

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS**

**“USO DE LA TECNOLOGIA DE INFORMACION Y COMUNICACIÓN DE LAS  
ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E  
“PRESENTACION DE MARIA” COMAS, LIMA – 2015”**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
ENFERMERIA**

**PRESENTADA POR:  
MARÍA LADY QUINTANA TORRES**

**ASESORA:  
MG. MONICA ELIZABETH ZUMAETA RIVERA**

**LIMA – PERÚ, 2018**

**“USO DE LA TECNOLOGIA DE INFORMACION Y COMUNICACIÓN DE LAS  
ADOLESCENTES DE 4 TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E  
“PRESENTACION DE MARIA” COMAS, LIMA – 2015”**

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar el nivel de uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, Lima-2015.. Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de 65 adolescentes, para el recojo de la información se utilizó un cuestionario tipo Likert, la validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de 0,813; la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de 0,931.

### CONCLUSIONES:

El nivel de uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, es Alto, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares, en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora, cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento, se dedican horas a ver televisión diariamente, cuentan con páginas sociales y usan la página social frecuentemente. El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud y prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos,

**PALABRAS CLAVES:** *Tecnología de información y comunicación, adolescentes. tiempo de uso de las tecnologías, cambio de salud,*

## **ABSTRACT**

The purpose of this research was to: Determine the level of use of information and communication technology of adolescents in the 4th year of high school of the IE "Presentation of María" Comas, Lima-2015 .. It is a cross-sectional descriptive investigation, With a sample of 65 adolescents, a Likert-type questionnaire was used to collect the information. The validity of the instrument was carried out by means of the expert judgment concordance test, obtaining a value of 0.813; Reliability was carried out using Cronbach's alpha with a value of 0.931.

## **CONCLUSIONS:**

The level of use of information and communication technology of the adolescents of the 4th year of secondary school of the I.E "Presentation of María" Comas, is High, according to the responses of the adolescents that they indicate; They have computers and internet at home to do their homework, in their free time they go to the computer internet, they have some technological use for their entertainment, you spend hours watching television daily, they have social pages and use the page social frequently. The use of information and communication technology is not harmful to health and they prefer to be on the computer instead of doing physical exercises,

**KEYWORDS:** Information and communication technology, adolescents. time of use of technologies, change of health,

# ÍNDICE

Pág.

## DEDICATORIA

## AGRADECIMIENTO

## RESÚMEN

i

## ABSTRAC

ii

## ÍNDICE

iii

## INTRODUCCIÓN

v

## CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

1

### 1.2. Formulación del problema

3

### 1.3. Objetivos de la investigación

3

#### 1.3.1. Objetivo general

3

#### 1.3.2. Objetivos específicos

3

### 1.4. Justificación del estudios

4

### 1.5. Limitaciones

4

## CAPITULOII: MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes del estudio

5

### 2.2. Base teórica

11

### 2.3. Definición de términos

22

### 2.4. Hipótesis

22

### 2.5. Variables

23

#### 2.5.1. Definición conceptual de las variables

23

#### 2.5.2. Definición operacional de las variables

23

#### 2.5.3. Operacionalización de la variable

24

<b>CAPITULOIII: METODOLOGIA</b>	
3.1. Tipo y nivel de investigación	25
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	25
3.3. Población y muestra	26
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	27
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	27
3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos	27
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b>	28
<b>CAPÍTULO V: DISCUSION</b>	33
<b>CONCLUSIONES</b>	36
<b>RECOMENDACIONES</b>	38
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	39
<b>ANEXOS</b>	
Matriz	
Instrumento	

## INTRODUCCION

El proyecto de investigación se basa en el estudio del uso de la tecnología de información y comunicación en los adolescentes de 4 to año de secundaria que se realizara el estudio del colegio de I.E “Presentación de María”, donde el uso de la tecnología influye demasiado en los adolescentes que la globalización ha enriquecido y tiene poder de los avances productivas de las ciencias y la tecnología que ha hecho posible el desarrollo tecnológico en nuestras sociedades.

El mundo en que vivimos estamos rodeados de todos tipos de tecnología de información como la televisión, radio, revistas, internet, Teléfono celular, computadoras, etc. Los avances tecnológicos van tomando gran importancia en la vida personal de los adolescentes influyendo notablemente con sus estilos de vida. Estos producen muchos cambios en la vida del adolecente que afectan su salud, como son el insomnio, problemas visuales, obesidad, tendinitis, problemas posturales de la columna, dificultando su bienestar tanto en lo físico como en lo psicológico. El siguiente trabajo está estructurado de la siguiente manera:

**CAPITULO I:** Planteamiento del problema, formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación del estudio y limitaciones.

**CAPITULO II:** Antecedentes del estudio, bases teóricas, definición de términos, hipótesis y variables.

**CAPITULO III:** Tipo y nivel de investigación, descripción del ámbito de la investigación, población y muestra, técnicas e instrumento para la recolección y procesamiento de datos.

**CAPITULO IV:** Presupuesto y Cronograma de Actividades.

## CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACION

### 1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las Tecnologías de información y comunicación (TIC) son tecnologías desarrolladas para gestionar información y enviarla de un lugar a otro. Están presentes en nuestras vidas y la han transformado en tecnología digital, unida a la aparición de ordenadores cada vez más potentes, y variedades de usos que ha permitido a los adolescentes ser un arma más poderosa en sus conductas.

El mundo de la tecnología ha evolucionado rotundamente con sus nuevos avances y usos en la población; obteniendo el 96% de los adolescentes que usa internet, 52% televisión, 30% video/ DVD. (Año: 2004) (1)

En Perú se observa que el 85% los adolescentes usan la tecnología para sus fines educativos y recreativos (Año: 2011) (2)

La Tecnología es el conjunto de conocimientos técnicos, ordenados científicamente, que permiten diseñar y crear bienes o servicios que facilitan la las necesidades de las personas.

En el mundo el ser humano tiene la capacidad de éste para construir, a partir de materias primas, una gran variedad de objetos, máquinas y herramientas, así como el desarrollo y perfección de su fabricación y



emplearlos con miras a modificar favorablemente el entorno o conseguir una vida más confortable.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que los adolescentes sufren trastornos de conducta relacionados con las nuevas adicciones de las tecnologías. Señalando pérdida de tiempo de estudio, falta de dedicación a las relaciones interpersonales, incremento de las conductas que implica la agresividad, sufrir ansiedad, irritabilidad, y malestar físico.

El internet hoy en día ha generado una adicción en los adolescentes, el internet es un gran avance, ayuda en lo académico y medio social; el problema surge en el momento en que su uso se descontrola, es donde los padres tienen que marcar límites y permitir su uso un tiempo fijado. Los videojuegos estimulan la coordinación visomotora y el razonamiento deductivo, pero perjudican la memoria y recepción de información, así mismo el teléfono móvil los adolescentes lo usan para jugar y escuchar música de manera indiscriminada.

El Perú es el segundo país latinoamericano en cuanto a tasa de penetración de Internet (11,5 usuarios/100 habitantes) y el 66% de adolescentes de Lima acceden a Internet. Siendo las aplicaciones más utilizadas las redes sociales y videojuegos-online.

Aún cuanto en el Perú no existen estudios epidemiológicos que nos permitan conocer el verdadero impacto de la problemática relacionada al uso y abuso de las nuevas tecnologías, los diversos centros de salud muestra un alto número de adolescentes que abusan de las nuevas tecnologías siendo en su mayoría problemas asociados al internet, redes sociales y videojuegos.

También la tecnología en nuestra sociedad nos brinda aportes fundamentales en todas las áreas, siendo la más imprescindible en lo que respecta a la medicina en el campo de salud. Consideramos que debe existir una interrelación entre tecnología y medicina.

El uso de las tecnologías en nuestra época resulta imprescindible no solo para la adquisición de conocimientos, sino también es una herramienta que le posibilita al profesional de salud implementar equipos y acceder a información; previniendo enfermedades.

