidad e intensidad de la información a la que se tiene acceso, del mismo modo que la rapidez de absorción de una droga es directamente proporcional al potencial adictivo de la droga.

Greenfield (1999) encuentra varios sentimientos que experimentan los usuarios dependientes de Internet y que pueden llevar a la adicción:

Los adictos informan de una intensa intimidad cuando están conectados.

Existe un sentimiento de desinhibición.

Muchos adictos informan también de una pérdida de ataduras.

Sentimientos de que el tiempo se detiene o que pasa muy rápido.

Sentirse fuera de control cuando se está conectado.

Según Echeburúa (1999) la red permite cubrir dos tipos de necesidades básicas: la estimulación solitaria (búsqueda de información, imágenes, sonido, juegos, etc.) y la búsqueda de interacción social.

## 2.4 Consecuencias de la adicción al internet.

### -Físicas:

Uno de los aspectos que diferencian a una adicción psicológica de una adicción química es que la primera no tiene las terribles consecuencias físicas negativas que puede tener esta última. Aun así, en el caso de la adicción a Internet también se han señalado alguna consecuencia, sobre todo las derivadas de la privación de sueño (Young, 1998). La privación de sueño se produce por la inhabilidad del adicto a cortar la conexión, permaneciendo despierto hasta altas horas de la madrugada, lo cual podría dar lugar a fatiga, debilitación del sistema inmunitario y un deterioro de la salud.

Roberts (1996) describió algunos de los correlatos fisiológicos relacionados con el uso intensivo de Internet:

- Respuesta condicionada (aceleración del pulso, incremento de la tasa cardíaca) a la conexión del módem.
- Estado de conciencia alterado durante largos períodos de tiempo, con una total de concentración en la pantalla, similar al de la meditación o del trance (hipoprosexia).
- Sueños constantes.
- Irritabilidad importante cuando se es interrumpido por personas o circunstancias de la vida real mientras se está sumergido en el ciberespacio.

Las personas que sufren de esta adicción a menudo sufren de síntomas físicos como "Carpa tunnel syndrom", ojos reseco, migrañas (dolores de cabeza), dolores de espalda, hábitos alimenticios irregulares (saltan comidas). Estas personas por estar tan envueltos en su adicción, descuidan sus hábitos de higiene y se perturban sus patrones de sueño.

**-Psicológicas:**

El medio en el que se desenvuelve la adicción acarrea también una serie de cambios psicológicos negativos, consistentes en alteraciones del humor, ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones o por no encontrar lo que se busca o a quien se busca, estado de conciencia alterado (total focalización atencional), irritabilidad en caso de interrupción, incapacidad para salirse de la pantalla, etc (Echeburúa, 1998).

Los problemas surgidos de la dependencia trascienden el ámbito de lo intrapersonal. Desde un punto de vista sistémico, los efectos negativos de la adicción se expresan en los ámbitos familiar, académico y profesional (Young, 1998). El adicto se aísla del entorno y no presta atención a otros aspectos de las obligaciones sociales (Echeburúa, 1998).

Los síntomas psicológicos son: tener un sentido de euforia o sobre satisfacción al estar en el Internet, inhabilidad para poder parar la actividad. Aumenta la necesidad de estar conectado en la computadora. Ya no te sacias con una o dos horas, ahora necesitas cuatro o

cinco horas. Esta persona comienza a rechazar familia y amigos. Se siente vacío, deprimido e irritado al no estar en la computadora (Roberts 1998).

**-Sociales:**

Una de las consecuencias a nivel del hogar se produce cuando la persona rechaza las labores o quehaceres de la casa y estar con su familia por estar conectado al internet. Así como también existe un deterioro del ritmo social, la persona no se da cuenta del tiempo que pasa conectado a la red (Goldber 1997).

Así también, otra consecuencia evidente es el aislamiento social. En esto el individuo prefiere estar conectado a la red, a realizar actividades sociales con los amigos, la universidad o actividades recreativas. Peor aún, se hace notoria la actitud de fatiga presente en estos, presenciando momentos en los que se duermen en las aulas de clases (Kraut 1998).

La adicción al Internet ya ha sido aceptada por muchos profesionales con un desorden psicológico. Este es un tema a menudo tocado por los psicólogos de familia. En muchas universidades los consejeros están reportando más y más casos de estudiantes que sufren de adicción al Internet. Ocurre mucho en estudiantes que se hospedan, pues al sentirse lejos de su hogar, tratan de llenar ese vacío hablando con sus viejos amigos y con familiares de su ciudad. Pratarell (1999)

## 2.5 Factores de riesgo asociados a la adicción a internet.

En términos generales, es posible indicar que la población más vulnerable al uso adictivo de Internet, corresponde a los adolescentes escolarizados y jóvenes universitarios. Estos datos son arrojados por estudios realizados en países en donde se empieza a estudiar el tema como en Chile y Ecuador, además de estudios alrededor del mundo en donde la mayoría han realizado en adolescentes (Marlene 2013).

Se trataría en general de personas jóvenes, preferentemente varones, con un elevado nivel educativo y hábil en el uso de la tecnología. Se especula con la existencia de un subgrupo de usuarios caracterizado por la timidez, que encuentra en el ciberespacio la posibilidad de liberarse de la ansiedad producida por las relaciones sociales físicas, ganando en autoconfianza, dado el relativo anonimato que Internet proporciona (Roberts 1996)

Suler (1996) señala la existencia de dos modelos adictivos básicos de la hipotética adicción a internet. Sujetos muy aficionados e interesados por sus dispositivos tecnológicos que utilizan la Red para escoger información, jugar en solitario, obtener nuevos programas, etc. pero sin establecer ningún tipo de contacto interpersonal (como meta específica). Serían personas necesitadas de control, introvertidas y que huían de la aparente anarquía de los chats. Por otro lado, En Perú la mayoría de pacientes tratados en el Instituto Nacional de Salud Mental 'Honorio Delgado-HideyoNoguchi', utilizaron Internet preferentemente para

jugar en red. Esta actividad combinada con la animación tridimensional del chat incrementa el potencial adictivo.

Personas que frecuentan los Chats, Moods y listas de correo. Todos ellos tienen en común la búsqueda de estimulación social. Las necesidades de carácter afectivo/afiliativo son las relevantes en este contexto. Estos sujetos serían de naturaleza extrovertida. Individuos que utilizan Internet prioritariamente para la búsqueda de lugares relacionados con el sexo, aunque en este caso estaríamos refiriéndonos más a una adicción al sexo que al propio Internet (Petrie y Gunn 1998).

## Diseño metodológico

**Tipo de estudio:** Estudio descriptivo de corte transversal.

**Área de estudio:** Carrera de Psicología ubicado en el Complejo Docente de la Salud, UNAN-León.

**Período de estudio:** Marzo-octubre, 2016

**Universo de estudio:** Está constituido por 224 estudiantes de los cuales 210 corresponden a estudiantes de I a V año y 14 profesores con diferentes tipo de contratación (tiempo completo, medio tiempo, cuarto de tiempo y horario). Cabe destacar que en total son 17 profesores, pero 3 no autorizaron su participación en el estudio.

