



Diputación de Palencia



Universidad de Valladolid

Escuela de Enfermería de Palencia  
"Dr. Dacio Crespo"

**GRADO EN ENFERMERÍA**  
Curso académico (2017–18)

**Trabajo Fin de Grado**

**"Prevalencia de signos y síntomas de  
adicción a Internet entre los adolescentes"**

Estudio descriptivo

Alumna: Laura Garrachón Arcos

Tutor/a: D<sup>a</sup>. Noema Estébanez Villar

Mayo, 2018

## ÍNDICE

---

✚ Resumen y palabras clave.....	2
✚ Introducción.....	4
• Concepto de Internet y su problemática actual.....	4
• Evolución del diagnóstico de “Adicción a Internet”.....	5
• Signos y síntomas de adicción a Internet.....	6
• Grupos de riesgo.....	7
• Enfermería y posibles soluciones al problema.....	9
• Justificación.....	10
✚ Objetivos.....	11
✚ Material y métodos.....	12
• Diseño del estudio.....	12
• Población.....	12
• Búsqueda bibliográfica.....	12
• Instrumento de recogida de datos.....	12
• Recogida de datos y característica de la muestra.....	13
• Análisis de los datos obtenidos.....	13
✚ Resultados.....	15
✚ Discusión.....	24
• Conclusiones.....	27
✚ Bibliografía.....	29
✚ Anexos.....	36
• Anexo 1.....	36
• Anexo 2.....	37
• Anexo 3.....	38
• Anexo 4.....	40

## RESUMEN

---

La adicción a Internet es un problema en aumento que atenta contra la salud de la persona, siendo los adolescentes los más afectados. Por ello, se busca hallar la prevalencia de signos y síntomas de adicción a Internet entre los adolescentes, teniendo en cuenta las variables de edad, sexo y nivel socioeconómico, y pudiendo así deducir posibles factores de riesgo o de protección. Se analiza el posible papel de la enfermera en la solución a este problema.

Se realiza una encuesta de 15 preguntas, basada en los test de adicción a Internet de Young, Goldberg, Echeburúa y Griffiths, junto a la información obtenida a partir del marco teórico. Dicha encuesta es cumplimentada de forma anónima, por 137 jóvenes (59,09% mujeres y 48,91% hombres) de entre 11 y 19 años del Instituto de Educación Secundaria Antonio Tovar de Valladolid, aleatoriamente seleccionados.

Se obtiene relación entre la mayor edad y el mayor uso diario de Internet, aumentando también la prevalencia de los síntomas. El sexo femenino tiene gran correlación con la mayor prevalencia del sentimiento de inutilidad, odio hacia sí mismo y/o culpa (70% de las mujeres). El nivel socioeconómico no indica diferencias significativas.

Los síntomas de ansiedad, pérdida de control del uso de Internet, insomnio, cansancio e irritabilidad obtienen altos porcentajes de prevalencia, destacando su correlación con el número de horas diarias de uso de Internet. El 20,44% de los adolescentes considera que podría tener dependencia de Internet. El 71,53% de los encuestados acudiría a los profesionales de Enfermería en busca de ayuda en caso de padecer problemas relacionados con el excesivo uso de Internet.

En conclusión, la alta prevalencia de síntomas precisa de actuación, pudiendo ser desarrollada mediante los métodos oportunos por Enfermería debido a su formación y cercanía a la población.

## PALABRAS CLAVE

Adicción a Internet, prevalencia, síntomas, adolescentes, enfermería.

## ABSTRACT

---

Internet's addiction is an increasing problem that affects the personal health, teenagers being the most affected. That's why the aim is to find the prevalence of signs and symptoms of Internet addiction between teenagers, considering the variables of age, sex and socioeconomic level, and being able to deduce possible factors of risk or of protection. The possible function of the nurse in the solution to this problem is analyzed.

A survey formed by 15 questions is carried out, based on Young, Goldberg, Echeburúa and Griffiths tests of Internet addiction and the information obtained from the theoretical frame. The survey is completed anonymously, by 137 teenagers (59,09 % women and 48,91 % men) between 11 and 19 years old of the Institute of Secondary Education Antonio Tovar of Valladolid, randomly selected.

Relation is obtained between the major age and the major daily use of Internet, increasing also the prevalence of the symptoms. The feminine sex has great correlation with the major prevalence of uselessness, self-loathing and/or blame (70 % of the women). The socioeconomic level does not indicate significant differences.

The symptoms of anxiety, loss of control of the Internet use, insomnia, weariness and irritability obtain high percentages of prevalence, emphasizing his correlation with the number of daily hours of Internet use. 20, 44 % of the teenagers thinks that it might have Internet dependence. 71, 53 % of the polled ones would go to the nursing in search of help in case of suffering problems related to the excessive use of Internet. In conclusion, the high prevalence of symptoms requires action, and can be developed by the appropriate methods by nursing, due to their training and closeness to the population.

## KEY WORDS

Internet addiction, prevalence, symptoms, teenagers, nursery.

## INTRODUCCIÓN

---

Tradicionalmente, el concepto de **adicción** se solía asociar al consumo continuado de sustancias, es decir, a las drogas. Por el contrario, actualmente, este concepto se ha ampliado al incluir otro tipo de adicciones producidas por hábitos de conducta aparentemente inofensivos que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas. Se denominan adicciones psicológicas, a pesar de producir síntomas y signos tanto psíquicos como fisiológicos<sup>1</sup>.

En especial, una de las adicciones psicológicas que más rápidamente está aumentando, tanto en gravedad como en cantidad de personas afectadas, es la adicción a Internet y a las redes sociales<sup>1</sup>.

En este caso, es importante diferenciar bien el término de adicción, ya que el uso de Internet es universal, y no por ello todos los usuarios la padecen. Según Alonso, F. en “Las otras drogas”, *“Para hablar de adicción tienen que concurrir dos factores básicos: la pérdida de control y la dependencia, es decir, la necesidad subjetiva de realizar forzosamente la conducta y la supeditación de la vida cotidiana al mantenimiento del hábito”*<sup>2</sup>.

### CONCEPTO DE INTERNET Y SU PROBLEMÁTICA ACTUAL

Se entiende por **Internet**, una *“Red informática mundial, descentralizada, formada por la conexión directa entre computadoras mediante un protocolo especial de comunicación”*<sup>3</sup>. Tiene múltiples funciones, destacando entre ellas las redes sociales, *“Plataformas digitales de comunicación global que ponen en contacto a gran número de usuarios”*<sup>4</sup>.

Internet tiene muchas facilidades y ventajas para el día a día de la población (búsqueda de información, comunicación, aplicaciones para ocio y trabajo, contenidos visuales, etc.), aunque debido a las evidentes consecuencias negativas relacionadas con su uso, varios autores han llegado a proponer la existencia de un desorden de adicción a Internet<sup>1, 5, 6</sup>.

Uno de los primeros estudios que trataron esta adicción fue el realizado por Kuss, D.J. et al. *“Online social networking and addiction”*<sup>7</sup>, desde el cual, al observar el aumento

vertiginoso del uso de internet año tras año, la comunidad científica se ha involucrado más, dando lugar a numerosos estudios sobre el tema.

Esta necesidad de permanecer en línea puede producir un aumento del uso de Internet de forma compulsiva, lo cual puede desencadenar una serie de síntomas y consecuencias tradicionalmente asociados al consumo de drogas o sustancias adictivas.

## **EVOLUCIÓN DEL DIAGNÓSTICO DE “ADICCIÓN A INTERNET”**

A la hora de llevar a cabo un **diagnóstico** de este problema, debido a su reciente aparición no existe consenso aún, aunque ha habido varios autores que crearon sus propios criterios de diagnóstico como por ejemplo, Goldberg (1995)<sup>8</sup>, que propuso un conjunto de criterios basados en los criterios diagnósticos del abuso de sustancias:

- *“Graves cambios en los hábitos en busca de más tiempo para conectarse.*
- *Disminución generalizada de la actividad física.*
- *Descuido de la salud propia debido a la actividad en Internet.*
- *Evitación de actividades importantes por estar más tiempo conectado.*
- *Privación o cambio en los patrones de sueño a fin de disponer de más tiempo en la Red.*
- *Disminución de la sociabilidad.*
- *Negligencia respecto a la familia y amigos.*
- *Rechazo a dedicar tiempo extra en actividades fuera de la Red.*
- *Deseo de más tiempo para estar frente al ordenador.*
- *Negligencia respecto al trabajo y las obligaciones personales.”*

Se fueron sumando más autores como Young (1996)<sup>6</sup>, que propuso un test de 20 ítems (ver anexo 1) para la detección de la adicción a Internet, quien más tarde realizó una versión simplificada de 8 ítems (ver anexo 2) adaptando los criterios para el juego patológico; y Echeburúa, autor que defendía que *“cualquier conducta normal placentera, puede convertirse en comportamiento adictivo”*<sup>9</sup>, elaborando más tarde un test de adicción a Internet compuesto por 9 ítems de respuesta SI/NO, basándose en el propuesto por Young<sup>10</sup>.