Esta investigación se realizara con el fin de prevenir daños que les produciría a las estudiantes, de la I.E “Presentación de María” y evitar el deseo de estar constantemente con el celular , internet u otro medio de tecnología que les pudiese distraer y perjudicar su salud; ya que ellas mentalizan un medio accesible y fácil de información tanto académico, medios de comunicación y recreativos en los adolescentes, afectándose su salud física (malas posturas, sedentarismo, problemas visuales, audición, insomnio y obesidad) entre otros.

## **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es el uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas.Lima-2015?

## **1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1 Objetivo General**

Determinar el nivel de uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, Lima-2015.

### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Identificar el tiempo y uso de la tecnología en sus tiempos libres y actividades académicas las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, Lima-2015.
- Identificar qué tipo de TIC utilizan las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, Lima-2015.

- Identificar las páginas que consultan y el propósito de su uso de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, Lima-2015.
- Identificar cambios de la salud en los adolescentes por uso de la tecnología: postura corporal, tendinitis, disminución de la agudeza visual, cambios alimenticios, sobrepeso, sedentarismo de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, Lima-2015.

#### **1.4 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO**

Este trabajo de investigación se realizara con el propósito de observar las conductas que toman los adolescentes en el uso de la tecnología de información y comunicación de las estudiantes adolescentes.

Llegando al exceso de abuso y los cambios que produciría en su salud; afectando su estado físico (malas posturas, sedentarismo, problemas visuales, insomnio y obesidad) entre otros.

Permitirá solucionar a partir de los resultados en proponer estrategias preventivas que serán beneficiadas para las adolescentes en evitar daños por el uso excesivo de la tecnología.

#### **1.5 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACION**

- Escaso presupuesto económico.
- Respuestas veraces de la población de estudio.
- Dificultad para ingresar y realizar a la I.E “Presentación de María”.
- El tiempo brindado por la institución para realizar el estudio.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **2.1.1 Antecedente Internacional**

VALERIA ROJAS O. de la Revista chilena de pediatría que realiza esta investigación “Influencia de la televisión y videojuegos en el aprendizaje y conducta del adolescente”. Chile; Santiago – 2008.

El presente estudio que se realiza en Chile sobre los problemas de Salud Pública por las TIC, en no realizar la atención debida como se merece para propiciar las intervenciones.

Evidenciándose los efectos de la televisión y videojuegos en el consumo, aprendizaje, conducta de los niños y adolescentes para propiciar recomendaciones a profesionales de la salud que trabajen orientando a los pacientes, y familiares en el uso apropiado de las TIC.

Realizando encuestas en Chile del uso - 2007 reveló que los niños de 4 a 12 años ven 4 horas de TV por día, el 70% de niños menores de 3 años ve TV en forma habitual y el 75% de niños tiene TV; en la siguiente encuesta 2008 estadísticamente hay 2,4 televisores por hogar y 53% de ellos posee computador. Un

57,7% dijo haber visto contenidos inadecuados tales como vocabulario grosero, escenas de sexo, violencia, trato discriminatorio, etc.

En los videojuegos es un ambiente de violencia lo que explicaría el 13%-22% del aumento de la conducta violenta de los adolescentes.

La conclusión de la investigación se estableció normas éticas para la publicidad; planes y programas del rol de la familia garantizando la calidad de los programas dirigidos a los niños y adolescentes fomentando el sano desarrollo físico y mental.

Pereira Núñez, José Alberto; Sánchez Torres, Noelia realiza esta investigación "Uso y abuso de las nuevas tecnologías y su relación con factores de la personalidad en estudiantes de la Universidad de Cádiz.". España. Cádiz 2015.

El presente estudio menciona que el uso del internet y las nuevas tecnologías de los estudiantes, realizando cambios de su personalidad en los estudiantes.

El celular a nivel social que proporcionan a la población innumerables ventajas, facilitando nuestro de día a día. Sin embargo, también puede complicarnos la vida en sí misma ONU hace uso inadecuado de mismas ellos. los objetivos del estudio caracterizan uso problemático de internet móvil y las relaciones públicas otros posibles factores psicológicos. Para ello, si se recogieron variables socio demográficas datos y se administraron cinco cuestionarios 245 estudiantes de la universidad de Cádiz; El cuestionario revela que el 5,7% presentaba preguntas frecuentes problemas con internet y las naciones unidas 2,2% con el móvil. No hubo diferencias significativas se encontraron entre el sexo, el grado y el curso en el uso de internet móvil y. el uso problemático correlacionaba positivamente neocriticismo e

impulsos de control con bajo, y con responsabilidad en forma negativa tanto de las tic.

En conclusión, la investigación proporciona datos que aportan evidencias de que existe relación entre el consumo problemático de las tecnologías de información y comunicación en los ciertos factores psicológicos que se están dando en los casos de los estudiantes.

*Montserrat Castellana Rosell, Xavier Sánchez-Carbonell, Carla Graner Jordana y colaboradores de la Universidad Ramón LLull (URL) , realiza esta*

Investigación “El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos”. España .Barcelona- 2015

El presente estudio menciona el establecimiento de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en la sociedad, que fueron creadas para informar y comunicar en el uso de las personas, especialmente en los adolescentes a sus necesidades.

Con respecto al uso que brinda en el internet ; al entorno de conexión, la mayoría se conecta desde sus respectivos hogares (78'4 %), de los cuales la mitad tienen su propio ordenador y línea de Internet personal; el resto se conectan desde la escuela (26 %), biblioteca (8 %) o cibercafé (5 %). el teléfono móvil ( 22%) no es sólo un dispositivo técnico, sino que también es un objeto personal y social a través de conversaciones con amistades. Los videojuegos (18%); presentándose variedad de juegos de plataforma, simuladores, deportivos, de estrategia deportiva, de estrategia no deportiva, de disparo, de lucha, de aventura. No obstante produce entretenimiento; estimulando la coordinación óculo-manual; promueven procesos cognitivos complejos como atención, percepción visual, memoria. Dando como consecuencia lo malos usos que le brindan. Los más jóvenes (7-11 años)

prefieren juegos de lucha y de aventura, los de más edad (11-18 años).

Adriana Paola Rodríguez Puentes, Antonio Fernández Parra, realiza la siguiente investigación “Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos”. UNIVERSIDAD DE GRANADA – ESPAÑA. 2014

La investigación se base entre la relación que existe el uso de las redes sociales en internet y la salud mental de las adolescentes. Donde identificaremos a través unas encuestas a los estudiantes que se mostraran datos importantes de los comportamientos de ellos de su persona.

El 20% de los adolescentes de todo el mundo tiene problemas mentales o de comportamiento (Unicef, 2011) y la mitad de los trastornos mentales comienza antes de los 14 años de edad. La frecuencia de sintomatología depresiva en adolescentes en Colombia es alta, afectando a un 27,5%; además, el 7,7% del total de los adolescentes estudiados ha presentado algún trastorno de ansiedad (Torres Galvis, 2010). Según Judith (2002), a lo largo de esta etapa disminuye la cohesión familiar percibida por parte de los adolescentes, lo cual es un aspecto esperable de esta etapa de desarrollo que se asocia negativamente con problemas externos del comportamiento

En conclusión se realizó un análisis de regresión múltiple con todas las variables que podrían guardar una relación de tipo predictivo. Al finalizar el análisis se encontró que la conducta agresiva, las horas a la semana que permanecen solos, las cualidades y la insatisfacción escolar, predicen el tiempo de uso diario de las redes sociales en Internet, siendo la conducta

agresiva la que guarda mayor poder predictivo respecto al tiempo que pasan los adolescentes en Internet en las redes sociales.

Doctor Leopoldo Cordero de la Revista INFOBAE realiza una investigación "Abusar de la tecnología trae consecuencias serias para la salud". Estados Unidos, 12 de enero 2009.

En la investigación que realizo, quiso a conocer las consecuencias que se podría generar por el abuso exagerado de utilizar las tecnologías, manifestando que aparece silenciosamente a los años, realizando estudios, se viene presentando en los últimos 20 años, los usos y costumbres se han ido modificando debido al ingreso en la vida diaria de elementos "revolucionarios" como internet o dispositivos tecnológicos de última generación que permiten que cada vez sea más fácil comunicarse con el otro lado del mundo e intercambiar información, música, videos y fotos.