**Muestra:** Está constituida por 136 estudiantes. Cabe destacar que la muestra solo se calculó para los estudiantes, ya que en el presente trabajo se incluyó a todos los profesores que autorizaron su participación. Para el cálculo de la muestra se utilizó la fórmula del tamaño de muestra para proporciones con población conocida, la que se detalla a continuación:

$$n = \frac{N z_{\alpha/2}^2 P(1-P)}{(N-1)e^2 + z_{\alpha/2}^2 P(1-P)}$$

<b>N=</b>	<b>210</b>
<b>Z=</b>	<b>1.96</b>
<b>P=</b>	<b>0.5</b>
<b>e=</b>	<b>0.05</b>

$$n = \frac{210 \cdot 3.8416 \cdot 0.25}{209 \cdot 0.0025 + 3.8416 \cdot 0.25}$$

<b>n=</b>	<b>136</b>
-----------	------------

**N=** Población

**Z=** Estadístico al 95%

**P=** Proporción de individuos con la característica

**e=** error muestra

**Tipo de muestreo:** Se utilizó el muestreo estratificado, para lo cual se tomará como estrato a cada curso o año de la carrera. Para esto se utilizó la afijación proporcional, cuya fórmula se detalla a continuación:

<b>Fh=n/N</b> <b>Fh=136/210 Fh=0.664</b> <b>Estratos ( curso/año)</b>	<b>Población * Fh</b>	<b>Muestra</b>
<b>I año</b>	50 (0.664)	33
<b>II año</b>	42 (0.664)	27
<b>III año</b>	43 (0.664)	28
<b>IV año</b>	45 (0.664)	29
<b>V año</b>	30 (0.664)	19
	N=210	n=136

Se utilizó el muestreo aleatorio simple, para realizar la selección de los participantes de cada estrato, haciendo uso de un programa generador de números aleatorios disponible en [http://nosetup.org/php\\_on\\_line/numero\\_aleatorio\\_2](http://nosetup.org/php_on_line/numero_aleatorio_2) en el cual se introducen los datos correspondientes a la cantidad de estudiantes que se necesita en cada estrato obteniendo números aleatorios, que se tomarán como referencia para elegir a los estudiantes según su número de lista. Esta acción se realizará para cada estrato.

### **Criterios de inclusión**

Participaron en el estudio todos los que presentaron las siguientes características:

- Estudiantes hombres y mujeres que estén activo en la carrera
- Profesores de la carrera de Psicología, independiente al tipo de contratación.
- Que estén dispuestos a participar y firmen el consentimiento informado.

## **Fuentes de información**

La información de la presente investigación se obtuvo mediante fuente primaria, ya que los datos fueron proporcionados directamente del estudiantado y profesorado de la carrera de Psicología.

## **Procedimiento de recolección de datos**

Se llevaron a cabo los siguientes pasos para la realización de esta investigación:

Se solicitó autorización escrita a la dirección de la carrera de Psicología para la aplicación de los instrumentos, para ello fue necesario explicar los objetivos y metodología de la investigación.

Una vez obtenido el permiso, se visitó las aulas de clases de los 5 años de la carrera y la sala de maestros, para explicarles los objetivos de la investigación. Se verificaron los horarios de clases de los estudiantes y maestros que pertenecen a la carrera de Psicología para solicitar su consentimiento de participación en este trabajo.

Antes de aplicar los instrumentos se realizó una prueba piloto para verificar la comprensión de dichos instrumentos, en esta prueba participaron estudiantes y profesores de otra carrera (medicina).

Luego se procedió a la aplicación de los instrumentos a la muestra seleccionada. La aplicación fue colectiva, en las aulas de clase, con una duración promedio de 30 minutos. Se les explicó detalladamente el llenado de los instrumentos.

Posteriormente los datos fueron analizados con el programa SPSS, para ser presentados posteriormente.

### **Instrumentos para la recolección de datos:**

**-Características sociodemográficas:** se obtuvo información de esta variable mediante una encuesta realizada por los autores de la investigación, las cuales abordaron los siguientes elementos: Edad, sexo, año de curso, experiencia laboral y tipo de contratación.

**-Competencia digital:** Para evaluar esta variable se hizo uso del Cuestionario de competencias básicas digitales 2.0 (COBADI, 2013) realizado por Steve y Gilbert publicado en el 2012. Este cuestionario ha sido adaptado por Veytia en México en el 2013. El objetivo del cuestionario es evaluar el nivel de competencia digital existente en los individuos, el cual se realiza de manera autoaplicada y tiene una duración máxima de 30 minutos. Presenta un grado de confiabilidad de .90 y una validez de .88. El test está estructurado mediante 4 dimensiones, que se evalúan a través preguntas con respuestas de selección múltiple: dimensión tecnológica, que consta de 17 ítems, dimensión de convivencia digital con 13 ítems, dimensión de comunicación y colaboración con 18 ítems, y la dimensión de información con 18 ítems, para un total de 66 ítems. Cada respuesta de los ítems tienen un valor numérico: Lo desconozco=0, No podría realizarlo=1, Sí, pero con ayuda=2, Si, siempre=3, Sí, y lo sabría explicar=4. Se realiza la sumatoria de cada uno de los ítems, y se obtiene una puntuación total para cada una de las dimensiones. El rango de

dominio para cada dimensión es de: Tecnológica=51-68, Convivencia digital=39-52, Comunicación y Colaboración=54-72, Información=54-72, por debajo de esos rangos se indica la ausencia de dominio en dichas dimensiones. El nivel de competencia digital estará determinado por el total de dimensiones que domina la persona evaluada, para esto se presentan los siguientes niveles: Si solamente dominan 1 dimensión=Nivel básico, 2-3 Dimensiones=Nivel intermedio, 4 dimensiones=Nivel avanzado.

**-Uso adictivo del internet:** Para la evaluación de esta variable, se hizo uso del test Internet Addiction Test (IAT), elaborado por Young en 1998. Se realiza de manera autoaplicada o heteroaplicada, para esta investigación fue autoaplicado. Esta escala mide los comportamientos asociados al uso adictivo de internet que incluyen la compulsión, el escapismo y la dependencia. Las preguntas de la escala también evalúan los problemas relacionados con el uso adictivo en el ámbito personal, laboral y social de adolescentes y jóvenes. El índice de fiabilidad y validez es de .94 para la escala total. Concretamente, la escala está compuesta por 20 ítems, en formato tipo likert, que deben ser puntuados en una escala comprendida entre 1 (nunca o rara vez) y 5 (siempre). Este instrumento permite obtener una medida global del nivel de adicción a internet, así como información sobre las subescalas de importancia, uso excesivo, interferencia, anticipación, pérdida de control y problemas sociales. Asimismo, las puntuaciones cuantitativas incluyen las siguientes categorías, según la corrección propuesta por Widyanto y McMurrin (2004): sin adicción (intervalo 20-39 puntos), adicción moderada (intervalo 40-69 puntos) y adicción grave (intervalo 70-100 puntos), para lo cual se suma el total de todos los ítems propuestos.