Por otro lado Griffiths (1998)<sup>11</sup>, indicó que *“cualquier conducta que cumpla los 6 siguientes criterios diagnósticos puede considerarse adictiva:*

- 1) *Saliencia: la actividad se convierte en la más importante en la vida del individuo, dominando sus pensamientos, sentimientos y conducta.*
- 2) *Modificación del humor al desarrollar la conducta en cuestión.*
- 3) *Tolerancia.*
- 4) *Síndrome de abstinencia.*
- 5) *Conflicto interpersonal y/o intrapsíquico.*
- 6) *Recaída: tendencia a restaurar los patrones más extremos de la adicción tras muchos años de control (y/o abstinencia)."*

Por otra parte, se produjo la discusión de si este tipo de adicciones se deberían de tratar como una categoría, incluyéndose en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales o "*Diagnostic and Statistical Manual*" (DSM) o en la Clasificación Internacional de las Enfermedades (CIE); o tratarse como un síntoma más entre los de la patología de la persona<sup>12</sup>. Se propuso entonces en el DSM-5 (APA, 2013) una nueva categoría denominada "Trastornos adictivos y relacionados a sustancias", incluyendo: "Trastornos relacionados a sustancias" y "Trastornos no relacionados a sustancias". Este último solo incluye el "*Gambling Disorder*" (Trastorno por Juego de Apuestas), por lo que la Adicción a Internet, a pesar de su crecimiento acelerado entre la población, no ha sido aceptada aún<sup>13</sup>.

## **SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ADICCIÓN A INTERNET**

Aunque no existe un diagnóstico específico, se considera que una persona es adicta a Internet cuando presenta un deterioro del control de su consumo, manifestándolo en un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos<sup>14</sup>. Se incluyen el deseo irresistible, focalización atencional y la modificación del estado de ánimo (placer o alivio al conectarse, agitación o irritabilidad en caso de ser interrumpidos o no poder conectarse, tensión, y pérdida de control e impotencia)<sup>10, 15</sup>. Se produce también la privación o reducción del sueño debido a la incapacidad del adicto a cortar la conexión, permaneciendo despierto durante horas, lo que puede desembocar en cansancio y deterioro de la salud personal al verse afectado el sistema inmunitario<sup>16, 17</sup>. También se ha establecido relación entre el alto uso de Internet y el incremento en los niveles de depresión<sup>17</sup>.

Para el adicto, parece que nada es posible sin Internet y todo gira en torno a este. Aparece preocupación por Internet cuando no se está conectado y un impulso irresistible de realizar la conducta. A la vez, disminuyen las formas de diversión, las relaciones sociales y la actividad física<sup>15</sup>.

Como ocurre en las adicciones químicas, las personas adictas a una determinada conducta experimentan un síndrome de abstinencia cuando no pueden llevarla a cabo, caracterizado por la aparición de un estado de ánimo disfórico, insomnio o privación del sueño, irritabilidad, inquietud, ansiedad y depresión. Con el tiempo, aparece también la tolerancia, es decir, necesidad de aumentar el tiempo de conexión a Internet para satisfacerse, siendo este cada vez mayor y por lo tanto, repercutiendo en el día a día de la persona<sup>18</sup>.

Cabe destacar, que los signos y síntomas característicos del abuso de Internet no siempre han sido producidos totalmente por este hecho, sino que la persona podría padecerlos alguno de estos síntomas (depresión, ansiedad, etc.) previamente, y para afrontar las dificultades emocionales y sociales, ha utilizado Internet. En este aspecto, el uso de Internet puede suponer una gran ayuda a la persona para superar sus problemas, aunque en caso de pérdida de control se podría producir una futura adicción a Internet que con el tiempo empeoraría aún más los síntomas ya existentes<sup>19</sup>.

La principal gravedad de este tipo de trastornos recae en que muy pocas personas son conscientes de padecer adicción, a pesar de presentar síntomas o signos que lo manifiesten y muchas veces ésta es difícil de identificar incluso para los propios profesionales, ya que a menudo estas patologías tienden a agruparse, como: la ansiedad, fobias, depresión, trastornos de la alimentación, adicción al alcohol y drogas o los trastornos de la personalidad<sup>20</sup>.

## **GRUPOS DE RIESGO**

Respecto al uso de Internet hay diferencias en cuanto a género y edad. En Europa en 2017, un 82,9% de los hombres y un 76,3% de las mujeres de toda la población eran usuarios de Internet. En cuanto a la edad, mientras el 79,6% de la población total eran usuarios, entre la población joven, de 15 a 24 años, la cifra ascendía al 97,5%<sup>21</sup>. El



Instituto Nacional de Estadística corrobora los datos mencionados en su “Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los hogares 2017”<sup>22</sup>.

A partir de los datos mencionados se puede observar que, por lo tanto, los **adolescentes**, considerados como aquellos con edades comprendidas entre los 10 y los 19 años<sup>23</sup>, son un grupo de riesgo a la hora de padecer este tipo de adicción debido a los numerosos servicios que aporta Internet, destacando la comunicación desde el anonimato y con posibilidad de juego de identidades, la rapidez que ofrece y la satisfacción de la búsqueda de nuevas sensaciones, libertad y desinhibición de los adolescentes<sup>24, 25</sup>. Además de esto, su anatomía supone un riesgo aumentado, ya que su corteza prefrontal se encuentra aún inmadura y su autocontrol no ha alcanzado el nivel adulto<sup>26</sup>. El riesgo se ve aún más aumentado ante la presencia de problemas psiquiátricos previos, siendo estos jóvenes en concreto aquellos que necesitan más vigilancia para evitar un uso excesivo que pueda desembocar en adicción o problemas relacionados con el uso de Internet<sup>19, 27</sup>.

Los problemas que podría desencadenar un adolescente al padecer adicción a Internet son descritos por numerosos estudios, por ejemplo, el realizado en 2002 por Viñas, F. et al. “Internet y psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología”<sup>28</sup> donde reflejaban que estos jóvenes tendrían más posibilidades de padecer depresión, ansiedad y trastornos del sueño. García del Castillo, J. et al. en 2008, en su publicación “Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios”<sup>29</sup> observaron un aumento de los pensamientos negativos en estas personas, y Beranuy, M. et al. en “Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence” en 2009, destacaron la prevalencia del malestar psicológico<sup>30</sup>.

En relación al mayor riesgo de los jóvenes, la Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Políticas Sociales y Familia, ha comenzado a desarrollar un servicio para la prevención e intervención de adicciones a las nuevas tecnologías, que atenderá a jóvenes de entre 12 y 17 años que realicen un uso "inadecuado, abusivo o dependiente" de las nuevas tecnologías, Internet entre ellas. Este proyecto también está en desarrollo en Estados Unidos y Japón<sup>31</sup>.

Los **padres**, a menudo, potencian el mayor riesgo de la juventud descrito anteriormente, al considerar que sus hijos están más seguros con el móvil u ordenador en casa que en la calle<sup>32</sup>.

Muchos padres además, simplemente no son conscientes o no saben lo que sus hijos están haciendo en Internet y qué riesgos puede conllevar su uso<sup>27</sup>. Esta teoría se observa fácilmente en el estudio llevado a cabo en 2009 por la Fundación Pfizer, “La juventud y las Redes Sociales en Internet”<sup>33</sup>, en el cual los padres encuestados afirmaban tener más control sobre las actividades de sus hijos en Internet de lo que estos mismos afirmaban. Así, el 38% de los padres afirmaba supervisarlas siempre o casi siempre, mientras tan solo lo veía así el 18,2% de los hijos. Además, uno de cada tres jóvenes afirmaba que este control parental no se realizaba nunca (34,3%), frente al 21,7% de los padres que afirmaba no realizarlo.

La relación familiar tiene un importante papel en este problema, ya que se ha observado que cuantos más conflictos y dificultades familiares existen en el hogar, más probabilidad se da de que el adolescente pase de un uso saludable de las nuevas tecnologías a una adicción<sup>34</sup>.

## **ENFERMERÍA Y POSIBLES SOLUCIONES AL PROBLEMA**

El grave problema de este tipo de adicción es que a diferencia de otras, el objetivo del tratamiento no puede ser la abstinencia total del uso de Internet en sí, ya que es un elemento integral de la cultura, el ámbito profesional y el ocio de la actualidad.

Por lo tanto, el objetivo de la terapia es el uso controlado de Internet y sus funciones respectivas, en particular de las redes sociales al ser estas las más utilizadas y que mayor dependencia generan por su componente social. Se llevaría a cabo entonces la prevención de recaídas. Según distintos estudios, si una persona se mantiene alejada de la adicción durante un período prolongado (1 o 2 años), la probabilidad de recaída disminuye considerablemente<sup>10, 35</sup>.

Además de tratar el problema ya existente, es importante intentar que no se produzca. Para ello una forma efectiva de reducir la prevalencia de este problema en la sociedad sería la detección precoz de aquellos casos con mayor riesgo. A pesar de su reciente aparición, ya existen numerosos test o pruebas que permiten determinar quién padece este problema o quién está en riesgo de desarrollarlo, como por ejemplo, las propuestas de Goldberg (1995)<sup>8</sup> o de Young (1996)<sup>6</sup> (anexos 1 y 2) ya nombrados

anteriormente, siendo esta última la más utilizada. A pesar de tener estas herramientas, el uso de ambos en distintos estudios con igual población ha dejado ver la falta de concordancia y necesidad de consenso para definir un diagnóstico<sup>36</sup>.

## JUSTIFICACIÓN

Los criterios de selección de este tema están determinados por dos intereses: En primer lugar, un interés personal por adquirir y ampliar los conocimientos relacionados con el tema en cuestión; y en segundo lugar, un interés profesional al ofrecer una visión de este problema desde la perspectiva enfermera, teniendo en cuenta los objetivos en la Atención Primaria de la Salud de **Enfermería**.

En la detección, tratamiento y prevención de este tipo de adicción la enfermera podría ser fundamental, debido a que conoce a la población y es capaz de tratar y asociar los síntomas que padece el individuo y de deducir una adicción más allá de los síntomas aislados que exprese el sujeto, gracias a su formación<sup>37</sup>.

Debido a que, normalmente, suele conocer a sus pacientes y su trayectoria, le es más fácil detectar cambios y exponer a los pacientes el problema que padecen y que estos, al tener cierta confianza con la enfermera, estén más dispuestos a solucionarlo. A partir de entonces, podría valorar su evolución a lo largo del tiempo junto al médico o derivarlo a un psicólogo, trabajando siempre de forma interdisciplinar para conseguir un resultado lo más óptimo posible.