Pasar horas y horas frente a una computadora ya se ha vuelto una costumbre, lo mismo que caminar por la calle con los auriculares del reproductor de MP3 o bien conducir un vehículo mientras se habla por celular mediante la tecnología".

El peligro de esta conducta -más allá de los aspectos negativos que acarrear el ostracismo y el abandono de la vida en grupo para pasar a esta encerrado e inactivo en una habitación- radican en la posibilidad de provocar daños irreversibles en el oído que pueden, incluso, llevar a la sordera.

También se va originando el sedentarismo consecuencia que padecen tanto los adolescentes relacionada al abuso de la computadora, es el aumento de peso que está directamente relacionado con el sedentarismo; también existen otras



complicaciones como la falta de sueño, situación que provoca que al día siguiente el cansancio, el mal humor y el desgano.

Los trastornos o dolores musculares que son moneda corriente y afectan principalmente a la espalda, la cintura y el cuello (por lo general debido a la cantidad de horas que una persona pasa frente a una computadora, la mayoría de las veces en posturas incorrectas), aunque también a las manos.

Menciona que existen gran cantidad de casos de inflamaciones en la zona de la muñeca debido a la realización de movimientos repetitivos con la mano, como consecuencia del uso continuo del teclado y el mouse. Esta afección conocida como Síndrome de Túnel Carpiano (STC) puede prevenirse mediante la utilización de almohadillas y mouse ergonómicos especialmente desarrollados.

Concluyendo con la manifestación del doctor Leopoldo en informar los abusos que presentan los adolescentes por la utilización de la tecnología, debería de ver un control por parte de los padres en sus usos para no causar daños en la salud y fomentar los buenos hábitos ya que la tecnología es un medio de fácil comunicación en todo el mundo.

### **2.1.2 Antecedente Nacional**

Nelly Lam-Figueroa, Hans Contreras-Pulache, Elizabeth Moriquispe, Martín Nizama-Valladolid, César Gutiérrez, Williams Hinostroza - Camposano, y colaboradores de la Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública con la investigación "Adicción a internet: desarrollo y validación de un instrumento en escolares adolescentes de Lima, Perú" -2011.

El uso de la Internet es una herramienta ventajosa, pero existe informes sobre las consecuencias del abuso y descontrol en su

utilización; se presentan los siguientes resultados: El 36,3 % de los estudiantes refirió haber desaprobado al menos un año escolar. Cuando se preguntó por el antecedente de problemas disciplinarios, el 41,9 % refirió nunca tener problemas, 52,4 % refirió tener problemas esporádicamente y 5,6 % refirió tener problemas con frecuencia. El antecedente de haber faltado a la escuela sin motivo justificable se presentó en el 17,7 % de los adolescentes estudiados. Con relación a sus planes a futuro, el 4,4 % refirió que una vez terminado el colegio se pondrían a trabajar, el 24,6 % mostró interés por seguir una carrera técnica, 53,2 % por continuar estudios universitarios, 9,1 % refirió deseos de ingresar a las fuerzas armadas mientras que un 9,7 % refirió no tener en claro el rumbo de su futuro.

Concluyendo evidencias de adicción que involucra a los padres de familia y entornos sociales inadecuados, disminuyendo las cifras de uso excesivo de la tecnología (internet).

## **2.2 BASES TEÓRICAS**

### **2.2.1 Las Tecnologías de la información y la comunicación (TIC)**

Las tecnologías de la información y la comunicación agrupan los elementos y las técnicas utilizadas en el tratamiento y transmisión de las informaciones, principalmente, internet y telecomunicaciones. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación representan herramientas teóricas conceptuales, soportes y canales que procesan, almacenan, sintetizan, recuperan y presentan información de la forma más variada.

### **2.2.2 Tipos de TIC**

- **Celulares:** Nos permiten una comunicación desde cualquier sitio en el que estén y de la misma manera podemos ser localizados por quien nos necesite. La telefonía móvil es un servicio público de telecomunicaciones que permite a todos los usuarios conectarse de manera muy sencilla y así poder

transferirse desde cualquier punto, facilitando la vida de las personas en muchos aspectos.

- **Radio:** Utiliza ondas electromagnéticas que viajan y permiten la difusión de está, la radio es una manera de enviar palabras y música por el aire.
- **Computadora:** La adicción a la computadora, o la adicción a Internet, se produce cuando las personas utilizan compulsivamente el equipo en lugar de cumplir con la escuela, el trabajo, las obligaciones académicas o las personales.
- **Videojuegos:** El uso puede provocar efectos negativos en la salud mental, física y emocional de niños y adolescentes.
- **PC:** La PC podemos guardar la información e introducir toda clase de datos. Estos pasan a guardarse en los dispositivos "memorias"
- **Diario:** Es un medio escrito en el cual podemos estar al tanto de todo lo que ocurre alrededor de nosotros en los diferentes ámbitos internacional, nacional, regional ,etc.
- **Audífonos:** Se han vuelto parte de la vida diaria de los adolescentes, sin darse cuenta del daño que pueden causar a sus oídos al quedar atrapado sonido en el canal auditivo y el escuchar música con volumen demasiado alto aumenta el riesgo de sufrir pérdidas auditivas.

### 2.2.3 Uso de la Tecnología

Las nuevas tecnologías han revolucionado el estilo de vida en los adolescentes. Su forma de vivir la infancia y la adolescencia se ha modificado, al menos en relación con la que hemos vivido.

No se entiende que se pasen horas ante una pantalla de televisión, un ordenador o un teléfono móvil. Cuesta comprender que, en lugar

de estar jugando con los amigos en la calle, se encierren en casa a hablar con ellos a través del Messenger o del móvil o se conecten a las redes sociales virtuales (Tuenti o Facebook). Las nuevas tecnologías están abriendo brechas digitales en nuestra sociedad.

#### **2.2.4 Como influye el uso de la TIC en la salud**

La utilización de auriculares y reproductores de MP3, produce un severo deterioro auditivo al utilizarlos de manera constante y a alto volumen, causando daños irreversibles en el oído que pueden provocar en los más jóvenes sorderas similares a las de los adultos mayores.

Asimismo, la permanencia frente a una pantalla no sólo es causa de la inactividad física que consecuentemente provoca aumento de peso y mayor riesgo de obesidad, sino que interfiere en el sueño de los adolescentes, pudiendo ser éste otro factor determinante del sobrepeso.

Además, dormir mal causa desánimo, cambios emocionales, menor rendimiento físico e intelectual. Incluso, genera un mayor estrés que puede ser el detonante de otras enfermedades, Las TIC influye en los adolescentes ocasionar problemas de salud , no seguir teniendo una vida cotidiana saludable en privarse del sueño, descuidar otras actividades con la familia, las relaciones sociales, el estudio, intentar limitar el tiempo de conexión, en perder la noción del tiempo, aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.

Otro de los efectos indeseados del exceso de tecnología es la falta de concentración por centrarnos más en una pantalla, en un videojuego o cualquier otro entorno virtual que nos aleja del mundo real.

### 2.2.5 Consecuencias

❖ Sentarse encorvado es una postura muy común para muchos usuarios de dispositivos portátiles que puede provocar una presión adicional a la columna vertebral y, a su vez, causar dolores de cuello o de hombros. Según una encuesta realizada en Reino Unido, un 84% de los jóvenes de entre 18 y 24 años dice sufrir dolores debido a que pasan mucho tiempo frente a sus computadoras.

❖ La desincronización entre movimientos de los ojos y las señales percibidas por el sistema de equilibrio, que el cerebro interpreta como movimiento real, puede causar náuseas, fatiga visual y mareos.

❖ Síndrome del ojo seco.

La continua concentración en la pantalla, reduce en un tercio el número de parpadeos, causando cambios en la producción de lágrimas y, en consecuencia, provocando daños permanentes en los ojos.