**Sesgos y control de sesgos**

<b>Posibles sesgos</b>	<b>Control de sesgos</b>
<p><b>Sesgo de no respuesta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Poca comprensión de las preguntas establecidas en el cuestionario de competencia digital y en el test de adicción al internet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se Realizó la prueba piloto en 5 estudiantes y 5 maestros voluntarios que no fueron parte de la muestra.</li> <li>• Explicación detallada de cómo se debe llenar el instrumento.</li> </ul>
<p><b>Sesgo de selección</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de colaboración de los encuestadores.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se explicó el propósito del estudio, y la confidencialidad de la información que estos brinden.</li> <li>• Los participantes fueron voluntarios, aspecto planteado en criterios de inclusión.</li> </ul>
<p><b>Sesgo de información</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Que los datos obtenidos en los instrumentos no sean fiables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se revisó que los instrumentos sean válidos y fiables.</li> </ul>
<p><b>Sesgo del entrevistador</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Forma diferente de aplicar los instrumentos por parte de los investigadores.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se realizó un ensayo para que ambos investigadores realicen una buena aplicación, siguiendo las instrucciones de aplicación sugeridas por los autores en el protocolo de los instrumentos.</li> </ul>

### **Plan de análisis**

Se introdujeron los datos para su procesamiento y conformar la base de datos mediante el programa estadístico para ciencias sociales (SPSS) versión 17 para Windows. Para las variables características sociodemográficas, el nivel de competencia y de adicción al uso de internet se hizo uso de estadísticos descriptivos como la frecuencia y porcentaje. Se utilizó el test de dependencia de Chi cuadrado para comparar el nivel de competencia y el nivel de adicción al uso de internet tanto de los profesores como de los estudiantes. Ese mismo estadístico se utilizó para relacionar las variables de estudio. Los resultados son presentados en tablas con sus respectivas interpretaciones.

### **Consideraciones éticas**

Se tomaron en cuenta criterios de la declaración de Helsinki como:

Mantener el respeto para los diferentes participantes incluidos en la investigación, evitando la emisión de juicios o críticas por parte del equipo investigador.

Se mantuvo la confidencialidad de los datos, los cuales serán utilizados para fines meramente investigativos.

Toda información obtenida de los participantes, fue de manera voluntaria, es decir, con su consentimiento.

Los resultados fueron entregados a la dirección de la carrera de Psicología así como también a los participantes involucrados en el estudio.

Los participantes pueden retirarse del trabajo investigativo cuando lo consideren necesario.

**Operacionalización de variables**

<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Valor</b>	<b>Instru- mento</b>
Datos sociodemográficos	Particularidades culturales, sociales y geográficas	Características personales que definen a la población de estudio.	Sexo  Edad  Año de Carrera  Experiencia académica  Tipo de contratación	Hombre Mujer  18-20 años 21-30 años 31-40 años 41-50 años 51-60 años 61 a más  1ro, 2do, 3ro, 4to, 5to año.  1-5 años 6-10 años 11-15 años 15-20 años  Tiempo completo  Medio tiempo  Cuarto de tiempo  Horario	Encuesta elaborada por los autores del estudio.
<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Valor</b>	<b>Instru- mento</b>
Nivel de Competencia digital	Conjunto de conocimientos, capacidades, destrezas y habilidades con herramientas propias de las tecnologías digitales.	Capacidad de usar los conocimientos y las destrezas relacionadas a elementos y procesos digitales.		Se considera competente si están en los siguientes rangos, por debajo de esos rangos se consideran incompetente:	COBADI (Adaptado por Veytia,

			Información	54-72	2013)
			Efectiva y colaboración	54-72	
			Convivencia digital.	39-52	
			Tecnológica.	51-68	
Adicción a internet	Dependencia psicológica, y uso patológico de las actividades relacionadas al manejo del internet.	Uso excesivo y problemático del internet, a través de diversos dispositivos que interfieren, en la vida cotidiana.	Sin adicción	20-39 puntos	Internet adicción test (IAT, 1998)
			Adicción Moderada	40-69 puntos	
			Adicción Grave	70-100 puntos	

## Resultados

### Características sociodemográficas

La edad predominante en los estudiantes es de 18 a 20 años (**51.5%**), en el caso de los profesores la mayoría se encuentran entre las edades de 41 a 50 años (**35.7%**). Con respecto al sexo tanto en estudiantes (**59.6%**) como en profesores (**71.4%**) predominaron las mujeres. La mayoría de los profesores trabajan tiempo completo y tienen una experiencia laboral entre 11 a 20 años.

Tabla 01: Distribución de las características sociodemográficas que poseen los estudiantes y profesores de la carrera de Psicología, UNAN-León, 2016.

		Cargo			
		Estudiante		Profesor	
		F (N:136)	%	F (N:14)	%
Edad	18-20 años	<b>70</b>	<b>51.5</b>		
	21-30 años	66	48.5		
	31-40 años			3	21.4
	41-50 años			<b>5</b>	<b>35.7</b>
	51-60 años			3	21.4
	60 a más años			3	21.4
Sexo	Mujer	<b>81</b>	<b>59.6</b>	<b>10</b>	<b>71.4</b>
	Hombre	55	40.4	4	28.6
Año de la carrera	1er año	<b>33</b>	<b>24.3</b>		
	2do año	27	19.9		
	3er año	28	20.6		
	4to año	29	21.3		
	5to año	19	14.0		
Experiencia laboral	1-5 años			2	14.3
	6-10 años			2	14.3
	11-15 años			<b>5</b>	<b>35.7</b>
	16-20 años			<b>5</b>	<b>35.7</b>
Turno Laboral	Tiempo completo			<b>9</b>	<b>64.3</b>
	Medio tiempo			2	14.3
	Cuarto de tiempo			1	7.1
	Horario			2	14.3

Fuente: Encuesta sociodemográfica

**Nivel de las dimensiones de competencia digital, nivel de competencia digital  
general y uso adictivo al internet**

**Nivel de las dimensiones de la competencia digital.**

En las cuatro dimensiones de competencia digital (competencia tecnológica, convivencia digital, comunicación y colaboración, competencia de información) la mayoría de estudiantes y profesores son categorizados como incompetentes. Cabe destacar que fue en la dimensión de la competencia tecnológica donde se obtuvo una mayor frecuencia de estudiantes categorizados como incompetentes. En el caso de los profesores fue en las dimensiones de comunicación-colaboración y en la de información. Estos datos se detallan en la siguiente tabla.

Tabla 02: Distribución porcentual de nivel de competencia digital según sus  
dimensiones en estudiantes y profesores de la carrera de Psicología, UNAN-León, 2016.

Dimensiones		Estudiante (N= 137)		Profesor (N= 14)	
		F	%	F	%
Competencia tecnológica	Incompetente	<b>124</b>	<b>91.2</b>	<b>12</b>	<b>85.7%</b>
	Competente	12	8.8	2	14.3%
Convivencia digital	Incompetente	<b>113</b>	<b>83.1</b>	<b>13</b>	<b>92.9%</b>
	Competente	23	16.9	1	7.1%
Comunicación y colaboración	Incompetente	<b>118</b>	<b>86.8</b>	<b>14</b>	<b>100.0%</b>
	Competente	18	13.2	0	0.0%
Competencia de información	Incompetente	112	82.4	14	<b>100.0%</b>
	Competente	24	17.6	0	0.0%

Fuente: Cuestionario de competencias básicas digitales (COBADI, 2013)

### Nivel de competencia digital general

En los niveles de competencia digital general se identificó que tanto estudiantes (73.5%) como profesores (78.6%) cuentan con un nivel de competencia considerado como “no competente” y solo el 2.2% de los estudiantes se encuentran en un nivel avanzado. Según resultados de Chi-cuadrado no existe diferencia significativa entre el nivel de competencia general entre los estudiantes y profesores.