Es importante también, la acción de enfermería en la prevención y educación, siendo esta última una de las funciones que están más en desarrollo en este oficio actualmente. Basándose en los factores de riesgo a la hora de padecer esta adicción, es capaz de ofrecer la información precisa a los pacientes ya sea en el centro de salud o en cualquier otro ámbito de trabajo<sup>37</sup>.

Al contextualizar el estudio en el colectivo adolescente, grupo de mayor riesgo, podría ser positivo realizar Educación para la Salud en colegios, institutos y universidades exponiendo el problema y su prevalencia, qué síntomas y consecuencias genera, dónde acudir para solucionarlo, etc.

## OBJETIVOS

---

El objetivo **general** de este estudio, por lo tanto, es obtener datos sobre el uso de Internet y la prevalencia de los distintos signos y síntomas que exponen una posible adicción entre los adolescentes, grupo de mayor riesgo.

Como objetivos **específicos** se busca:

- Exponer el importante papel que podría realizar la Enfermería para detectar, tratar, prevenir y educar sobre este problema.
- Exponer los posibles factores de riesgo y factores de protección que pueda presentar esta parte de la población a través de los resultados obtenidos.
- Mostrar la necesidad de consenso en cuanto a medios de detección de la adicción a Internet, para aumentar así su fiabilidad y eficiencia.

## MATERIAL Y MÉTODOS

---

### **Diseño del estudio**

La investigación se llevó a cabo mediante la realización de un estudio de carácter cuantitativo, descriptivo y transversal en el mes de abril de 2018.

### **Población**

La población a estudio comprende a los adolescentes de entre 11 y 19 años del Instituto de Educación Secundaria Antonio Tovar de Valladolid.

### **Búsqueda bibliográfica**

Se recopiló información sobre la adicción a Internet en estudios, revisiones o metaanálisis publicados en distintas bases de datos como Pubmed, Scielo, Cochrane Plus o Google Académico. La búsqueda se llevó a cabo mediante las siguientes palabras clave: Adicción a Internet, prevalencia, síntomas, adolescentes y enfermería. A partir de esta información, se sintetizó lo más relevante para el presente estudio, aportando así un marco teórico.

### **Instrumento de recogida de datos**

La encuesta (ver anexo 3) mediante la que se obtuvieron los datos estadísticos de prevalencia de estos signos y síntomas, se realizó a partir de la información del marco teórico obtenido, revisando estudios relacionados y seleccionando aquellos síntomas más graves o más frecuentes, y con una base formada por los test ya existentes para detectar la adicción a Internet de Goldberg<sup>8</sup>, Young<sup>6</sup> (ver anexos 1 y 2), Echeburúa<sup>10</sup> y Griffiths<sup>11</sup>. La encuesta final está formada por 15 preguntas cerradas, a excepción de las preguntas 2, 3, 4 y 5 sobre la edad, número de automóviles en el domicilio, número de trabajadores en el domicilio y número de horas de uso de Internet diarias, respectivamente. Se realizó en formato físico, y se estructura de la siguiente manera: las 4 primeras preguntas tratan las variables de sexo, edad y nivel socioeconómico; la pregunta 5 trata el nivel de uso de Internet diario; de la pregunta 6 a la 13 se pregunta acerca de la prevalencia y frecuencia de los síntomas de adicción a internet; y las 2 últimas cuestionan al participante acerca de la posible dependencia que pueda padecer y la posibilidad de recibir ayuda de la Enfermería.

Se contactó entonces con la Dirección del Instituto de Educación Secundaria Antonio Tovar de la provincia de Valladolid, para solicitar una entrevista en la que se explicó el proyecto, sus objetivos, los instrumentos de evaluación, y en la que se solicitó permiso y colaboración para llevarlo a cabo (ver anexo 4).

### **Recogida de datos y características de la muestra**

Se llevó a cabo una encuesta piloto compuesta por 20 participantes aleatorios, tras la cual, al obtener unos resultados adecuados y no tener incidencias, se prosiguió a seleccionar una muestra aleatoria de 137 adolescentes (siendo representativa, con un margen de error del 5% y un nivel de confianza del 95%), tanto chicos como chicas, de edades comprendidas entre los 11 y 19 años que estuvieran dispuestos a participar en el estudio de forma anónima. El entorno escogido para realizar la encuesta fue en la propia clase, medio en el que se sentían cómodos y que resultaba ser un espacio común a todos los cursos, a lo largo de una mañana durante 10 minutos. Previamente se disponía de 5 minutos para explicar el procedimiento, recalando que las preguntas iban dirigidas al uso de Internet en el ámbito de ocio, excluyendo el uso laboral o escolar; y para resolver las posibles dudas del alumnado.

Se excluyeron aquellos estudiantes que no cumplieran los criterios de inclusión mencionados anteriormente y se eliminaron los cuestionarios en los que omitieron contestar a alguna de las preguntas.

Todos los datos obtenidos fueron tratados de forma confidencial.

### **Análisis de los datos obtenidos**

Una vez obtenidos los datos, se procedió a su análisis. Para ello se usó el programa informático PSPP, en el cual se registraron las respuestas de cada encuesta y mediante el cual se obtuvieron los resultados.

Al analizar los datos, se subdividió la muestra total según los intervalos de edad presentes en la encuesta, el sexo y el nivel socioeconómico, pudiendo así valorar la prevalencia total de signos o síntomas de adicción a Internet y su posible relación con las distintas variables mencionadas.

Con cada variable o síntoma se llevó a cabo un análisis descriptivo a partir del cual se valoró la posible correlación entre ellos a partir de las medias y coeficiente de correlación de Pearson.

Finalmente se contrastaron los resultados obtenidos en el presente estudio con los ya existentes, teniendo en cuenta las similitudes y diferencias obtenidas.

## RESULTADOS

La población estudiada está formada un grupo de adolescentes de **edades** comprendidas entre los 11 y los 19 años, con una media de edad de 14,81, moda de 12 y mediana de 15 (Tabla 1). Predomina el **sexo** femenino entre los encuestados (51,09%) (Tabla 2).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
	11	16	11.68	11.68	11.68
	12	21	15.33	15.33	27.01
	13	10	7.30	7.30	34.31
	14	13	9.49	9.49	43.80
	15	16	11.68	11.68	55.47
	16	18	13.14	13.14	68.61
	17	20	14.60	14.60	83.21
	18	16	11.68	11.68	94.89
	19	7	5.11	5.11	100.00
	<i>Total</i>	137	100.0	100.0	

Tabla 1 *Edad.*

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Varón	1	67	48.91	48.91	48.91
Mujer	2	70	51.09	51.09	100.00
	<i>Total</i>	137	100.0	100.0	

Tabla 2. *Sexo.*

Respecto al **nivel socioeconómico**, predomina una media de 1,86 automóviles en el domicilio (Tabla 3) y 1,87 trabajadores actuales que habiten en el domicilio (Tabla 4), con una moda de 2 en ambos casos. No se aprecian diferencias significativas respecto a los distintos niveles socioeconómicos y la presencia mayor o menor de los distintos síntomas encuestados.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
	.0	3	2.19	2.19	2.19
	1.0	42	30.66	30.66	32.85
	2.0	63	45.99	45.99	78.83
	3.0	29	21.17	21.17	100.00
	<i>Total</i>	137	100.0	100.0	

Tabla 3. *Automóviles en el domicilio.*

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
	.0	3	2.19	2.19	2.19
	1.0	28	20.44	20.44	22.63
	2.0	91	66.42	66.42	89.05
	3.0	14	10.22	10.22	99.27
	4.0	1	.73	.73	100.00
	<i>Total</i>	137	100.0	100.0	

Tabla 4. *Trabajadores actuales en el domicilio.*



En cuanto al **tiempo** diario de uso de Internet, excluyendo el tiempo dedicado a fines laborales o escolares, predomina un 43,8% de los adolescentes que usan Internet de 3 a 4 horas diarias, frente a un 35,77% que lo usan de 1 a 2 horas diarias y un 20,44% de 5 a 6 horas diarias. Se obtiene una media de 3,17 y una moda y mediana de 3. No se encuentran diferencias significativas en el tiempo de uso de Internet entre el sexo femenino y masculino (Tabla 5).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
	1.0	15	10.95	10.95	10.95
	2.0	34	24.82	24.82	35.77
	3.0	40	29.20	29.20	64.96
	4.0	20	14.60	14.60	79.56
	5.0	17	12.41	12.41	91.97
	6.0	11	8.03	8.03	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 5. Horas diarias de uso de Internet.

En cuanto a la pérdida de **control** del tiempo de uso de Internet, predomina un 47,45% de los encuestados que pierde el control de 1 a 2 veces por semana, seguido de un 25,55% de los adolescentes que lo pierden de 3 a 4 veces por semana (Tabla 6).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	21	15.33	15.33	15.33
1-2 veces por semana	2.0	65	47.45	47.45	62.77
3-4 veces por semana	3.0	35	25.55	25.55	88.32
5 o más veces por semana	4.0	16	11.68	11.68	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 6. Frecuencia semanal de pérdida de control del uso de Internet.

Del total de los participantes, un 52,55% sufre **insomnio** al no ser capaz de cortar la conexión a Internet de 1 a 2 veces a la semana (Tabla 7).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	30	21.90	21.90	21.90
1-2 veces por semana	2.0	72	52.55	52.55	74.45
3-4 veces por semana	3.0	27	19.71	19.71	94.16
5 o más veces por semana	4.0	8	5.84	5.84	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 7. Frecuencia semanal de insomnio.