❖ Dolor dactilar.

El uso frecuente de la pantalla táctil puede causar dolor y calambres en los dedos, muñeca o antebrazo, lo que puede acarrear a largo plazo la inflamación de los tendones. Al menos un 43% de los usuarios de teléfonos inteligentes afirma experimentar este tipo de dolores.

❖ El problema de la obesidad se ha convertido en una epidemia de características universales. Sabemos que la obesidad no es solamente un asunto de estética sino y sobre todo una situación que trae muchas complicaciones para la salud: predispone a padecer de diabetes mellitus, hipertensión arterial, problemas de columna y dolores articulares, várices, ciertos tipos de cáncer, etcétera.

Se menciona las actividades de ahora de los adolescentes como son:

- ✓ Los juegos al aire libre se han cambiado por juegos electrónicos ante la computadora
- ✓ Pasamos muchas horas ante la televisión; además, el control remoto nos permite cambiar los canales desde nuestro asiento, sin tener que levantarnos.
- ✓ Con los teléfonos celulares hacemos las llamadas sin movernos de nuestro asiento.
- ✓ Ya no tenemos que ir a investigar a una biblioteca pues toda la información que buscamos la encontramos sentados frente a nuestra computadora.
- ✓ Propóngase realizar 30 minutos de ejercicio físico moderado, como un paseo al aire libre, al menos cinco días a la semana; puede distribuir ese tiempo en dos sesiones de 15 minutos cada una.

### 2.2.6 Malas posturas en la computadora

- **Monitor:**

En cuanto a los ojos, por su extrema sensibilidad, es muy fácil que los grandes lapsos frente al monitor los obliguen a una exigencia intensa, que probablemente derivará en ardor, picazón o fatiga ya que, el 75% de quienes trabajan frente a una computadora padecen molestias oculares y trastornos visuales y, en el peor de los casos, el usuario también sufrirá dolores de cabeza o insomnio.

- **Teclado:**

Entre las enfermedades que se generan por el uso excesivo de la computadora, una de las más frecuentes es el síndrome del túnel carpiano o síndrome del carpo. Se trata de una inflamación en los nervios de la muñeca, que nace con los malos movimientos hechos en forma repetida. Algunos de los síntomas más comunes son los dolores de muñecas, los temblores y el adormecimiento de la mano

- **Asiento:**

afectan la región de la columna vertebral, son las sillas no ergonómicas, escritorios muy bajos y monitores de PC por debajo de la altura de los ojos.

### 2.2.6.1 Postura adecuada frente a la computadora

- **Postura correcta:** Una postura correcta en la alineación simétrica y proporcional de los segmentos corporales alrededor del eje de gravedad. Se logra manteniendo la cabeza erguida en posición de equilibrio sin torcer el tronco, la pelvis en posición neutral y las extremidades inferiores alineadas de forma que el peso del cuerpo se reparta adecuadamente, La postura ideal para trabajar frente a una computadora se obtiene manteniendo un ángulo de 90 grados entre el brazo y el antebrazo, así como en las rodillas.

- **Distancia:** La mesa y la silla deben estar acordes con la estatura del usuario, el teclado se debe alinear con el extremo de la mesa para que no tenga que pegar a ésta. El cuerpo debe estar recto y no muy alejado del equipo, Los dedos se deben colocar curvos sobre las teclas guías.

- **Espalda:** Debe estar recta y apoyada sobre el espaldar de la silla.

- **Brazos y codos:** Nivelados y ligeramente separados del cuerpo.

- **Manos y muñecas:** Las manos deben estar levantadas y paralelas al teclado; las muñecas bajas pero no pegadas al teclado.

- **Dedos:** Curvos y en posición vertical sobre las teclas.

- **Pies:** Se recomienda utilizar un apoyo para elevarlos un poco.

- **Vista:** Siempre debe estar fija en lo que se va a copiar, en lo que se transcribe

### 2.2.7 Paginas Sociales que frecuentan los adolescentes.

Esta generación de los adolescentes utilizan las paginas para hablar por teléfono de línea o celular, enviar un mensaje de texto, mandar un email, chatear, bloggear, encontrarse en una red social evidenciándose en el año 2009 más de 850 millones de personas en todo el mundo.

Los usuarios o adolescentes ingresan a la red para subir y escuchar música en forma legal. Encontrarse con viejos amigos o conocer gente nueva. Las redes sociales más visitadas por los jóvenes y con mayor crecimiento en los últimos años son Facebook, MySpace y Twitter.

- **Facebook**

([www.facebook.com](http://www.facebook.com)): Es la más popular en la actualidad. Fue creada en el año 2004. Es una página donde suben fotos, comparten música o videos, chatean y son parte de grupos según intereses afines.

- **ReenMySpace**

([www.MySpace.com](http://www.MySpace.com)): Nació en 2003. Los usuarios de esta red pueden subir y escuchar música en forma legal.

- **Twitter**

([www.twitter.com](http://www.twitter.com)) nació en el año 2006. Permite a los usuarios enviar mini-textos, mensajes muy breves denominados “tweets”, de no más de 140 caracteres.

### 2.2.8 Cantidad de adolescente ingresantes a las paginas sociales:

- **Facebook:** 400 millones.
- **MySpace:** 274 millones
- **Twitter:** 105 millones



- **hi5:** 80 millones
- **Tagged.com:** 70 millones
- **Linkedin:** 43 millones

Visita a la red **día por medio 50%**

La visita **a diario 30 %**

La visita **una vez por semana 20 %**

### **2.2.8 El uso de la tecnología para actividades académicas**

La importancia de las Tic cumple un papel fundamental, siendo medios de herramientas en la personalización del aprendizaje, obteniendo información necesaria y rápida para los trabajos y actividades relacionadas con temas educativos así como también de interés personal.

- **Uso del PowerPoint como portafolios personal del alumnado.**

Los adolescentes utilizan este programa para realizar presentaciones, mediante diapositivas; mediante textos, imágenes, animaciones para sus trabajos de la escuela, sobre un tema dado que desee exponer.

- **La web personal del centro, del docente o del alumnado.**

Los adolescentes lo utilizan para realizar búsquedas de temas académicas y personales; como interrogantes que ellos deseen informarse, ya que es un medio de información de amplio conocimiento.

- **Creación de mapas conceptuales mediante MindManager.**

Los estudiantes utilizan este programa que les permite crear gráficos y enlaces sobre temas que van a plantear de un tema; facilitándoles en las características e ideas precisas lo del tema aprendido.

## **2.2.9 MODELO DE ENFERMERIA**

### **2.2.9.1. DOROTHY JOHNSON. “MODELO DE SISTEMAS CONDUCTUALES”.**

Dorothy E. Johnson nació el 21 de agosto de 1919 se graduó en Artes en la Armstrong Junior College, en Savannah, Georgia, en 1938 a la edad de 19 años, y se recibe como enfermera titulada a los 23 años de edad en la Universidad de Vanderbilt de Nashville; realiza una maestría por la universidad de Harvard en Boston en el año 1942 a la edad de 29 años.

La mayor parte de su experiencia profesional es como docente de la especialidad enfermería pediátrica en la Universidad de California, donde laboró desde 1949 hasta su jubilación en 1978, desde 1965 a 1967 presidió el comité de la Nurses' California Association, sus publicaciones comprenden cuatro libros, más de 30 artículos en revistas y numerosos informes, estudios y monografías. Aunque también incluye puestos como enfermera y asesora en escuelas de enfermería, Johnson publicó su 'Modelo de Sistemas Conductuales' en 1980. En 1968 ya hace una primera propuesta, promueve el "funcionamiento conductual eficiente y efectivo en el paciente para prevenir la enfermedad". Basó su modelo en la idea de Florence Nightingale acerca de que la enfermería está designada a ayudar a las personas a prevenir o recuperarse de una enfermedad o una lesión.