Tabla 03: Distribución del nivel de competencia digital general entre estudiantes y profesor de la carrera de Psicología de la UNAN, León, 2016.

Nivel de competencia	Cargo				P
	Estudiante		Profesor		
	F (N=136)	%	F (N=14)	%	
No competente	100	73.5	11	78.6	
Nivel Básico	11	8.1	3	21.4	0.19*
Nivel intermedio	22	16.2	0	0.0	
Nivel avanzado	3	2.2	0	0.0	

Fuente: COBADI, 2013/\* No significativo (Chi cuadrado de Pearson).

### Nivel de adicción en estudiantes y profesores de la carrera de psicología

Se encontró que la mayoría de los estudiantes poseen un nivel de adicción moderada al internet (45.6%). A diferencia de los profesores participantes que no presentaron adicción al internet. Según los resultados del Chi-cuadrado existe diferencia significativa en el uso adictivo del internet entre estudiantes y profesores.

Tabla 04: Distribución de niveles de adicción a internet en estudiantes y profesores de la carrera de psicología de la UNAN, León, 2016.

Nivel de adicción	Estudiante		Profesor		P
	F	%	F	%	
Sin adicción	32	23.5	14	100.0	
Adicción moderada	62	45.6	0	0.0	0.001*
Adicción grave	42	30.9	0	0.0	

Fuente: Test IAT (Young, 1998)/\*Significativo (Chi cuadrado de Pearson).

### Relación entre el nivel de competencia digital y nivel de uso adictivo a internet

Se ha encontrado que el nivel de competencia que presentan los estudiantes y profesores no se relaciona con el uso adictivo a internet presente en los mismos, tal como se muestra en la siguiente tabla.

Tabla 5: Distribución de la relación entre los niveles de competencia digital y nivel de adicción al internet.

Nivel de competencia general	Nivel de adicción			P
	Sin adicción	Adicción moderada	Adicción grave	
No competente	37	43	31	
Nivel Básico	6	4	4	0.2*
Nivel intermedio	2	13	7	
Nivel avanzado	1	2	0	
Total	46	62	42	

Fuente: Cuestionario de competencias básicas digitales (COBADI 2013) y Test de adicción al internet, IAT (Young, 1998)/\*No significativo (Chi cuadrado de Pearson).

## Discusión

En las características sociodemográficas de los participantes, se encontró que existe mayor frecuencia de edad en los estudiantes entre 18 a 20 años y en los profesores entre 41 a 50 años. Así también, encontramos mayor presencia de participantes del sexo femenino en ambas poblaciones. Además, la mayoría de los participantes son estudiantes activos de primer año de la carrera de psicología. Estos resultados difieren un poco del estudio realizado por San Nicolás, Vargas, & Moreira (2012), sobre las “competencias digitales del profesorado y alumnado en el desarrollo de la docencia virtual”, quienes encontraron un rango superior de 24-25 años en estudiantes y 50-60 años en profesores, siendo todos en su mayoría del sexo masculino.

Con respecto al nivel de competencia digital de cada una de las dimensiones se encontró que la mayoría de los estudiantes y profesores son categorizados como incompetentes en las 4 dimensiones (Tecnológica, información, comunicación y colaboración, convivencia digital), presentándose mayor porcentaje de estudiantes considerados como incompetentes en la dimensión tecnológica y en las dimensiones de información, comunicación-colaboración en los profesores. Estos datos difieren del estudio realizado por San Nicolás, Vargas, & Moreira (2012), los cuales encontraron que los docentes y alumnado dominan la competencia de información. En la competencia de comunicación, tanto el alumnado y el profesorado se consideran competentes en dicha dimensión. Así también, el profesorado y el alumnado, dominan la competencia tecnológica.

Esto implica, que existe una dificultad para el uso de la tecnología, así también, un desconocimiento acerca de la misma. Por lo que, al no haber capacidades y conocimiento necesario para el manejo de las herramientas tecnológicas, eso genera una afectación significativa para el uso de la misma, en cuanto al manejo, la interacción, el establecimiento de plataformas, actualización digital, tanto en lo cotidiano, como para el proceso de enseñanza-aprendizaje (Palfrey, Gasser, Maclay y Beger, 2011).

Con respecto al nivel de competencia digital general, se puede señalar que tanto estudiantes como maestros, presentan un nivel de competencia digital considerado “no competente”. Estos resultados difieren de los obtenidos en el trabajo investigativo realizado por Ambriz (2014), en donde señalan que el nivel de competencia que más predomina en la población es el nivel básico. Esta diferencia se puede explicar, si se considera que en países más desarrollados, existe un mayor acceso y disponibilidad de recursos tecnológicos. A esto se le agrega que la población estudiantil y profesorado de países en desarrollo o desarrollado reciben una preparación formal sobre estos recursos, lo que hace que desarrolle en mayor medida competencias en el uso y manejo tecnológico en comparación al alumnado y profesorado en países pobre como el nuestro. Esto implica, que existe la necesidad de mejorar los sistemas educativos tanto en sus recursos humanos como tecnológicos (Valtonen y Kennedy 2007).

En relación a los niveles de uso adictivo al internet, se encontró que la mayoría de los estudiantes poseen un nivel de adicción moderada al internet. En cambio todos profesores participantes no presentan adicción al internet. Estos resultados muestran similitud con los datos encontrados en el estudio investigativo de Tipantuña (2013), sobre “Adicción a internet y sus consecuencia en estudiantes de la universidad católica de Ecuador”, donde señala que los estudiantes presentan una adicción moderada. Con respecto a los maestros, existe un vacío teórico, por lo que no se presentaron investigaciones para comparar resultados. Podemos explicar los resultados, haciendo énfasis en que los jóvenes, nacen con la tecnología, mientras que los profesores están atravesando por un proceso de adaptación, por lo tanto, la necesidad de uso reiterado en los primeros se hace más evidente. El uso adictivo del internet en los estudiantes jóvenes pueden generar consecuencias como: sedentarismo, aislamiento, interferencia en la actividad cotidiana, alteraciones de sueño, incapacidad de autocontrol, ansiedad entre otros (Young 1998). Siendo necesario que futuras investigaciones se orienten hacia el estudio de dichas consecuencias.

Durante el estudio se encontraron situaciones que dificultaron el proceso investigativo entre los que se destacan el costo de los instrumentos, la disponibilidad de algunos profesores para autorizar el acceso al aula de clase. En algunos casos los participantes presentaron dificultad en la autoaplicación del instrumento, por lo que se necesitó más tiempo del planificado. Otra dificultad son los pocos estudios encontrados sobre esta temática, lo que limitó la discusión de los datos de esta investigación.

En vista a lo antes expuesto se sugiere para futuras investigaciones incrementar la muestra de profesores e incluir a otras instituciones educativas superiores tanto públicas como privadas.

## Conclusiones

Con el presente se obtuvieron las siguientes conclusiones:

En cuanto a los datos sociodemográficos se encontró que la mayoría de los estudiantes presentan una edad entre 18 a 20 años, y en el caso de los profesores la mayoría se encuentra entre 41 a 50 años de edad. Con respecto al sexo, la mayoría de los participantes son del sexo femenino tanto en estudiantes como en profesores. La mayoría de los profesores trabajan de tiempo completo y su experiencia laboral se encuentra entre 11 a 20 años.