Un 40,88% del total refiere estar **cansado** entre 1 y 2 días a la semana, y un 36,5% de 3 a 4 días a la semana (Tabla 8).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	16	11.68	11.68	11.68
1-2 veces por semana	2.0	56	40.88	40.88	52.55
3-4 veces por semana	3.0	50	36.50	36.50	89.05
5 o más veces por semana	4.0	15	10.95	10.95	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 8. *Frecuencia semanal de cansancio.*

Respecto a la **preferencia** de permanecer conectado a Internet en vez de salir o pasar tiempo con sus amigos/familia/pareja, el 73,72% expone que nunca le ocurre (Tabla 9).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	101	73.72	73.72	73.72
1-2 veces por semana	2.0	34	24.82	24.82	98.54
5 o más veces por semana	4.0	2	1.46	1.46	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 9. *Frecuencia semanal de preferencia de estar conectado a Internet en vez de pasar tiempo con amigos/familia/pareja.*

El 69,34% de los adolescentes refieren no sufrir síntomas de **ansiedad** relacionada con el uso de Internet nunca, aunque un 23,36% refieren padecer dichos síntomas de 1 a 2 veces por semana (Tabla 10).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	95	69.34	69.34	69.34
1-2 veces por semana	2.0	32	23.36	23.36	92.70
3-4 veces por semana	3.0	7	5.11	5.11	97.81
5 o más veces por semana	4.0	3	2.19	2.19	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 10. *Frecuencia semanal de síntomas de ansiedad.*

Del total de la muestra, el 55,47% nunca se siente **irritable o angustiado** por no poder usar Internet. El 34,31% lo padece de 1 a 2 veces a la semana (Tabla 11).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	76	55.47	55.47	55.47
1-2 veces por semana	2.0	47	34.31	34.31	89.78
3-4 veces por semana	3.0	13	9.49	9.49	99.27
5 o más veces por semana	4.0	1	.73	.73	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 11. *Frecuencia semanal de irritabilidad o angustia.*

En cuanto a la **pérdida de placer** en actividades que solían hacerles felices, la mayoría de los adolescentes, un 62,77%, nunca lo experimenta, y un 29,93% lo siente de 1 a 2 veces por semana (Tabla 12).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	86	62.77	62.77	62.77
1-2 veces por semana	2.0	41	29.93	29.93	92.70
3-4 veces por semana	3.0	7	5.11	5.11	97.81
5 o más veces por semana	4.0	3	2.19	2.19	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 12. *Frecuencia semanal de pérdida de placer en otras actividades.*

Ante la presencia de sentimientos de **inutilidad, odio a sí mismos o culpa** relacionados con el uso de Internet, el 40,15% refiere no tenerlos nunca, aunque el 35,77% lo sienten de 1 a 2 veces por semana y el 21,9% de 3 a 4 veces por semana (Tabla 13).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1.0	55	40.15	40.15	40.15
1-2 veces por semana	2.0	49	35.77	35.77	75.91
3-4 veces por semana	3.0	30	21.90	21.90	97.81
5 o más veces por semana	4.0	3	2.19	2.19	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 13. *Frecuencia semanal de sentimientos de inutilidad, odio hacia sí mismo o culpa.*

El 20,44% de los adolescentes encuestados considera que podría padecer **dependencia** respecto al uso de Internet (Tabla 14).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Sí	1.0	28	20.44	20.44	20.44
No	2.0	109	79.56	79.56	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 14. *Dependencia.*

Acerca de la posibilidad de acudir a la **Enfermería** en busca de ayuda en caso de padecer algún problema relacionado con el uso excesivo de Internet, el 71,53% contestaron que sí acudirían, siendo un 28,47% aquellos que no (Tabla 15).

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Sí	1.0	98	71.53	71.53	71.53
No	2.0	39	28.47	28.47	100.00
<i>Total</i>		137	100.0	100.0	

Tabla 15. *Ayuda de enfermería.*

Se observa una relación directamente proporcional entre la edad y las horas de uso diario de Internet, siendo los más mayores, de 19 años, aquellos que mayor número de horas diarias usan dicha plataforma con una media de 4,14 horas, frente a los más pequeños, de 11 años, con 2,31 horas de media (Tabla 16; figura 1).

	<i>Edad</i>	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>HorasdiariasInternet</i>	<i>11</i>	2.31	16.00	.95
	<i>12</i>	2.38	21.00	1.07
	<i>13</i>	2.90	10.00	1.37
	<i>14</i>	2.31	13.00	.95
	<i>15</i>	3.50	16.00	1.37
	<i>16</i>	3.17	18.00	1.50
	<i>17</i>	4.30	20.00	1.22
	<i>18</i>	3.75	16.00	1.44
	<i>19</i>	4.14	7.00	1.46

**Informe**

	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>HorasdiariasInternet</i>	3.17	137.00	1.43

Tabla 16. *Correlación edad-horas diarias de uso de Internet.*

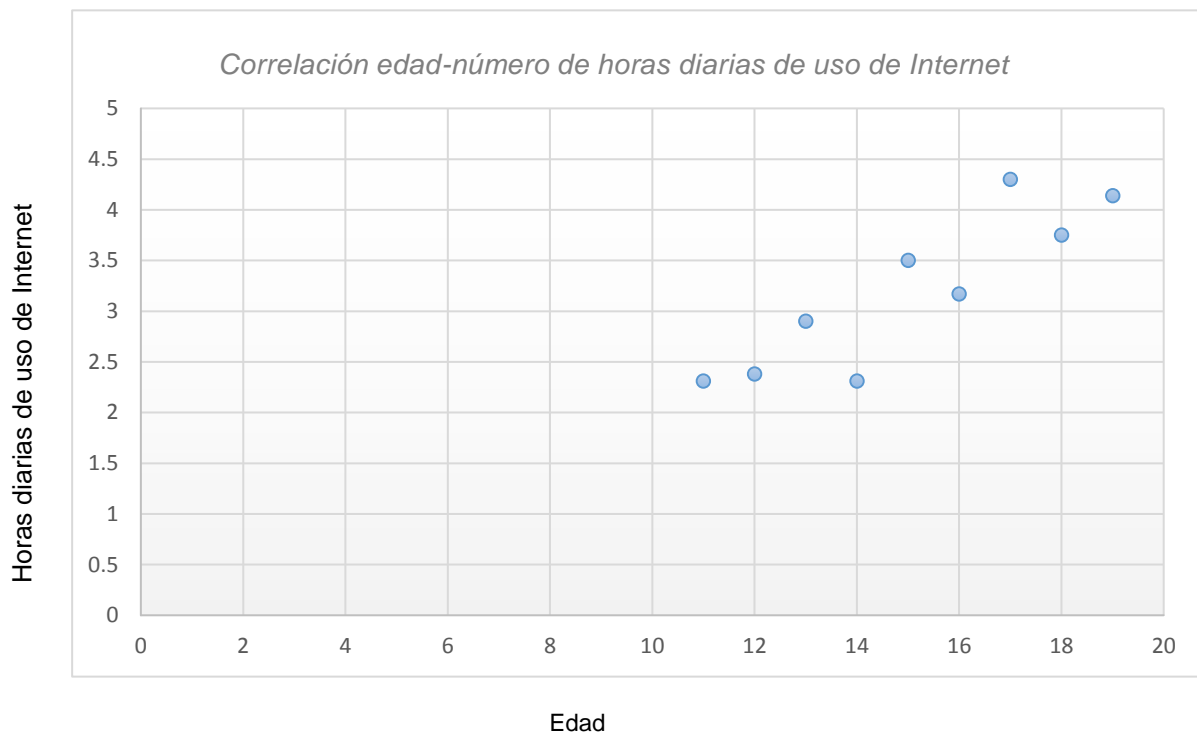


Figura 1. *Correlación edad-número de horas diarias de uso de Internet*

Respecto al sentimiento de inutilidad, odio hacia sí mismos o culpa, destaca que el 30% de las mujeres refieren sufrir dichos sentimientos de 3 a 4 veces a la semana frente al 13,43% de los hombres. El 50,75% de los hombres nunca experimenta dichos sentimientos frente al 30% de las mujeres que no lo hacen (Tabla 17; figura 2).

<i>Inutilidad</i>	<i>Sexo</i>		Total
	Varón	Mujer	
Nunca	34.00	21.00	55.00
	61.82%	38.18%	100.00%
	50.75%	30.00%	40.15%
	24.82%	15.33%	40.15%
1-2 veces por semana	23.00	26.00	49.00
	46.94%	53.06%	100.00%
	34.33%	37.14%	35.77%
	16.79%	18.98%	35.77%
3-4 veces por semana	9.00	21.00	30.00
	30.00%	70.00%	100.00%
	13.43%	30.00%	21.90%
	6.57%	15.33%	21.90%
5 o más veces por semana	1.00	2.00	3.00
	33.33%	66.67%	100.00%
	1.49%	2.86%	2.19%
	.73%	1.46%	2.19%
Total	67.00	70.00	137.00
	48.91%	51.09%	100.00%
	100.00%	100.00%	100.00%
	48.91%	51.09%	100.00%

Pruebas Chi-cuadrado.