Dorothy Johnson falleció el 4 de febrero de 1988 a la edad de 79 años en su casa de la playa nueva de

Florida debido a complicaciones posteriores a una cirugía coronaria de puente; Su modelo todavía es utilizado hoy por el hospital de UCLÁs Neuropsychiatric, entre otros.

### **METAPARADIGMA:**

El modelo de Johnson considera al ser humano como un sistema conductual compuesto por siete de subsistemas interactivos e integrales. Cada subsistema tiene objetivos estructurales tales como: meta, predisposición a actuar, centro de la acción y conducta; y funcionales, protección en aumentar el desarrollo y prevenir el estancamiento.

Los subsistemas según Dorothy E. Johnson son siete:

- **DEPENDENCIA:** Promueve una conducta de colaboración que exige una respuesta recíproca, sus consecuencias son la aprobación, la atención o reconocimiento y la asistencia física, la conducta dependiente evoluciona desde un grado total de dependencia de los demás hasta un mayor grado de dependencia de uno mismo.
- **INGESTIÓN:** Tiene que ver con cómo, cuándo, qué y cuanto y en qué condiciones nos alimentamos; cumple así la amplia función de satisfacer el apetito. Se encuentra estrechamente relacionado con factores ecológicos, sociales además de biológicos.
- **ELIMINACIÓN:** Se relaciona con cuando, como y en qué condiciones se produce la eliminación, en los aspectos biológicos de este subsistema influyen

factores sociales y fisiológicos hasta el punto que pueden entrar en conflicto con él.

- **SEXUAL:** Obedece a la doble función de procreación y de satisfacción, incluye el cortejo y el emparejamiento y del mismo modo contempla un amplio espectro de conductas asociadas con el papel sexual.
- **AGRESIVIDAD:** Consiste en proteger y conservar y proviene de una intención primaria de dañar a los demás. La sociedad demanda límites en los modos de autoprotección y pide que se respete y proteja tanto a las personas como a su propiedad.
- **REALIZACIÓN:** Su función consiste en controlar o dominar un aspecto propio del mundo circundante hasta alcanzar cierto grado de superación, a ésta se relacionan estrechamente las cualidades intelectuales, físicas, mecánicas y sociales.
- **AFILIACIÓN:** Proporciona supervivencia y seguridad. Sus consecuencias son inclusión, intimidad, y formación y mantenimiento sociales de un enlace social fuerte.
- **PERSONA:** Es un sistema abierto, interrelacionado; se esfuerza constantemente en mantener una situación estable mediante la adaptación al entorno.
- **ENTORNO:** Hace referencia a un entorno externo e interno de la persona, aunque no lo explica.

- **SALUD:** Es un estado dinámico y difícil de conseguir, influido por factores biológicos, psicológicos y sociales. Se define como el equilibrio y la estabilidad del sistema conductual de la persona.
- **ENFERMERÍA:** Es una fuerza de regulación externa, con el fin de mantener o restaurar el equilibrio y la estabilidad del sistema conductual.

## 2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- **Tic:** Tecnología de la información y la comunicación. Las Tics son conjuntos de tecnologías que permiten la producción, almacenamiento, comunicación, registros de informaciones, forma de voz, imágenes y datos contenidos en señales de naturaleza óptica y acústica.
- **Paginas sociales:** Las redes sociales en internet son aplicaciones web que favorecen el contacto entre individuos. Contactar a través de la red puede llevar a un conocimiento directo o, incluso, la formación de nuevas parejas.
- **Entorno:** El entorno del adolescente, es el ambiente social, la cultura en la que es educado y vive, abarcando a las personas e instituciones con las que interactúa en forma regular.
- **Interrelación:** Relación dinámica individual en el contexto social, es la relación particular con una visión grupal, es la interacción subjetiva con relación al todo.

## 2.4 HIPÓTESIS

### 2.4.1 Hipótesis General

Por ser una formulación descriptiva no se realiza hipótesis.

## 2.5 VARIABLES

### 2.5.1 Definición conceptual de la variable

Tecnología de información y comunicaciones es adecuada si las utilizaciones de las tecnologías por los adolescentes tengan un control en su uso, ya que podría producir consecuencias en la salud. Las tecnologías son medios tecnológicos para almacenar, procesar y difundir todo tipo de información, visual, digital con diferentes finalidades, como gestionar, organizar, desarrollando en el mundo educativo.

### 2.5.2 Definición de operacional de la variable

**Uso de la Tecnología de información y comunicación:** Las Tecnologías de la Información y la Comunicación son un conjunto de servicios, redes, software y aparatos que tienen como fin la mejora de la calidad de vida de las personas dentro de un entorno, y que se integran a un sistema de información interconectado y complementario.

El uso de la TIC es adecuado siempre que le brinden un buen uso correcto en las actividades de los estudiantes tanto que permite el aprendizaje interactivo y educación a distancia, tener acceso de conocimientos e información para mejorar tus estudios académicos. Inadecuado porque lo adolescentes abusan el tiempo que permanecen con los aparatos tecnológicos ya sea la Pc, celular, Tablet, internet, etc. Perjudicando su salud poco a poco sin darse cuentan ellos que son perjudiciales en su salud.

### 2.5.3 Operacionalización de la variable

VARIABLE	DIMENCIONES	INDICADORES
<p><b>USO DE LA TECNOLOGÍA DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tiempo de uso</li> <li>➤ Tipos de Tic y frecuencia</li> <li>➤ Páginas de consulta</li> <li>➤ Cambios en la salud</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Actividades académicas</li> <li>✓ Tiempo libres</li> </ul> <p><b>Tipos de TIC:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Celulares</li> <li>✓ Laptop</li> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Tablet</li> <li>✓ Videojuegos</li> <li>✓ Audifonos</li> </ul> <p><b>Páginas Sociales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Facebook.com</li> <li>✓ Twitter.com</li> <li>✓ Hi5.com</li> <li>✓ My Space.com</li> <li>✓ Hotmail.com</li> <li>✓ Google.com</li> </ul> <p><b>Estado Físico:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Malas posturas sedentarismo</li> <li>❖ Problemas visuales</li> <li>❖ Insomnio</li> <li>❖ obesidad</li> </ul>

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

### **3.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

La investigación es de enfoque Descriptivo porque menciona el uso de la tecnología de la información y comunicación que describirá las situaciones, costumbres, y las actitudes de los comportamientos de las adolescentes de 4to año de secundaria en sus actividades cotidianas.

Cuantitativo porque hace uso de la estadística aplicada; mediante la recolección de datos por medio de encuesta en que me permitirá identificar usos frecuentes de la tecnología y posibles riesgos que se presente en la salud del adolescente.

### **3.2 DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN**

El estudio de investigación se realizara en la Institución Educativa “Presentación de María”, existe solo secundaria y turnos en la mañana y tarde; ubicándose en el distrito de Comas; en Av. Canadá N° 095 – Urb. El Parral km 10. Los Servicios de atención del colegio es de 08:00 a 13:00 hrs. turno mañana y de 14.00:00 a 19.00:00 turno tarde.

La institución educativa cuenta con 3 pisos y 3 pabellones que cuenta con 50 aulas. Está dirigida por el Director Cesar Aparcana Aguado.



La población es 4to año de secundaria y la muestra sera aleatoria o al azar, siendo alumnas del turno tarde de las sección A, B,C,D,E,F,G.

### **3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA**

#### **Población**

El presente estudio estará constituida por todos las alumnas adolescentes de 4to año de secundaria de la Institución Educativa “Presentación de María” del Distrito de Comas.

La población cuenta con 237 alumnas de 4to de secundaria.

#### **Muestra**

La muestra será seleccionada conformada por 105 adolescentes, entre 14 y 15 años, se obtendrá al azar o aleatoriamente; sacando en las 7 secciones; 65 alumnas a realizar la encuesta y obtener datos específicos de las alumnas sobre su uso con la tecnología.