En cuanto al nivel de competencia digital de estudiantes y profesores según sus dimensiones, se encontró que tanto estudiantes y profesores se categorizan como incompetentes en las dimensiones tecnológica, comunicación-colaboración, información y convivencia digital. Se destaca que un mayor número de estudiantes se categorizaron como incompetentes en la dimensión tecnológica y los profesores en las de comunicación-colaboración y en la de información.

Respecto al nivel de competencia digital general se encontró que tanto estudiantes como profesores cuentan con un nivel de competencia considerado como “no competente”. No existiendo diferencia estadísticamente significativa entre estudiantes y profesores.

En cuanto al nivel de adicción al internet se observó que los estudiantes presentan un nivel de adicción moderado, a diferencia de los profesores que no presentaron adicción. Existiendo diferencia significativa en el uso adictivo del internet entre estudiantes y profesores.

No se encontró relación entre el nivel de competencia digital y el uso adictivo al internet.

## Recomendaciones

### - **A la Universidad:**

Impartir por parte de la Universidad cursos sobre el manejo de la tecnología a los estudiantes y profesores, para mejorar la productividad y efectividad de los recursos tecnológicos en su propio quehacer.

### - **A la carrera de Psicología**

Realizar solicitudes a las autoridades de la Universidad para que implementen cursos que capaciten a los profesores en el manejo adecuado de las herramientas tecnológicas para la inclusión de la misma en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Realizar campañas que promuevan la regulación de los dispositivos tecnológicos para enseñar a los estudiantes a utilizar de manera adecuada el tiempo que dedican al uso del internet.

### - **A los estudiantes:**

Regular el tiempo de uso de los medios tecnológicos estableciendo un tiempo limitado para el uso del internet y favorecer la realización de otras actividades que no impliquen el uso de dispositivos tecnológicos.

Realizar cursos de actualización tecnológica disponibles en la red de forma gratuita que favorezca el uso y manejo de herramientas tecnológicas.

- **A futuros investigadores**

Realizar investigaciones que incluyan a instituciones educativas privadas y públicas que favorezca la generalización de los resultados obtenidos.

Orientar las investigaciones hacia el estudio de la influencia de variables, entre las que se destacan las características culturales, sociales y económicas, en el nivel de competencia digital que presentan las personas que utilizan los dispositivos tecnológicos.

### Referencias bibliográficas

Ambriz C. (2014). *La competencia digital de los estudiantes. Instituto Politécnico Nacional de Mexico*. Extraído desde:

<http://tesis.ipn.mx/bitstream/handle/123456789/14406/2014%20CLAUDIA%20GUADALUPE%20AMBRIZ%20MU%C3%91OZ.pdf?sequence=1>

Anglada A. (2014). *La generación baidu: Competencia digital de los universitarios chinos. Universidad de Nanji, China*. Extraído desde:

[http://www.sinoele.org/images/Revista/11/Articulos/anglada\\_garcia\\_15-28.pdf](http://www.sinoele.org/images/Revista/11/Articulos/anglada_garcia_15-28.pdf)

Barroso, J., y Llorente, C. (2007) *La alfabetización tecnológica. Tecnología Educativa. Madrid: Mac Graw Hill. p. 92*. Extraído desde:

<http://tecnologiaedu.us.es/cuestionario/bibliovir/jca26.pdf>

Black, E. (1999). *Las cifras de Internet en el Ecuador. Doctortecno*. Extraído desde:

<http://www.doctortecno.com/noticia/las-cifras-de-internet-en-el-ecuador>

Cabello R. (2012). *Aproximación al estudio de competencias tecnológicas. Universidad Nacional de Sarmiento*. Extraído desde:

<http://www.littec.ungs.edu.ar/eventos/ROXANA%20CABELLO.pdf>

Cano, E. (2005) *Cómo mejorar las competencias docentes. Barcelona: Graó*. Extraído desde: <http://www.redalyc.org/pdf/311/31121072008.pdf>

EC (2008) Comisión de las Comunidades Europeas, Recomendación del Parlamento Europeo y del Consejo. *Competencias clave para el aprendizaje permanente*. Diario Oficial de la Unión Europea. Recuperado de:

[http://www.mcu.es/cine/docs/Novedades/Recomendacion\\_Parlamento\\_Europeo\\_Consejo\\_Aprendizaje\\_permanente.pdf](http://www.mcu.es/cine/docs/Novedades/Recomendacion_Parlamento_Europeo_Consejo_Aprendizaje_permanente.pdf)

Echeburúa E. (1999). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. Extraído desde:

<http://www.ehu.es/echeburua/pdfs/Adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales.pdf>

Esteve, F. y Gisbert, M. (2012) *La Competencia Digital de los Estudiantes Universitarios: Definición conceptual y análisis de cinco instrumentos para su evaluación*. TIES. Recuperado de: <http://es.slideshare.net/francescesteve/la-competencia-digital-de-losestudiantes-universitarios-definicion-conceptual-y-analisis-de-cincoinstrumentos-para-su-evaluacion>

Eurydice A, (2002) *Las competencias clave. Un concepto en expansión dentro de la educación general obligatoria*. Madrid: M.E.C.D. p. 3. Extraído desde:

[http://comclave.educarex.es/pluginfile.php/126/mod\\_resource/content/2/Competencias\\_clave\\_Eurydice.pdf](http://comclave.educarex.es/pluginfile.php/126/mod_resource/content/2/Competencias_clave_Eurydice.pdf)

Greenfield D (1999). *La adicción a internet: Problemas asociados*. Extraído desde:

<http://www.psicologosenmadrid.com/la-adiccion-a-internet/>

Griffiths B. (1998). *Adicción a internet: Conceptualización y Mecanismos explicativos*.

Extraído desde:

<http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psiquiatriacom/article/viewFile/542/520>

Goldberg, I. (1997) *Conducta adictiva al internet*. Extraído desde:

<http://www.guias.se/~oscar/adiccion/caos.htm>

Heras J. (2012). *La adicción al internet en los adolescentes en Chile*. Extraído desde:

[https://www.google.com.ni/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwjs\\_vqLp63NAhUmDsAKHScXAnwQFggcMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.udp.cl%2Ffunciones%2FdescargaArchivos.asp%3Fseccion%3Ddocumentos%26id%3D129&usg=AFQjCNEVoEzUgZPuMQaE9gHgsDABWlezhw&sig2=hLMiw\\_QjWMytAOQhZ-xxlA](https://www.google.com.ni/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0ahUKEwjs_vqLp63NAhUmDsAKHScXAnwQFggcMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.udp.cl%2Ffunciones%2FdescargaArchivos.asp%3Fseccion%3Ddocumentos%26id%3D129&usg=AFQjCNEVoEzUgZPuMQaE9gHgsDABWlezhw&sig2=hLMiw_QjWMytAOQhZ-xxlA)

Instituto Politécnico Nacional, (2006) *Reglamento para la operación, administración y uso de la red Institucional de cómputo y telecomunicaciones*. México D.F. IPN.