<i>Estadístico</i>	<i>Valor</i>	<i>df</i>	<i>Sig. Asint. (2-colas)</i>
Chi-cuadrado de Pearson	8.33	3	.040
Razón de Semejanza	8.50	3	.037
N de casos válidos	137		

Tabla 17. *Correlación sexo-inutilidad.*

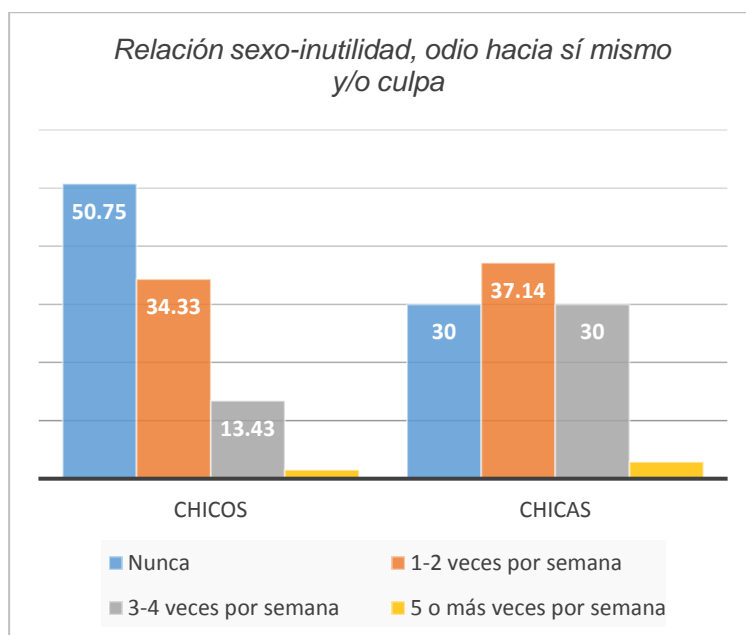


Figura 2. *Relación sexo-inutilidad, odio hacia sí mismo y/o culpa.*

Se observa relación entre la pérdida de control del uso de Internet y las horas diarias dedicadas al uso de Internet. Los adolescentes que refieren no perder el control nunca, usan Internet 1,95 horas de media, mientras que según disminuye el control, aumenta el número de horas gradualmente. Aquellos alumnos que pierden el control 5 o más días a la semana usan Internet una media de 4,81 horas.

También se aprecia relación entre la pérdida de control y el insomnio, al no ser capaz la persona de cortar la conexión; y el cansancio a lo largo del día. Se observa cómo cuanto menor es el control, mayor es el cansancio y la reducción de horas de sueño por el uso de Internet.

Cuanto mayor es la pérdida de control del uso de Internet, más aumentan de forma gradual la ansiedad, irritabilidad y sentimiento de inutilidad en la persona (Tabla 18).

	<i>Control</i>	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>HorasdiariasInternet</i>	<i>Nunca</i>	1.95	21.00	1.20
	<i>1-2 veces por semana</i>	2.78	65.00	1.04
	<i>3-4 veces por semana</i>	3.86	35.00	1.33
	<i>5 o más veces por semana</i>	4.81	16.00	1.11
<i>Insomnio</i>	<i>Nunca</i>	1.90	21.00	.70
	<i>1-2 veces por semana</i>	1.88	65.00	.65
	<i>3-4 veces por semana</i>	2.29	35.00	.83
	<i>5 o más veces por semana</i>	2.81	16.00	.98
<i>Cansancio</i>	<i>Nunca</i>	1.86	21.00	.73
	<i>1-2 veces por semana</i>	2.42	65.00	.81
	<i>3-4 veces por semana</i>	2.60	35.00	.69
	<i>5 o más veces por semana</i>	3.19	16.00	.83
<i>Ansiedad</i>	<i>Nunca</i>	1.05	21.00	.22
	<i>1-2 veces por semana</i>	1.29	65.00	.61
	<i>3-4 veces por semana</i>	1.49	35.00	.61
	<i>5 o más veces por semana</i>	2.12	16.00	1.02
<i>Irritabilidad</i>	<i>Nunca</i>	1.24	21.00	.54
	<i>1-2 veces por semana</i>	1.51	65.00	.66
	<i>3-4 veces por semana</i>	1.69	35.00	.72
	<i>5 o más veces por semana</i>	1.87	16.00	.81
<i>Inutilidad</i>	<i>Nunca</i>	1.43	21.00	.75
	<i>1-2 veces por semana</i>	1.86	65.00	.79
	<i>3-4 veces por semana</i>	1.94	35.00	.80
	<i>5 o más veces por semana</i>	2.25	16.00	1.00

	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>HorasdiariasInternet</i>	3.17	137.00	1.43
<i>Insomnio</i>	2.09	137.00	.80
<i>Cansancio</i>	2.47	137.00	.84
<i>Ansiedad</i>	1.40	137.00	.69
<i>Irritabilidad</i>	1.55	137.00	.70
<i>Inutilidad</i>	1.86	137.00	.83

Tabla 18. Correlación control-horas diarias de uso de Internet, insomnio, cansancio, ansiedad, irritabilidad, inutilidad.

El insomnio mencionado anteriormente tiene una relación directamente proporcional con la ansiedad, teniendo mayores niveles de ansiedad aquellos adolescentes que padecen más insomnio (Tabla 19).

	<i>Insomnio</i>	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>Ansiedad</i>	<i>Nunca</i>	1.30	30.00	.47
	<i>1-2 veces por semana</i>	1.32	72.00	.65
	<i>3-4 veces por semana</i>	1.48	27.00	.75
	<i>5 o más veces por semana</i>	2.25	8.00	1.04

1= Nunca  
 2= 1-2 veces por semana  
 3= 3-4 veces por semana  
 4= 5 o más veces por semana

Informe

	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>Ansiedad</i>	1.40	137.00	.69

Tabla 19. *Correlación insomnio-ansiedad.*

A partir de los resultados se observa que podría haber correlación entre el número de horas de uso diario de Internet, la pérdida de control, el insomnio, el cansancio, la ansiedad y la irritabilidad (Tabla 20).

Correlaciones

		<i>Insomnio</i>	<i>Ansiedad</i>	<i>HorasdiariasInternet</i>	<i>Control</i>	<i>Cansancio</i>	<i>Irritabilidad</i>
<i>Insomnio</i>	<i>Correlación de Pearson</i>	1.00	.25	.38	.35	.31	.05
	<i>Sign. (2-colas)</i>		.003	.000	.000	.000	.563
	<i>N</i>	137	137	137	137	137	137
<i>Ansiedad</i>	<i>Correlación de Pearson</i>	.25	1.00	.36	.41	.35	.24
	<i>Sign. (2-colas)</i>	.003		.000	.000	.000	.005
	<i>N</i>	137	137	137	137	137	137
<i>HorasdiariasInternet</i>	<i>Correlación de Pearson</i>	.38	.36	1.00	.60	.46	.25
	<i>Sign. (2-colas)</i>	.000	.000		.000	.000	.003
	<i>N</i>	137	137	137	137	137	137
<i>Control</i>	<i>Correlación de Pearson</i>	.35	.41	.60	1.00	.40	.26
	<i>Sign. (2-colas)</i>	.000	.000	.000		.000	.002
	<i>N</i>	137	137	137	137	137	137
<i>Cansancio</i>	<i>Correlación de Pearson</i>	.31	.35	.46	.40	1.00	.21
	<i>Sign. (2-colas)</i>	.000	.000	.000	.000		.015
	<i>N</i>	137	137	137	137	137	137
<i>Irritabilidad</i>	<i>Correlación de Pearson</i>	.05	.24	.25	.26	.21	1.00
	<i>Sign. (2-colas)</i>	.563	.005	.003	.002	.015	
	<i>N</i>	137	137	137	137	137	137

Tabla 20. *Correlación de Pearson de horas diarias de uso de internet-control-insomnio-cansancio-ansiedad-irritabilidad.*

Por último, respecto a la búsqueda de ayuda de los profesionales de enfermería por parte de los adolescentes, se aprecia una mayor disposición cuanto mayor es la edad de la persona (Tabla 21; figura 3).

	<i>Edad</i>	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>Enfermería</i>	11	1.44	16.00	.51
1= Sí	12	1.48	21.00	.51
2= No	13	1.40	10.00	.52
	14	1.23	13.00	.44
	15	1.31	16.00	.48
	16	1.17	18.00	.38
	17	1.20	20.00	.41
	18	1.13	16.00	.34
	19	1.14	7.00	.38

Informe

	<i>Media</i>	<i>N</i>	<i>Desviación Estándar</i>
<i>Enfermería</i>	1.28	137.00	.45

Tabla 21. *Correlación edad-ayuda enfermería.*

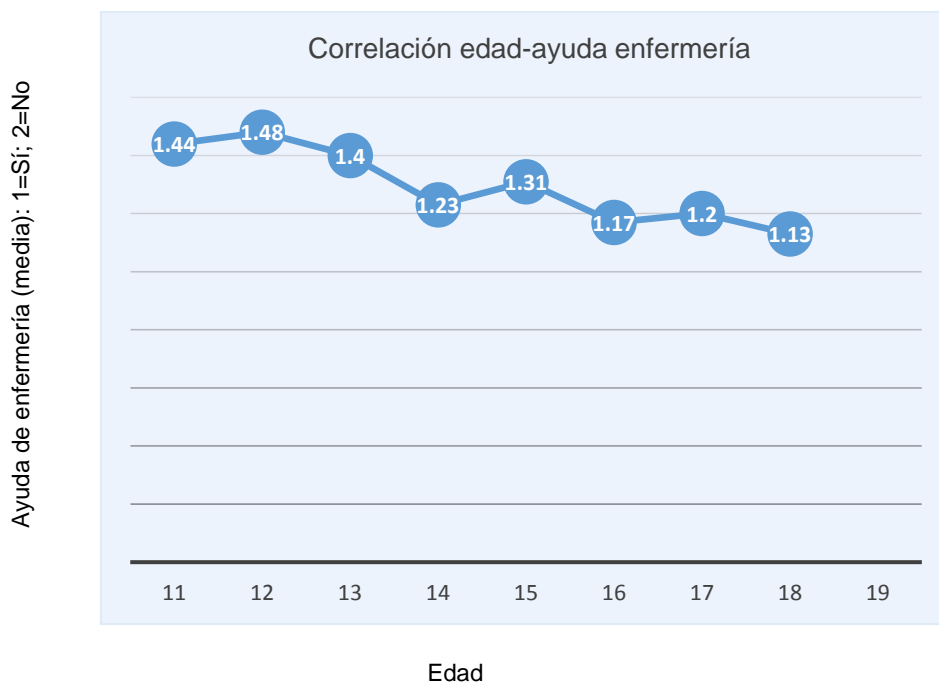


Figura 3. *Correlación edad-ayuda de enfermería.*



## DISCUSIÓN

---

Analizando los resultados obtenidos, se observa que la prevalencia de signos o síntomas característicos de la adicción a Internet entre los adolescentes de 11 a 19 años sí existe, en mayor o menor medida dependiendo de las distintas variables y síntomas. Se cumple así el objetivo general del estudio.