#### **Criterios de Inclusión:**

- Las adolescentes de deseen que participan de 4to año de secundaria
- Estudiantes Adolescentes que cuenten con el consentimiento informado por sus padres.
- Estudiantes de 4to año de secundaria que están en el turno de tarde
- Estudiantes adolescentes que están matriculadas en el año 2015

#### **Los criterios de Exclusión:**

- Todos los alumnos de que no han firmado el consentimiento informado.
- Estudiantes adolescentes que no deseen participar.
- Adolescentes del turno de mañana

### **3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

Se utilizara como instrumento un cuestionario y a través de una encuesta que se basa en 22 preguntas, que permitirá evaluar que tanto usan la tecnología, si cuentan con tecnología en casa, y de que formas de uso lo realizan.

La cantidad preguntas estará basada teniendo en cuenta las dimensiones y sus indicadores propuestos, haciendo un total de 22 ítems, en los cuales se tendrá se cuenta el uso de la tecnología de información y comunicación. En la primera dimensión se determinara sobre tiempo de uso en actividades académicas como horas libres. La segunda dimensión se basa en los tipos Tic. La tercera dimensión sobre las páginas sociales más frecuentes que emplean los adolescentes. La cuarta dimensión es sobre los cambios físicos que presentaría las adolescentes por exceso de uso.

### **3.5 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO**

La validez se realizará teniendo el apoyo de tres jueces, especialistas en el área de Psicología, Pedagogía y Enfermería que evaluaran el instrumento y darán su opinión para poder corregir y mejorar las preguntas que se plantearan, para obtener un resultado superior a 0.78

Para la confiabilidad del instrumento se realizara una prueba piloto a 10 alumnas de otra Institución Educativa.

### **3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS**

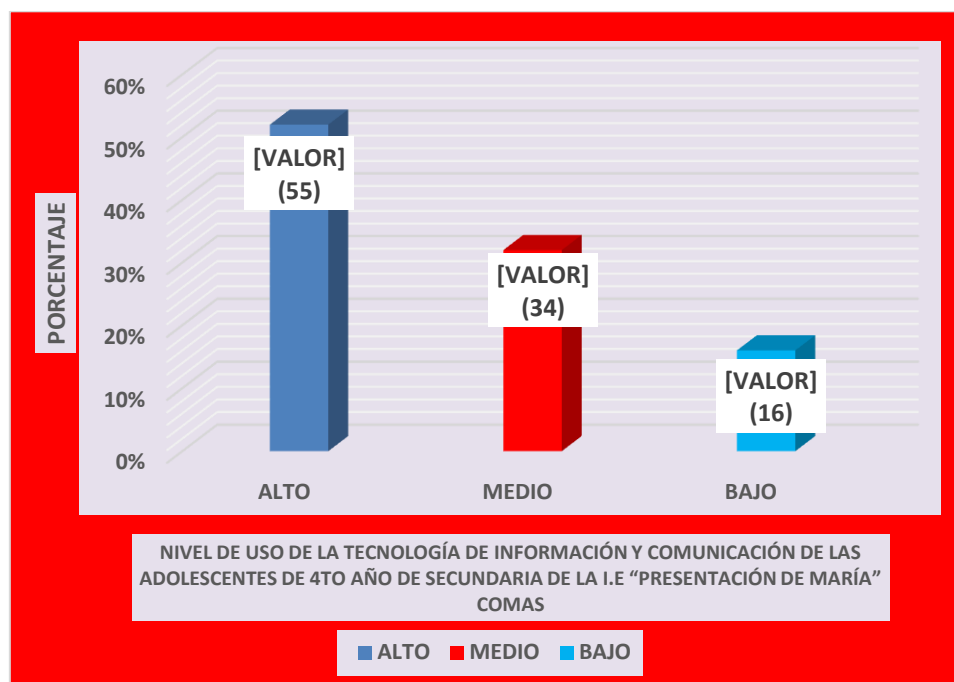
Se pedirá permiso al Director de la Institución Educativa, para que permita el ingreso a las aulas, y que se coordine con la Subdirectora, para que indique las fechas y la hora de ingresar a las aulas del turno tarde. Se aplicara el instrumento a través de un cuestionario de 22 preguntas; con la técnica de una encuesta.

El procesamiento de bases de datos se elaborara con programas Word y Excel.

## CAPITULO IV: RESULTADOS

### GRAFICA 1

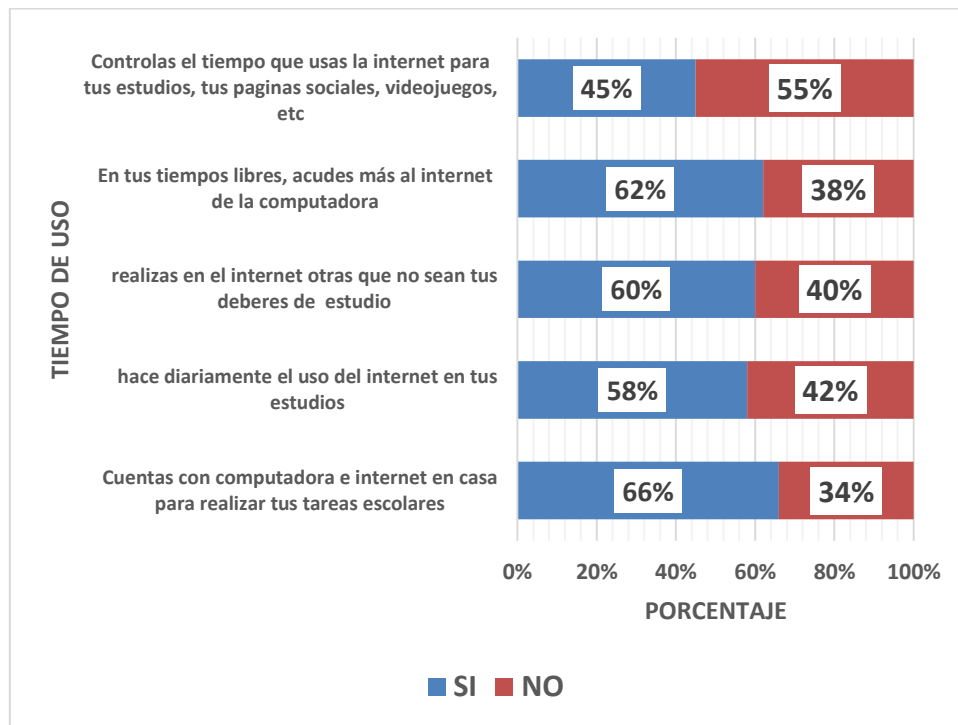
#### NIVEL DE USO DE LA TECNOLOGÍA DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN DE LAS ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E “PRESENTACIÓN DE MARÍA” COMAS, LIMA-2015.



#### INTERPRETACION DE LA GRAFICA 1:

El nivel de uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E "Presentación de María" Comas, es Alto en un 52%(55), Medio en un 32%(34) y Bajo en un 16%(16).de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares 66%(69), en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora en un 62%(65), cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento 65%(68), te dedicas horas a ver televisión diariamente 60%(63), cuentan con páginas sociales 65%(68) y usan la página social frecuentemente 58%(61). El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud 65%(68) y prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos 60%(63),