Extraído desde:

<http://tesis.ipn.mx/bitstream/handle/123456789/14406/2014%20CLAUDIA%20GUADALUPE%20AMBRIZ%20MU%C3%91OZ.pdf?sequence=1>

Kraut V. (1998). *El poder adictivo del internet*. Extraído desde:

<http://fcmfajardo.sld.cu/cev2002/trabajos/fajardo/11mireisy/introduccion.htm>

Lozoya S, Valdés A, Angulo J, García R, y Cuevas O. (2014). *Competencias digitales en docentes de educación secundaria*. Municipio de un Estado del Noroeste de México.

Extraído desde:

<http://www.perspectivaeducacional.cl/index.php/peducacional/article/viewFile/174/>

Marlene K. (2013). *La Adicción a internet y sus consecuencias en adolescentes de la ciudad de quito-Ecuador*. Extraído desde:

<http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/5936>

Ministerio de Educación del Gobierno de Chile (2011) *Matriz de Habilidades TIC para el Aprendizaje*. Santiago de Chile: Enlaces, Centro de Educación y Tecnología.

Extraído de:

[http://www.enlaces.cl/tp\\_enlaces/portales/tpe76eb4809f44/uploadImg/File/PDF/formacion/Matriz%20de%20Habilidades%20TIC%20para%20el%20Aprendizaje\(1\).pdf](http://www.enlaces.cl/tp_enlaces/portales/tpe76eb4809f44/uploadImg/File/PDF/formacion/Matriz%20de%20Habilidades%20TIC%20para%20el%20Aprendizaje(1).pdf)

Oliva D, Hidalgo J, y Moreno A. (2012). *Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia*. Extraído desde:

[http://www.celafin.org/documentos/OlivaDelgado\\_DesarrolloCerebral.pdf](http://www.celafin.org/documentos/OlivaDelgado_DesarrolloCerebral.pdf)

Oblinger M y Oblinger A. (2006). *Nativos e inmigrantes digitales: La generación del siglo*

*XXI*. Extraído desde: <https://net.educause.edu/ir/library/pdf/pub7101.pdf>

Páez, R. y Di Carlo L. (2005) *Estándares de competencia para el pensamiento crítico*.

*E.U.: Fundación para el pensamiento crítico*. Recuperado de:

[http://www.eduteka.org/pdfdir/EstandaresPensamientoCritico\\_ESPAÑOL.pdf](http://www.eduteka.org/pdfdir/EstandaresPensamientoCritico_ESPAÑOL.pdf)

Palfrey, J., Gasser, U., Maclay, C. y Beger U (2011) *Los nativos digitales y las tres barreras que hay que superar*. Centro Berkman para la Internet y la Sociedad, Universidad de Harvard, UNICEF. *Estado Mundial de la Infancia*. Extraído desde:

<http://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/Los-nativos-digitales.pdf>

Peña, A. (2006) *Nativos Digitales; Dieta cognitiva, inteligencia colectiva y arquitectura de la participación*. Buenos Aires, Argentina: Santillana. Extraído desde:

<http://terras.edu.ar/jornadas/62/biblio/62Alfabetiz-Digital.pdf>

Petrie H y Gunn J. (1998). *Medios de comunicación, publicidad y adicciones*. Extraído desde:

[https://books.google.com.ni/books?id=\\_zKb8SIMED0C&pg=PA351&lpg=PA351&dq=Petrie+y+gunn&source=bl&ots=Gu7L4k96XC&sig=8XWMpa87qreaCfU4dxRWQHDxRRs&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwib5dXQl67NAhXI7RQKHWP3CvMQ6AEIITAB#v=onepage&q=Petrie%20y%20gunn&f=false](https://books.google.com.ni/books?id=_zKb8SIMED0C&pg=PA351&lpg=PA351&dq=Petrie+y+gunn&source=bl&ots=Gu7L4k96XC&sig=8XWMpa87qreaCfU4dxRWQHDxRRs&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwib5dXQl67NAhXI7RQKHWP3CvMQ6AEIITAB#v=onepage&q=Petrie%20y%20gunn&f=false)

Pratarelli R. (1999). *Psicología de las adicciones*. Universidad de Oviedo. Extraído desde:

<http://www.unioviedo.es/gca/uploads/pdf/Psicologia%20de%20las%20Adicciones,%20vol.1,%202012.pdf>

Prensky M. (2014). *Nativos e inmigrantes tecnológicos*. Institución educativa SEK, España.

Extraído desde: [http://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20\(SEK\).pdf](http://www.marcprensky.com/writing/Prensky-NATIVOS%20E%20INMIGRANTES%20DIGITALES%20(SEK).pdf)

Quintana J. (2013). *Competencias en tecnologías de la información del profesorado de educación infantil y primaria*. Universidad de Barcelona. Extraído desde:

<http://www.ub.edu/ntae/jquintana/articles/competicformprof.pdf>

San Nicolás M, Vargas E, Moreira M. (2012). *Competencias digitales del profesorado Y alumnado en el desarrollo de La docencia virtual*. Extraído desde:

<file:///D:/PC/Descargas/Dialnet->

[CompetenciasDigitalesDelProfesoradoYAlumnadoEnElDe-4378777%20\(1\).pdf](#)

Shapira, N y Goldsmith, T. (2000). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety*, 17(4), 207–16. doi:10.1002/da.10094.

Extraído desde: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12820176>

Suler J. (1996). *Información psicológica sobre la adicción al internet*. Extraído desde:

<http://www.psicologos.eu/wp-content/uploads/2009/06/adiccioni.net.htm>

Tsitsika A, Tzavela E, y Mavromati F. (2013). *Investigación sobre conductas adictivas a internet entre los adolescentes europeos*. Extraído desde:

[http://www.centrointernetsegura.es/descargas/estudio\\_conductas\\_internet.pdf](http://www.centrointernetsegura.es/descargas/estudio_conductas_internet.pdf)

Tunning (2013) Declaration of Prague. "Towards an Information Literate Society". Prague,

Czech Republic, 20-23. Recuperado de: <http://portal.unesco.org/ci/en/ev.php->

[URL\\_ID=19636&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/ci/en/ev.php-URL_ID=19636&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)

Valtonen H y Kennedy F. (2007). *La tecnología en el proceso de enseñanza aprendizaje*.

*México: Trillas*. Extraído desde:

[http://bibliotecadigital.conevyt.org.mx/concurso/tematica\\_e/0132.pdf](http://bibliotecadigital.conevyt.org.mx/concurso/tematica_e/0132.pdf)

Vasco P. (2012) *Inteligencia Colectiva, por una antropología del ciberespacio*.

*Washington, D.C.: Organización Panamericana de Salud*. Recuperado de:

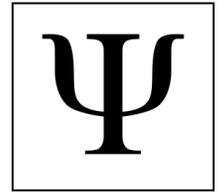
<http://inteligencia colectiva.bvsalud.org>

Vivancos, J. (2008) *Tratamiento de la información y competencia digital*. Madrid: Alianza.

Extraído desde: <http://www.redalyc.org/pdf/2010/201021400019.pdf>

Young K y Roberts J. (1998) *Cunado es más que un juego: Adicción a internet*. Extraído desde: <http://www.ers-eap.com/2FC0F6/assets/files/News/ERSPress%20Spanish%20Vol%2018-1.pdf>

**ANEXOS**



### Anexo 1. Consentimiento informado

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, León

Fecha: \_\_\_\_\_

Yo \_\_\_\_\_ acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por: Scarleth Santana Vidaurre y Harlington Jirón Aguilar, estudiantes de 5to año de la carrera de Psicología de la UNAN, León.