El **uso de Internet**, para motivos no laborables o escolares entre los adolescentes es elevado, ya que se obtiene una media de 3,17 horas diarias de uso de Internet. Comparándolo con estudios anteriores como el publicado por Sánchez, M. et al. "Usos de internet y factores asociados en adolescentes de la Comunidad de Madrid" en 2010<sup>38</sup>, en el cual el tiempo medio de uso de Internet obtenido fue de 2 horas diarias, se aprecia un aumento del uso de Internet desde entonces.

En ese mismo estudio se reflejaba la intensidad en relación al número de horas de uso de Internet, siendo el 5,3% de los encuestados los que hacían un uso muy alto de Internet; el 16,7% un uso alto; el 34% un uso medio; el 37,1% un uso bajo, y el 6,9% no lo usaba.

Por lo tanto, analizando los resultados obtenidos en el presente estudio y agrupándolos según los criterios seguidos en el mismo, el 20,44% del total de adolescentes haría un uso muy alto, el 14,60% un uso alto, el 54,02% un uso medio y el 10,95% un uso bajo, siendo un 0% aquellos que no usan Internet. Por lo tanto, los adolescentes que tienen un uso muy alto de Internet han aumentado en este estudio, al igual que los que tienen un uso medio, disminuyendo aquellos con un uso bajo y no habiendo ningún adolescente que refiera no usar Internet.

En cuanto a la relación obtenida entre el tiempo de uso diario de Internet y la edad, se observa una relación directamente proporcional, siendo los adolescentes más mayores los que pasan más horas en la plataforma. Por el contrario, las diferencias en el tiempo de uso de Internet en cuanto al sexo no son significativas en el presente estudio, no siendo así en el estudio realizado por la Fundación Pfizer en 2009, "La juventud y las Redes Sociales en Internet"<sup>33</sup>, en el que obtenían un mayor uso por parte de los chicos.

En el estudio realizado por Oliva, A. et al. en 2007<sup>26</sup> obtenían que el 12,10% del total de los jóvenes con nivel socioeconómico bajo tenían un uso nulo de Internet, mientras que en aquellos con el nivel socioeconómico más alto el porcentaje disminuía al 2,46%. En el presente estudio no se han encontrado diferencias significativas respecto al nivel socioeconómico en relación al uso de Internet o a los distintos síntomas.

Respecto a los síntomas, destacan los altos porcentajes de prevalencia de la pérdida de control del uso Internet, insomnio, cansancio e inutilidad entre los encuestados.

La pérdida de **control** del uso de Internet durante la semana, es por lo tanto, uno de los síntomas más destacados en el estudio, padeciéndolo el 84,68% del total de encuestados, y siendo el 47,45% del total, aquellos a los que les ocurre de 1 a 2 veces por semana. Esta cifra se ve aumentada en comparación al estudio publicado en 2005 por Astonitas, L. M. "Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios"<sup>14</sup>, en el que afirmaban perder el control al "pasar más tiempo del originalmente planeado para la conexión" el 68.2% de los jóvenes encuestados.

Del total de los adolescentes, el 78,1% expresa padecer **insomnio** en algún momento debido a no ser capaz de cortar la conexión a Internet, siendo el 52,55% del total, aquellos a los que les ocurre de 1 a 2 veces a la semana. En el estudio publicado por la Fundación Pfizer<sup>33</sup>, mencionado anteriormente, obtenían que un 69% del total de jóvenes entre 11 y 20 años retrasaba la hora de dormir habitualmente al no poder cortar la conexión. Dicho estudio se publicó en septiembre de 2009, 9 años antes que el presente estudio, por lo que se aprecia un importante incremento en el total de adolescentes que expresan padecer este problema, pudiendo ser que con el paso de los años, este problema vaya aumentando.

Además, analizando los resultados se puede obtener una correlación importante entre el insomnio y el **cansancio**, al igual que en el estudio realizado por Fernández, T. et al. "Uso problemático de Internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género" en 2015<sup>39</sup>.

La prevalencia de síntomas de **inutilidad**, odio hacia sí mismo y/o culpa relacionados con el uso de Internet afecta al 59,85% de los encuestados, siendo el 35,77% aquellos

que lo sienten de 1 a 2 veces por semana y el 21,9% de 3 a 4 veces por semana. Se observa también correlación directamente proporcional entre el número de horas de uso de Internet diario y la prevalencia de este problema, al igual que en el estudio publicado por Viñas, F. et al. en 2002, "Internet y psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología"<sup>28</sup>.

En el presente estudio además, se ha podido observar una relación entre el sexo y los sentimientos de inutilidad, odio hacia sí mismo y/o culpa relacionados con el uso de Internet, siendo las mujeres las que más sufren estos síntomas, a pesar de no haber diferencias significativas en el tiempo de uso diario de Internet entre hombres y mujeres.

Un 30,66% del total de encuestados refiere presentar síntomas de **ansiedad** relacionados con la conexión a Internet en algún momento durante la semana (siendo un 23,36% del total aquellos que sufren este problema de 1 a 2 veces por semana), frente al 69,34% que nunca los padece. Se obtiene correlación entre el número de horas diarias de uso de Internet y la ansiedad, siendo aquellos con un mayor uso de la plataforma los que padecen en mayor medida este problema, coincidiendo en este aspecto con el estudio de Viñas, F. et al. mencionado anteriormente, "Internet y psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología"<sup>28</sup>.

En el estudio llevado a cabo por Tenorio, M., "Adicción a Internet en estudiantes de la Facultad de Enfermería"<sup>40</sup>, publicado en abril del año 2013, el 44% de los jóvenes encuestados tenía **preferencia** al uso del Internet en lugar de salir y convivir con otras personas. Este aspecto se ve reducido en el presente estudio, siendo solo el 26,28% del total de adolescentes aquellos que tienen estas preferencias en algún momento de la semana, asemejándose más estos resultados a los obtenidos en el estudio ya mencionado de Astonitas L. M. "Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios"<sup>14</sup>, en el que el 30.3% de los adolescentes referían tener preferencias por la conexión en vez de estar con personas cercanas.

La pérdida de placer en actividades que solían hacerles felices es experimentada por el 62,77% de los encuestados en el presente estudio en algún momento.

En el estudio de Tenorio, M., “Adicción a Internet en estudiantes de la Facultad de Enfermería”<sup>40</sup> también se obtuvo que el 42% de los jóvenes afirmaban sentirse, en ciertos momentos, **irritables** o desarrollar un comportamiento desagradable al usar Internet o ser interrumpidos durante su uso, coincidiendo con el 44,53% del total de los adolescentes encuestados en este estudio, que afirman que les ocurre lo mismo.

A pesar de la alta prevalencia de los distintos síntomas relacionados con la adicción a Internet, solo el 20,44% de los encuestados considera que podría padecer cierta **dependencia** a su uso.

Por último, ante la posibilidad de padecer algún problema relacionado con el excesivo uso de Internet, el 71,53% de los adolescentes encuestados reflejaron que sí que acudirían a la **enfermería** en busca de ayuda. Sin embargo, se observa cómo los más jóvenes son aquellos que más contestaron que “no” a la cuestión. Esto podría deberse al grado de madurez, el nivel de información sobre las adicciones y sus peligros, miedo, etc.

En el presente estudio se aprecian limitaciones en cuanto al tamaño de la muestra, al ser generalizable solo a los adolescentes del ámbito del Instituto de Educación Secundaria Antonio Tovar. Respecto al tiempo de realización del estudio, al recoger los datos en un momento específico se limita la posibilidad de observar la posible relación causa-efecto.

## **CONCLUSIONES**

Por lo tanto, mediante este estudio se demuestra la prevalencia y aumento de síntomas que indican una posible adicción a Internet, destacando la correlación establecida entre la pérdida de control de su uso, la ansiedad, el insomnio, el cansancio y la irritabilidad en relación al tiempo de uso de internet diario.

Respecto a las distintas variables de edad, sexo y nivel socioeconómico, este último no ha indicado diferencias significativas. La mayor edad se ha relacionado con el aumento del número de horas de uso de Internet y por consiguiente, con numerosos síntomas correlacionados. La importancia del sexo reside sobretodo en su relación

con el sentimiento de inutilidad, odio hacia sí mismo y/o culpa respecto al uso de Internet, al ser las mujeres las más afectadas.

Se pueden deducir así los posibles factores de riesgo, como serían pertenecer a edades entre 15 y 19 años, ser mujer (en relación a la prevalencia del sentimiento de culpa, inutilidad u odio hacia sí mismo), un uso mayor a 3 horas diarias de Internet o padecer algún síntoma de ansiedad, insomnio, cansancio, pérdida de control de uso de Internet o irritabilidad.