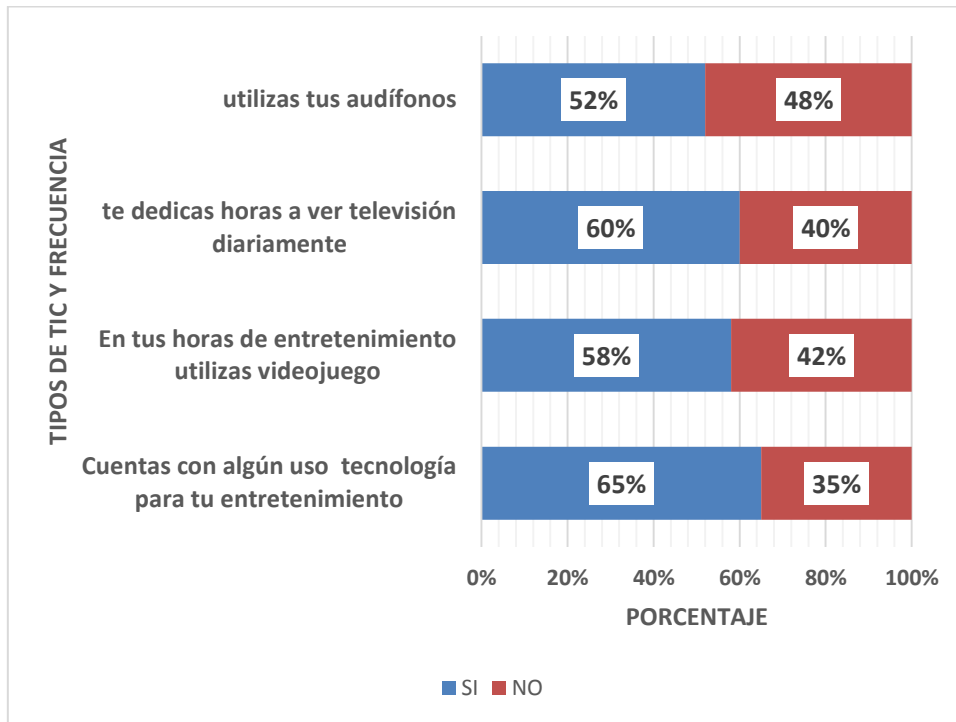
**GRAFICA 2**  
**TIEMPO Y USO DE LA TECNOLOGÍA EN SUS TIEMPOS LIBRES Y**  
**ACTIVIDADES ACADÉMICAS LAS ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE**  
**SECUNDARIA DE LA I.E “PRESENTACIÓN DE MARÍA” COMAS, LIMA-**  
**2015.**



**INTERPRETACION DE LA GRAFICA 2:**

El Tiempo y uso de la tecnología de información y comunicación en los tiempos libres de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan ; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares 66%(69), en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora en un 62%(65), realizan en la internet otras actividades que no sean los deberes de estudio en un 60%(63), hacen diariamente el uso del internet en sus estudios 58%(61) y no controla el tiempo que usa la internet para tus estudios, páginas sociales, videojuegos, etc. 50%(53).

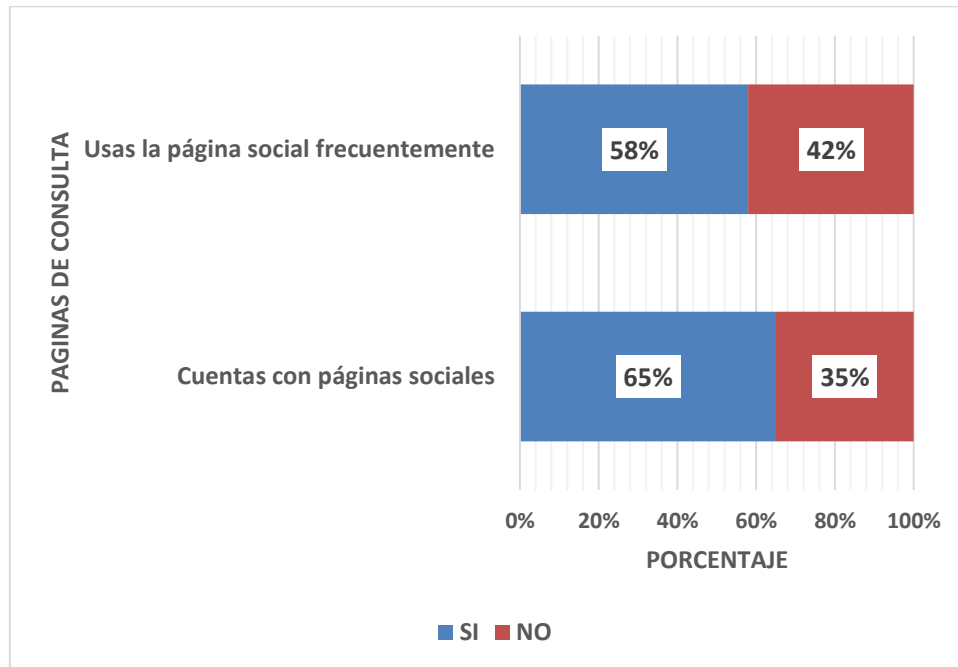
**GRAFICA 3**  
**TIPO DE TIC UTILIZAN LAS ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE**  
**SECUNDARIA DE LA I.E “PRESENTACIÓN DE MARÍA” COMAS, LIMA-**  
**2015.**



**INTERPRETACION DE LA GRAFICA 3:**

El Tipo de TIC que utilizan los adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento 65%(68), te dedicas horas a ver televisión diariamente 60%(63), realizan en la internet otras actividades que no sean los deberes de estudio en un 60%(63), en sus horas de entretenimiento utilizan videojuego 58%(61) y utilizan audífono 52%(55).

**GRAFICA 4**  
**PÁGINAS QUE CONSULTAN Y EL PROPÓSITO DE SU USO DE LAS**  
**ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E**  
**“PRESENTACIÓN DE MARÍA” COMAS, LIMA-2015.**

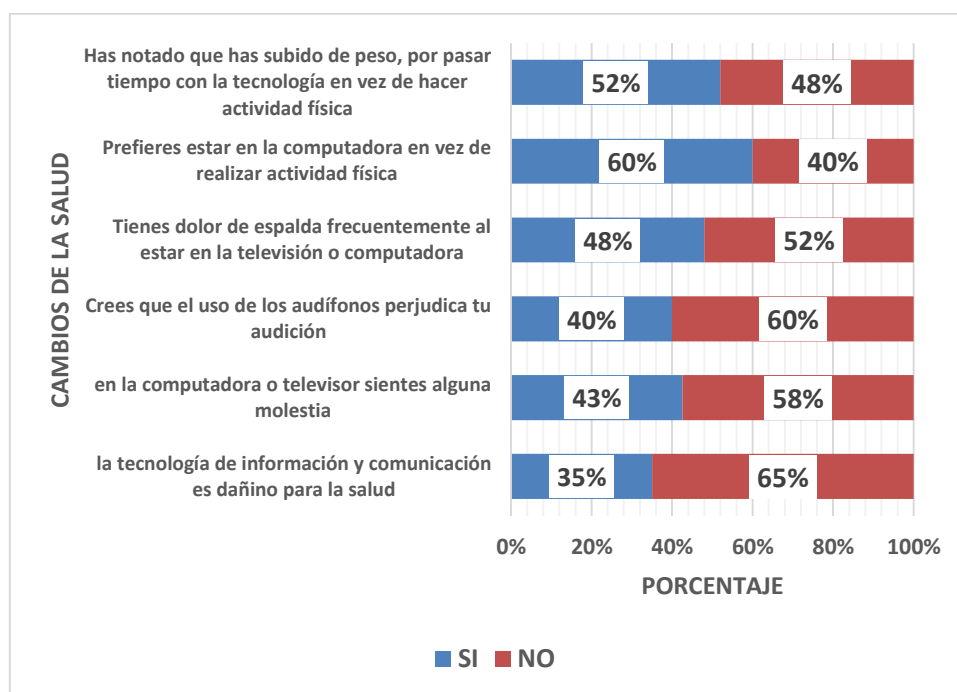


**INTERPRETACION DE LA GRAFICA 4:**

Las páginas que usan y el propósito de uso de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de las adolescentes que señalan; cuentan con páginas sociales 65%(68) y usan la página social frecuentemente 58%(61).

## GRAFICA 5

### CAMBIOS DE LA SALUD EN LOS ADOLESCENTES POR USO DE LA TECNOLOGÍA: POSTURA CORPORAL, TENDINITIS, DISMINUCIÓN DE LA AGUDEZA VISUAL, CAMBIOS ALIMENTICIOS, SOBREPESO, SEDENTARISMO DE LAS ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E “PRESENTACIÓN DE MARÍA” COMAS, LIMA-2015.



#### INTERPRETACION DE LA GRAFICA 5:

Los cambios en la salud de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, por uso de la tecnología: postura corporal, tendinitis, disminución de la agudeza visual, cambios alimenticios, sobrepeso, sedentarismo, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud 65%(68), prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos 60%(63), no creen que el uso de audífonos perjudica la audición 60%(63), en la computadora o televisor no siente alguna molestia 58%(61).