He sido informado (a) de que la meta de este estudio es explorar el nivel de competencia digital y de uso adictivo del internet en estudiantes y maestros de la carrera de Psicología de la UNAN-León. De igual manera me han indicado que tendré que responder preguntas realizadas mediante cuestionarios auto aplicados con la mayor sinceridad posible, para mantener la fidelidad de las respuestas dadas.

Reconozco que la información que yo provee en el transcurso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento.

He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre la investigación en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto provoque perjuicio alguno para mi persona.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido.

\_\_\_\_\_  
Firma del participante

\_\_\_\_\_  
Firma del investigador

\_\_\_\_\_  
Firma de la investigadora

## Anexo 2. Encuesta

### Datos generales

Edad:

Sexo:

Año de la carrera:

Experiencia laboral:

Tipo de contratación:

**Anexo 3. Test de competencias básicas digitales (COBADI, 2013)**

**Datos sobre el acceso y consumo de Tecnología**

1. Dispones de una computadora o laptop para tus actividades de aprendizaje \*

Sí No

2. Qué plataforma utilizas para trabajar en la computadora \*

*Marca solo un óvalo.*

Linux

Unix

Windows

Mac

3. Dispones de conexión a Internet \*

Sí No

4. Lugar donde te conectas habitualmente a internet \*

*Selecciona todos los que correspondan.*

Escuela

Trabajo

Casa

Cibercafé

En cualquier sitio porque dispongo de internet móvil

5. ¿Cuánto tiempo dedicas a navegar en Internet? \*

*Marca solo un óvalo.*

Entre 1 y 3 horas a la semana

Entre 4 y 9 horas a la semana

Más de 9 horas a la semana

6. ¿Qué tema ves y/o buscas por Internet con más frecuencia? \*

*Marca solo un óvalo.*

Educación

Culturales

Entretenimiento

Deportivos

Otros

**Evaluación de las dimensiones de las competencias digitales básicas: Tecnológica, convivencia digital, comunicación y colaboración, información.**

<b>Las opciones de respuesta para cada frase son:</b>					
1- Lo desconozco	Lo desconozco	No podría realizar	Sí, con ayuda	Sí, siempre	Sí, y lo explicaré
2- No podría realizarlo					
3- Sí, pero con ayuda					
4- Sí siempre.					
5- Sí, y lo sabría explicar.					
<b>Tecnológica</b>					
1-Conecto computadoras, impresoras, auriculares con cable, Infrarrojo, wifi o bluetooth, entre otros.	1	2	3	4	5
2-Diferencio si una computadora es mejor que otra según sus características.	1	2	3	4	5
3-Configuro los elementos básicos de la computadora (pantalla, teclado, ratón, o sonido, entre otros).	1	2	3	4	5
4- Guardo información en un CD, DVD, disco duro o tarjeta de memoria.	1	2	3	4	5
5- Tengo instalado y utilizo un antivirus en mi computadora.	1	2	3	4	5
6- Organizo archivos y carpetas según mis intereses.	1	2	3	4	5
7- Hago copias de seguridad de mis archivos y carpetas.	1	2	3	4	5
8- Instalo y desinstalo programas.	1	2	3	4	5
9- Instalo una impresora, cámara web, un teclado o ratón o	1	2	3	4	5

cualquier otro dispositivo a la computadora.					
10- Consulto las ayudas instaladas, los manuales o foros especializados para intentar resolver problemas de software, hardware o Internet.	1	2	3	4	5
11- Sé cómo utilizar las principales funciones de un procesador de datos, una hoja de cálculo y una presentación.	1	2	3	4	5
12- Creo, guardo e Imprimo un documento en cualquier programa de office.	1	2	3	4	5
13- Realizo cálculos con fórmulas en una hoja electrónica como Excel, a partir de un conjunto de datos trazo gráficos en una hoja de cálculo o procesador de datos.	1	2	3	4	5
14- Sé cómo consultar bases de datos especializadas para el área de psicología.	1	2	3	4	5
15- Introduzco datos en una base de datos a partir de un formulario.	1	2	3	4	5
16- Sé usar programas para editar videos o películas (Media Player, Winamp, Real Player, Quick Time o VLC).	1	2	3	4	5
17- Manejo software on-line “la nube” y herramientas 2.0 (google docs, Live@edu, web 2.0).	1	2	3	4	5

<b>Las opciones de respuesta para cada frase son:</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>1- Lo desconozco</li> <li>2- No podría realizarlo</li> <li>3- Sí, pero con ayuda</li> <li>4- Sí siempre.</li> <li>5- Sí, y lo sabría explicar.</li> </ul>	Lo desconozco	No podría realizar	Sí, con ayuda	Sí, siempre	Sí, y lo explicaría
<b>Convivencia digital</b>					
18- Al navegar en la red considero los peligros de dar a conocer información, subir vídeos o fotografías de mi vida privada.	1	2	3	4	5
19- Evito usar el celular, tableta electrónica u otra tecnología para grabar peleas, robos u otros hechos violento.	1	2	3	4	5
20- Actúo con prudencia cuando recibo mensajes o llamadas	1	2	3	4	5

por Internet de personas que desconozco.					
21- Identifico páginas web o mensajes de correo con los que me podrían estafar.	1	2	3	4	5
22- Tengo en cuenta qué puede pasar cuando descargo música, películas o software sin licencia.	1	2	3	4	5
23- Sé cuándo un contenido es legal o ilegal.	1	2	3	4	5
24- Respeto y hago uso adecuado de la propiedad intelectual y licencias de los trabajos de internet (copyright, copyleft, creative o commons).	1	2	3	4	5
25- Hago referencia a las fuentes consultadas en Internet cuando elaboro un trabajo o investigación.	1	2	3	4	5
26- Sé bajar e instalar un software de libre acceso en Internet..	1	2	3	4	5
27- Identifico e ingreso a bibliotecas digitales, servicios educativos adicionales o cualquier otro material cultural o de ocio.	1	2	3	4	5
28- Conozco y participo en páginas web o aplicaciones de ocio educativo.	1	2	3	4	5
29- Sé cómo realizar operaciones bancarias o compras a través de internet.	1	2	3	4	5
30- Puedo encontrar en la red las instancias responsables de algún servicio y realizarlo; por ejemplo levantar una denuncia.	1	2	3	4	5

<b>Las opciones de respuesta para cada frase son:</b>	Lo desconozco	No podría realizar	Sí, con ayuda	Sí, siempre	Sí, y lo explicaría
1- Lo desconozco 2- No podría realizarlo 3- Sí, pero con ayuda 4- Sí siempre. 5- Sí, y lo sabría explicar.					
<b>Comunicación y colaboración</b>					
31- Me puedo comunicar con otras personas mediante correo otras personas mediante correo electrónico, chat, videoconferencia o redes sociales.	1	2	3	4	5