La mayor parte de los adolescentes afirman que acudirían a los profesionales de Enfermería en caso de padecer algún problema relacionado con el uso excesivo de Internet, por lo que esta, gracias a sus conocimientos y cercanía a la comunidad, podría suponer una gran ayuda en el ámbito de la sanidad, ya sea en el tratamiento, en la detección a partir del conocimiento de los síntomas y métodos oportunos, o en la educación.

Se propone por lo tanto, debido a la alta prevalencia y a la tendencia al aumento de dichos síntomas, el desarrollo de un método universal para la detección de la adicción a Internet que permita un manejo más fácil y adecuado del problema, mediante el consenso en cuanto al diagnóstico. Además, se propone aportar formación específica sobre la adicción a Internet a los profesionales de la salud para fomentar así la resolución o disminución del problema en cuestión. En el caso de los profesionales de Enfermería, gracias a esta formación serían capaces de llevar a cabo las funciones pertinentes de prevención, detección, tratamiento y educación. En esta última se podrían llevar a cabo charlas informativas sobre las características, repercusiones y riesgos de esta adicción tanto entre los jóvenes como entre los padres y profesores.

## BIBLIOGRAFÍA

---

1. Luengo A. Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. Revista profesional española de terapia cognitivo-conductual [Internet] 2004 [citado 11 Enero 2018]; 2: 22-52. Disponible en: <http://www.ioqoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>
2. Alonso, F. Las otras drogas. Madrid: Temas de hoy; 1996.
3. RAE. es [Internet] Madrid: Real Academia Española; 1713 [2014; 11 febrero 2018] Internet, 1 página. Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=LvskgUG>
4. RAE.es [Internet] Madrid: Real Academia Española; 1713 [2014; citado 15 febrero 2018] Red social, 1 página. Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=VXs6SD8>
5. Griffiths, M.D. Technological addictions: looking for the future. Artículo presentado en la 105th Anual Convention of de APA, Chicago, Illinois. 1997.
6. Young, K. S.: Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. CyberPsychology and Behavior [Internet]. 1996 [citado 25 febrero 2018], 1(3): 237-244. Disponible en: <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>
7. Kuss, D.J.; Griffiths, M.D. Online social networking and addiction: A review of the psychological literature. Int. J. Environment and Public Health [Internet]. 2011 [citado 12 enero 2018]; 8, 3528–3552. Disponible en: [https://www.academia.edu/835981/Kuss D.J. and Griffiths M.D. 2011 . Addiction to social networks on the internet A literature review of empirical research. International Journal of Environment and Public Health 8 3528-3552](https://www.academia.edu/835981/Kuss_D.J._and_Griffiths_M.D._2011_.Addiction_to_social_networks_on_the_internet_A_literature_review_of_empirical_research._International_Journal_of_Environment_and_Public_Health_8_3528-3552)

8. Goldberg I. Internet addiction disorder - diagnosis criteria. *Psychology of the Internet* [Internet]. 1995 [citado 5 marzo 2018]; Disponible en: <http://www-usr.rider.edu/~suler/psyber/supportgp.html>
9. Echeburúa, E. y Corral P. Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid* [Internet]. 1994 [citado 5 marzo 2018] 3: 251-258. Disponible en: <http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/clinica/1994/vol3/arti1.htm>
10. Echeburúa E. ¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet. 3ª ed. Bilbao: Desclee de brouwer; 1999.
11. Griffiths M.D. Internet addiction: Does it really exist? *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications* [Internet]. 1998 [citado 9 marzo 2018]. 61–75. Disponible en: [https://www.academia.edu/780572/Griffiths M.D. 1998 . Internet addiction Does it really exist In J. Gackenbach Ed. Psychology and the Internet Intrapersonal Interpersonal and Transpersonal Applications. pp. 61-75. New York Academic Press](https://www.academia.edu/780572/Griffiths_M.D._1998_.Internet_addiction_Does_it_really_exist_In_J._Gackenbach_Ed._Psychology_and_the_Internet_Intrapersonal_Interpersonal_and_Transpersonal_Applications_pp._61-75._New_York_Academic_Press)
12. Oliva, A., Hidalgo, V. Moreno C., Jiménez L., Jiménez A., Antolín L., et al. Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces. *Universidad de Sevilla* [Internet]; 2011 [citado 9 marzo 2018]. Disponible en: [https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/67723/uso\\_riesgo.pdf?sequence=1](https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/67723/uso_riesgo.pdf?sequence=1)
13. Cía, A. Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría* [Internet]; 2013 [citado 9 marzo 2018]; 76(4): 210-217. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/3720/372036946004/>

14. Astonitas, L. M. Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología* [Internet]; 2005 [citado 10 marzo 2018]; 23(1): 65-112. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/3378/337829529003/>
15. Sánchez, X, Beranuy, M, Castellana, M, Chamarro, A, Oberst, U. La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones* [Internet]; 2008 [citado 10 marzo 2018]; 20(2): 149-159. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/2891/289122057007/>
16. Young K. S. Internet Addiction: symptoms, evaluation and treatment. L. VandeCreek & T. Jackson, editors. *Innovations in clinical practice*. Vol 17. Sarasota: Professional Resource Press; 1999. 19–31. <http://www.netaddiction.com/articles/symptoms.pdf>
17. Petrie, H. & Gunn, D. Internet “addiction”: the effects of sex, age, depression and introversion. British Psychological Society London Conference, Londres, 1998.
18. Echeburúa, E., de Corral, P. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones* [Internet]. 2010 [citado 10 marzo 2018]; 22(2): 91-95. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/2891/289122889001/>
19. McNicol, Michelle L., BPsych y Einar B. Internet Addiction, Psychological Distress, and Coping Responses Among Adolescents and Adults. *Cyberpsychology, Behavior and Social Network* [Internet]; 2017 [citado 14 marzo 2018]; 20(5): 296–304. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5485234/>
20. Kamibeppu K, Sugiura H. Impact of the mobile phone on junior highschool students’ friends hips in the Tokyo metropolitan area. *Cyberpsychology Behavior* [Internet]; 2005 [citado 15 marzo 2018]; 8(2): 121–130. Disponible en: <http://europemc.org/abstract/MED/15938651>



21. ITU: International Telecommunication Union [Internet]. Suiza: ITU; 2017 [citado 15 marzo 2018]. ICT facts and figures 2017 [aprox. 8 pantallas]. Disponible en: <https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Documents/facts/ICTFactsFigures2017.pdf>
22. Instituto Nacional de Estadística. Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. I. N. E. Notas de Prensa [Internet]; 2017 [Citado 15 marzo 2018]; 1-10. Disponible en: [http://www.ine.es/prensa/tich\\_2017.pdf](http://www.ine.es/prensa/tich_2017.pdf)
23. OMS: Organización Mundial de la Salud [Internet]. España: OMS; 2017 [citado 17 febrero 2018]. Desarrollo en la adolescencia. [1 página]. Disponible en: [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
24. Kim K., Ryu E., Chon M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S. et al. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a question survey. International Journal of Nursing Study [Internet]; 2006 [citado 15 marzo 2018]; 43: 185–92. Disponible en: <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/50776722/j.ijnurstu.2005.02.00520161207-15697-1etdnwq.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1527365873&Signature=iXsCnijLoFoV7yefBcQQthoDopQ%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DInternet+addiction+in+Korean+adolescents.pdf>
25. Leung, L. Net-Generations attributes and seductive properties of the internet as predictors of online activities and internet addiction. Cyberpsychology & Behavior [Internet]. 2004 [citado 20 marzo 2018], 7: 333-347. Disponible en: <http://www.com.cuhk.edu.hk/ccpos/en/pdf/Internet%20Addiction%20&%20Net-geners.pdf>

26. Oliva, A. Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia. Apuntes de Psicología del Colegio Oficial de Psicología Occidental y Universidad de Sevilla [Internet]. 2007 [citado 20 marzo 2018], 25(3): 239-254. Disponible en: <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/viewFile/77/79>
27. Christakis, Dimitri A. "Internet Addiction: A 21<sup>st</sup> century Epidemic?" *BMC Medicine* [Internet]. 2010 [citado 26 marzo 2018], 8(61). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2972229/pdf/1741-7015-8-61.pdf>
28. Viñas, F., Juan, J., Villar, E., Caparros, B., Pérez, I. y Cornellá, M. Internet y psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología. *Clínica y Salud* [Internet] 2002 [citado 26 marzo 2018]; 13(3): 235–56. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/285986469> Internet y psicopatología Las nuevas formas de comunicacion y su relacion con diferentes indices de psicopatologia
29. García del Castillo, J., Terol, M., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M., et al. Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones* [Internet] 2008 [citado 27 marzo 2018]; 20(2): 131-142. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.277>
30. Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., Chamarro, A. Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Elsevier* [Internet] 2009 [citado 27 marzo 2018]; 25: 1182-1187. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/215508699> Problematic Internet and Mobile Phone Use and Clinical Symptoms in College Students The Role of Emotional Intelligence
31. Antena 3 [Internet]. Madrid: Antena 3 noticias. 2018 [citado 28 marzo 2018]. Abre en Madrid el primer centro para tratar la adicción de los adolescentes a

los móviles y las nuevas tecnologías; [1 página]. Disponible en: [http://www.antena3.com/noticias/sociedad/abre-madrid-primer-centro-tratar-adiccion-adolescentes-moviles-nuevas-tecnologias\\_201804165ad48ca30cf21c5725cea37c.html](http://www.antena3.com/noticias/sociedad/abre-madrid-primer-centro-tratar-adiccion-adolescentes-moviles-nuevas-tecnologias_201804165ad48ca30cf21c5725cea37c.html)