32- Soy capaz de participar de modo apropiado (expresando mis opiniones de manera respetuosa) en foros.	1	2	3	4	5
33- Sé usar los marcadores sociales, etiquetado, “social bookmarking” (del.icio.us, blinklist).	1	2	3	4	5
34- Consulto al profesor/a por algún canal de comunicación en red.	1	2	3	4	5
35- Soy capaz de desenvolverme en redes de ámbito profesional (linked in, xing).	1	2	3	4	5
36- Trabajo con documentos en la red (google drive, skydrive).	1	2	3	4	5
37- Sé diseñar, crear y modificar Blogs.	1	2	3	4	5
38- Añado una imagen, una canción o un video a un blog.	1	2	3	4	5
39- Se utilizar las wikis.	1	2	3	4	5
40- Me considero competente para diseñar, crear o modificar una wiki (wikispace, nirewiki, PbWorks, etc).	1	2	3	4	5
41- Hago videoconferencias a través del teléfono móvil o computadora u otro dispositivo.	1	2	3	4	5
42- Uso el sistema de sindicación (RSS).	1	2	3	4	5
43- Soy capaz de utilizar plataformas educativas, (WebCt, campus on line, intranet, Moodle, Dokeos, etc).	1	2	3	4	5
44- Participo en videojuegos educativos on line y en juegos de simulación de proyectos de comunidades virtuales (3D, Second life).	1	2	3	4	5
45- Uso la plataforma educativa E-Libro de la UNAN-León.	1	2	3	4	5
46- Sí utilizo la plataforma E-Libro, identifico y organizo las herramientas de trabajo (tareas, foros, glosarios).	1	2	3	4	5
47- Empleo las redes sociales, blogs o wikis para comunicar información, ideas o investigaciones propias a compañeros, profesores o expertos, entro otros.	1	2	3	4	5
48- Hago uso de ficheros compartidos en la nube para proyectos del aula (drop box, por ejemplo).	1	2	3	4	5

<p><b>Las opciones de respuesta para cada frase son:</b></p> <p>1- Lo desconozco                      2- No podría realizarlo                      3- Sí, pero con ayuda                      4- Sí siempre.                      5- Sí, y lo sabría explicar.</p>	Lo desconozco	No podría realizar	Sí, con ayuda	Sí, siempre	Sí, y lo explicaría
<b>Información</b>					
49- Establezco objetivos antes de buscar información en internet.	1	2	3	4	5
50- Pienso en que sitios buscaré antes de empezar a buscar información en internet.	1	2	3	4	5
51- Consulto bibliotecas digitales, enciclopedias virtuales o materiales educativos a través de internet.	1	2	3	4	5
52- Me siento capacitado para trabajar algún programa de cartografía digital para buscar lugares (google maps, google earth, vpike, tagzania, etc.).	1	2	3	4	5
53- Me siento capaz de utilizar el Postcasting y videocasts (flicks, odeo, youtube, etc.).	1	2	3	4	5
54- Puedo navegar por Internet con diferentes navegadores (Mozilla, Opera, Explorer, etc.).	1	2	3	4	5
55- Soy capaz de usar distintos buscadores (google, ixquick, mashpedia, etc.).	1	2	3	4	5
56- Uso las opciones de búsqueda avanzada de los buscadores.	1	2	3	4	5
57- Utilizo operadores como estrategia de búsqueda de información (+ and, or, - not).	1	2	3	4	5
58- Me siento competente para trabajar con herramientas de software social que me ayudan a analizar y/o navegar por contenidos incluidos en los blogs (wordle, Tagxedo).	1	2	3	4	5
59- Utilizo los códigos QR para consultar o difundir información.	1	2	3	4	5
60- Sigo pautas, normas o reglas para saber si la información que encuentro es falsa o verdadera.	1	2	3	4	5
61- Utilizo las posibilidades de guardar marcadores y favoritos para agregar, organizar y acceder a vínculos.	1	2	3	4	5

62- Puedo combinar e integrar información que busco en internet para elaborar un trabajo propio.	1	2	3	4	5
63- Utilizo software para elaborar mapas conceptuales para integrar y sintetizar información.	1	2	3	4	5
64- Puedo utilizar programas para difundir presentaciones interactivas en red (prezi, slideShare, scribd, etc.).	1	2	3	4	5
65- Puedo transformar un contenido de texto a un nuevo.	1	2	3	4	5
66- Diseño productos de propia creación utilizando herramientas digitales (por ejemplo videos, música, textos, representaciones o imágenes).	1	2	3	4	5

**Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) como apoyo al proceso de enseñanza.**

Por favor indica si tus profesores de la Universidad, hacen uso de las TIC

1. Tus profesores incorporan alguna herramienta tecnológica como apoyo a sus clases \*

*Marca solo un óvalo.*

SI            NO

2. ¿Cuáles son las herramientas tecnológicas que incorporan tus profesores como apoyo a sus clases? \*

Si tus profesores incorporan alguna herramienta digital; por favor indica cuáles herramientas emplean.

**Anexo 4. Test de adicción al internet**

ADICCION AL INTENET (independientemente del medio utilizado: ordenador, móvil, etc)

<b>Las opciones de respuesta para cada frase son:</b>  6- Nunca o rara vez 7- A veces 8- Con frecuencia. 9- Muy a menudo. 10- Siempre.	Nunca o rara vez.	A veces.	Con frecuencia.	Muy a menudo.	Siempre.
1- Con qué frecuencia estás conectado a internet más tiempo del que te habías propuesto.	1	2	3	4	5
2-Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado.	1	2	3	4	5
3-Con qué frecuencia preferirías estar conectado a internet, a estar en intimidad con tu pareja.	1	2	3	4	5
4- Con qué frecuencia estableces nuevas relaciones con personas que utilizan internet.	1	2	3	4	5
5-Con qué frecuencia los que comparten tu vida se quejan del tiempo que te pasas conectado a internet.	1	2	3	4	5
6-Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estás conectado.	1	2	3	4	5
7-Con qué frecuencia compruebas tu e-mail o entras en Facebook o twitter, etc. Antes de hacer otras cosas que tienes que hacer.	1	2	3	4	5
8-Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de internet.	1	2	3	4	5
9-Con qué frecuencia contestas de forma defensiva o mantienes en secreto las actividades que realizas en internet.	1	2	3	4	5
10-Con qué frecuencia internet te ayuda a evadirte, a bloquear pensamientos sobre tu vida que te intranquilicen.	1	2	3	4	5
11-Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuándo vas a volver a estar conectado, qué vas a hacer la próxima vez que te conectes, etc.	1	2	3	4	5

12- Con qué frecuencia te planteas que la vida sin internet sería aburrida, vacía, y sin alegrías.	1	2	3	4	5
13- Con qué frecuencia contestas, gritas o actúas de forma inadecuada si alguien te interrumpe mientras estas usando internet	1	2	3	4	5
14- Con que frecuencias pierdes horas de sueños por estar conectado.	1	2	3	4	5
15- Con que frecuencias piensas en internet cuando no estas conectado o fantaseas con estar conectado.	1	2	3	4	5
16- Con qué frecuencia te dices a ti mismo “solo unos minutos más” cuando estas conectado.	1	2	3	4	5
17- Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido.	1	2	3	4	5
18- Con qué frecuencia intentas ocultar el tiempo que has estado conectado.	1	2	3	4	5
19- Con qué frecuencia eliges pasar más tiempo conectado que salir con los amigos.	1	2	3	4	5
20- Con que frecuencias te sientes deprimido, nervioso o tenso cuando no esté conectado o esos sentimientos desaparecen cuando te conectas.	1	2	3	4	5