32. Boyd D. It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale, USA: Yale university press; 2014. 296.
33. Fundación Pfizer. La juventud y las Redes Sociales en Internet. Fundación Pfizer [Internet]. 2009 [citado 28 marzo 2018] 12–165. Disponible en: [https://www.fundacionpfizer.org/sites/default/files/pdf/educacion/informe\\_final\\_encuesta\\_juventud\\_y\\_redes\\_sociales.pdf](https://www.fundacionpfizer.org/sites/default/files/pdf/educacion/informe_final_encuesta_juventud_y_redes_sociales.pdf).
34. Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. C., Chen, S. H., y Ko, C. H. Family factors of Internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents. Cyberpsychology & Behavior [Internet]; 2007 [citado 26 marzo 2018]. 10(3): 323-329. <https://pdfs.semanticscholar.org/736a/86dc3f4657e28fac5b3f5ea6a7255d3dc5a7.pdf>
35. Echeburúa E, de Corral P. Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. Adicciones [Internet]. 2010 [citado 26 marzo 2018]; 22(2): 91-5. Disponible en: <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>
36. Estévez, L., Bayón, C., de la Cruz, J. y Fernández-Liria, A. E. Echeburúa, F. J. Labrador y E. Becoña, Coordinadores. Uso y abuso de Internet en adolescentes. Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Madrid. Pirámide. 2009, 77-100
37. Zabalegui A. El rol del profesional en enfermería. Aquichán [Internet]. 2003 [citado 22 marzo 2018]; 3(1): 16-20. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972003000100004](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972003000100004)

38. Sánchez, M y Otero, A. Usos de internet y factores asociados en adolescentes de la Comunidad de Madrid. Elsevier [Internet]. 2010 [citado 28 marzo 2018]; 42(2): 79–85. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S021265670900314X>
39. Fernández, T., Alguacil, J., Almaraz, A., Cancela, J. M., Delgado, M., García, M. et al. Uso problemático de internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género. Adicciones [Internet]; 2015 [citado 28 marzo 2018]; 27(4): 265-275. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289143390004>
40. Tenorio, M. Adicción a internet en estudiantes de la Facultad de Enfermería. Portales Médicos [Internet]; 2013 [citado 25 marzo 2018]; 8(6): 1-3. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/adiccion-a-internet-en-estudiantes-de-enfermeria/2/>

## ANEXOS

### ANEXO 1

#### Young's Internet Addiction Test (IAT)

(Test de adicción a internet de Young)

<b>Answer the following questions on the Likert scale: 1=rarely, 2=occasionally, 3=frequently, 4=often, 5=always</b>	
1	How often do you find that you stay on-line longer than you intended?
2	How often do you neglect household chores to spend more time on-line?
3	How often do you prefer the excitement of the Internet to intimacy with your partner?
4	How often do you form new relationships with fellow on-line users?
5	How often do others in your life complain to you about the amount of time you spend on-line?
6	How often do your grades or school work suffers because of the amount of time you spend on-line?
7	How often do you check your email before something else that you need to do?
8	How often does your job performance or productivity suffer because of the Internet?
9	How often do you become defensive or secretive when anyone asks you what you do on-line?
10	How often do you block out disturbing thoughts about your life with soothing thoughts of the Internet?
11	How often do you find yourself anticipating when you will go on-line again?
12	How often do you fear that life without the Internet would be boring, empty, and joyless?
13	How often do you snap, yell, or act annoyed if someone bothers you while you are on-line?
14	How often do you lose sleep due to late-night log-ins?
15	How often do you feel preoccupied with the Internet when off-line, or fantasize about being on-line?
16	How often do you find yourself saying "just a few more minutes" when online?
17	How often do you try to cut down the amount of time you spend on-line and fail?
18	How often do you try to hide how long youve been on-line?
19	How often do you choose to spend more time on-line over going out with others?
20	How often do you feel depressed, moody or nervous when you are off-line, which goes away once you are back on-line?

## **ANEXO 2**

### **Test de adicción a internet de Young de 8 ítems**

(Adaptación al castellano) 1996

1. *¿Te sientes preocupado con Internet (pensamientos acerca de la última conexión o anticipas la próxima sesión)?*
2. *¿Sientes la necesidad de incrementar la cantidad de tiempo de uso de Internet para lograr la satisfacción?*
3. *¿Ha hecho repetidamente esfuerzos infructuosos para controlar, reducir. O detener el uso de Internet?*
4. *¿Se ha sentido inquieto, malhumorado, deprimido o irritable cuando ha intentado reducir o detener el uso de Internet?*
5. *¿Se queda más tiempo conectado de lo que inicialmente había pensado?*
6. *¿Ha perdido o puesto en peligro alguna relación significativa, trabajo, oportunidad educativa o profesional debido al uso de Internet?*
7. *¿Ha mentado a los miembros de su familia, terapeuta u otros para ocultar su grado de implicación con Internet?*
8. *¿Usa Internet como un medio de evadirse de los problemas o de aliviar un estado de ánimo disfórico?*

### ANEXO 3

## ENCUESTA SOBRE LA PREVALENCIA DE SIGNOS Y SÍNTOMAS DE USO EXCESIVO DE INTERNET ENTRE LOS ADOLESCENTES

La siguiente encuesta empleará los datos obtenidos con total confidencialidad y con el único propósito de realizar este estudio epidemiológico. Con estas preguntas se pretende obtener datos sobre el uso de internet a nivel de ocio, no laboral. Muchas gracias por su colaboración.



1. ¿Eres chico o chica?
  - Chico
  - Chica
  
2. ¿Cuántos años tienes?  
\_\_\_\_\_ años.
  
3. ¿Cuántos automóviles hay en tu familia?  
\_\_\_\_\_ automóviles.
  
4. ¿Cuántos miembros de tu familia trabajan actualmente?  
\_\_\_\_\_ personas que viven en mi domicilio trabajan actualmente.
  
5. ¿Cuántas horas al día usas internet?  
\_\_\_\_\_ horas diarias.
  
6. ¿Pierdes el control respecto a las horas que usas internet al día?
  - Nunca
  - A veces (1-2 veces por semana)
  - Con frecuencia (3-4 veces por semana)
  - Siempre (5 o más veces por semana)
  
7. ¿Reduces las horas de sueño debido a no ser capaz de cortar la conexión a internet?
  - Nunca
  - A veces (1-2 veces por semana)
  - Con frecuencia (3-4 veces por semana)
  - Siempre (5 o más veces por semana)
  
8. ¿Te sientes cansado o fatigado a lo largo del día?
  - Nunca
  - A veces (1-2 días a la semana)
  - Con frecuencia (3-4 días a la semana)
  - Siempre (5 o más días a la semana)

9. ¿Prefieres permanecer conectado a internet en vez de salir o pasar tiempo con tus amigos/familia/pareja?
- Nunca
  - A veces (1-2 días a la semana)
  - Con frecuencia (3-4 días a la semana)
  - Siempre (5 o más días a la semana)
10. ¿Sientes ansiedad relacionada con el uso de internet? (excesiva preocupación, difícil concentración, tensión, mareos, náuseas, taquicardias, sudores, sequedad de la boca...).
- Nunca
  - A veces (1-2 días a la semana)
  - Con frecuencia (3-4 días a la semana)
  - Siempre (5 o más días a la semana)
11. ¿Te sientes irritable o angustiado por no poder usar internet?
- Nunca
  - A veces (1-2 días a la semana)
  - Con frecuencia (3-4 días a la semana)
  - Siempre (5 o más días a la semana)
12. ¿Sientes pérdida de placer en actividades que solían hacerte feliz?
- Nunca
  - A veces (1-2 días a la semana)
  - Con frecuencia (3-4 días a la semana)
  - Siempre (5 o más días a la semana)
13. ¿Tienes o has tenido sentimientos de inutilidad, odio hacia ti mismo o culpa relacionados con el uso de internet?
- Nunca
  - A veces (1-2 días a la semana)
  - Con frecuencia (3-4 días a la semana)
  - Siempre (5 o más días a la semana)
14. ¿Consideras que podrías padecer dependencia respecto al uso de internet?
- Sí
  - No
15. En el supuesto caso de desarrollar un problema relacionado con el uso excesivo de internet, ¿crees que acudir a tu centro de salud y tratarlo con la ayuda de tu enfermera/o podría ayudarte?
- Sí
  - No



## **ANEXO 4**

### **Permiso de colaboración en la realización del estudio.**

(Firmado por la directora del Instituto de Educación Secundaria Antonio Tovar de Valladolid)



Diputación de Palencia



Universidad de Valladolid

Escuela de Enfermería de Palencia

“Dr. Dacio Crespo”

#### **TRABAJO FIN DE GRADO EN ENFERMERÍA**

**Curso académico: 2017-18**

- ALUMNO: Laura Garrachón Arcos D.N.I.: 12429245E
- TÍTULO: “Prevalencia de signos y síntomas de adicción a Internet entre los adolescentes.”
- JUSTIFICACIÓN: Primero, un interés personal por adquirir y ampliar los conocimientos relacionados con el tema; y en segundo lugar, un interés profesional al ofrecer una visión del problema desde la perspectiva enfermera debido al continuo crecimiento de esta adicción.
- OBJETIVOS: Hallar datos sobre el uso de Internet y sobre la prevalencia de signos y síntomas de adicción a Internet entre los adolescentes; y exponer el papel que realizaría la enfermería al respecto, los posibles factores de riesgo y protección y la necesidad de consenso en el diagnóstico y medios de detección.
- METODOLOGÍA: Se selecciona una muestra de 137 adolescentes aleatorios del Instituto de Educación Secundaria Antonio Tovar de Valladolid que cumplimentan de forma voluntaria durante el mes de abril del 2018 una encuesta de 15 preguntas, anónima, basada en los test de adicción a Internet ya existentes.

Valladolid, 15 de Abril de 2018

Laura Garrachón Arcos

Fdo.: Nombre y apellidos

Alumno

Fdo.: Nombre y apellidos

Directora