## **DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

El nivel de uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, es Alto en un 52%(55), Medio en un 32%(34) y Bajo en un 16%(16).de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares 66%(69), en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora en un 62%(65), cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento 65%(68), te dedicas horas a ver televisión diariamente 60%(63), cuentan con páginas sociales 65%(68) y usan la página social frecuentemente 58%(61). El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud 65%(68) y prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos 60%(63). Coincidiendo con ROJAS (2008). La conclusión de la investigación se estableció normas éticas para la publicidad; planes y programas del rol de la familia garantizando la calidad de los programas dirigidos a los niños y adolescentes fomentando el sano desarrollo físico y mental. Coincidiendo además con Lam-Figueroa (2011) Concluyendo evidencias de adicción que involucra a los padres de familia y entornos sociales inadecuados, disminuyendo las cifras de uso excesivo de la tecnología (internet).

### **OBJETIVO ESPECIFICO 1**

El Tiempo y uso de la tecnología de información y comunicación en los tiempos libres de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan ; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares 66%(69), en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora en un 62%(65), realizan en la internet otras actividades que no sean los deberes de estudio en un 60%(63), hacen diariamente el uso del internet en sus estudios 58%(61) y no controla el tiempo que usa la internet para tus estudios, páginas sociales, videojuegos, etc. 50%(53). Coincidiendo con Pereira, Sánchez (2015) En conclusión, la investigación proporciona datos que aportan evidencias de que existe relación entre el consumo problemático



de las tecnologías de información y comunicación en los ciertos factores psicológicos que se están dando en los casos de los estudiantes.

## **OBJETIVO ESPECIFICO 2**

El Tipo de TIC que utilizan los adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento 65%(68), te dedicas horas a ver televisión diariamente 60%(63), realizan en la internet otras actividades que no sean los deberes de estudio en un 60%(63), en sus horas de entretenimiento utilizan videojuego 58%(61) y utilizan audífono 52%(55). Coincidiendo con *Castellana y colaboradores(2012)* Con respecto al uso que brinda en el internet ; al entorno de conexión, la mayoría se conecta desde sus respectivos hogares (78’4 %), de los cuales la mitad tienen su propio ordenador y línea de Internet personal; el resto se conectan desde la escuela (26 %), biblioteca (8 %) o cibercafé (5 %). el teléfono móvil ( 22%) no es sólo un dispositivo técnico, sino que también es un objeto personal y social a través de conversaciones con amistades. Los videojuegos (18%); presentándose variedad de juegos de plataforma, simuladores, deportivos, de estrategia deportiva, de estrategia no deportiva, de disparo, de lucha, de aventura. No obstante produce entretenimiento; estimulando la coordinación óculo-manual; promueven procesos cognitivos complejos como atención, percepción visual, memoria. Dando como consecuencia lo malos usos que le brindan. Los más jóvenes (7-11 años) prefieren juegos de lucha y de aventura, los de más edad (11-18 años).

## **OBJETIVO ESPECIFICO 3**

Las páginas que usan y el propósito de uso de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de las adolescentes que señalan; cuentan con páginas sociales 65%(68) y usan la página social frecuentemente 58%(61). Coincidiendo con Rodríguez y Fernández (2014) El 20% de los adolescentes de todo el mundo tiene problemas mentales o de comportamiento (Unicef, 2011) y la mitad de los trastornos mentales comienza antes de los 14 años de edad. La frecuencia de

sintomatología depresiva en adolescentes en Colombia es alta, afectando a un 27,5%; además, el 7,7% del total de los adolescentes estudiados ha presentado algún trastorno de ansiedad (Torres Galvis, 2010). Según Judith (2002), a lo largo de esta etapa disminuye la cohesión familiar percibida por parte de los adolescentes, lo cual es un aspecto esperable de esta etapa de desarrollo que se asocia negativamente con problemas externos del comportamiento. En conclusión se realizó un análisis de regresión múltiple con todas las variables que podrían guardar una relación de tipo predictivo. Al finalizar el análisis se encontró que la conducta agresiva, las horas a la semana que permanecen solos, las cualidades y la insatisfacción escolar, predicen el tiempo de uso diario de las redes sociales en Internet, siendo la conducta agresiva la que guarda mayor poder predictivo respecto al tiempo que pasan los adolescentes en Internet en las redes sociales.

#### **OBJETIVO ESPECIFICO 4**

Los cambios en la salud de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, por uso de la tecnología: postura corporal, tendinitis, disminución de la agudeza visual, cambios alimenticios, sobrepeso, sedentarismo, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud 65%(68), prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos 60%(63), no creen que el uso de audífonos perjudica la audición 60%(63), en la computadora o televisor no siente alguna molestia 58%(61). Coincidiendo con Cordero (2009) Concluyendo con la manifestación del doctor Leopoldo en informar los abusos que presentan los adolescentes por la utilización de la tecnología, debería de ver un control por parte de los padres en sus usos para no causar daños en la salud y fomentar los buenos hábitos ya que la tecnología es un medio de fácil comunicación en todo el mundo.

## **CONCLUSIONES**

### **PRIMERO**

El nivel de uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, es Alto, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares, en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora, cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento, te dedicas horas a ver televisión diariamente, cuentan con páginas sociales y usan la página social frecuentemente. El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud y prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos,

### **SEGUNDO**

El Tiempo y uso de la tecnología de información y comunicación en los tiempos libres de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan ; cuentan con computadoras e internet en casa para realizar sus tareas escolares, en sus tiempos libres acuden más al internet de la computadora, realizan en la internet otras actividades que no sean los deberes de estudio, hacen diariamente el uso del internet en sus estudios y no controla el tiempo que usa la internet para tus estudios, páginas sociales, videojuegos, etc.

### **TERCERO**

El Tipo de TIC que utilizan los adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; cuentan con algún uso tecnológico para su entretenimiento, te dedicas horas a ver televisión diariamente, realizan en la internet otras actividades que no sean los deberes de estudio, en sus horas de entretenimiento utilizan videojuego y utilizan audífono.

### **CUARTO**

Las páginas que usan y el propósito de uso de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, de acuerdo a las

respuestas de las adolescentes que señalan; cuentan con páginas sociales y usan la página social frecuentemente.

## **QUINTO**

Los cambios en la salud de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas, por uso de la tecnología: postura corporal, tendinitis, disminución de la agudeza visual, cambios alimenticios, sobrepeso, sedentarismo, de acuerdo a las respuestas de los adolescentes que señalan; El uso de la tecnología de la información y comunicación no es dañino para la salud, prefieren estar en la computadora en vez de realizar ejercicios físicos, no creen que el uso de audífonos perjudica la audición, en la computadora o televisor no siente alguna molestia.

## **RECOMENDACIONES**

Promover la capacitación a los padres de familia de los adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María” Comas para que conozcan los riesgos del uso de las tecnologías de la información y la comunicación en los adolescentes.

Establecer alianzas estratégicas con los Centros de Salud, más cercanos a la Institución Educativa, que permita la intervención de enfermería, acerca de los cambios de salud que se producen en el tiempo de uso de las computadoras o televisores.

Organizar la vida escolar de los adolescentes en el hogar, promoviendo un espacio de estudio, y un horario que ordene el uso de las tecnologías de la Información y comunicación, así como la práctica de actividades deportivas y culturales de sano esparcimiento.

Sensibilizar a los padres de familia, profesores, auxiliares, tutores, personas que tienen que ver con las relaciones interactivas con los adolescentes, a través de las jornadas de reflexión, actividades de integración familiar y comunidades de aprendizaje, para reforzar la relación y comunicación entre padres e hijos, así como el uso para el estudio de los adolescentes.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Alejandro Parrilla. Adolescencia y nuevas tecnologías: “niños enganchados y padres desconectados”.15-12-14 <http://www.efesalud.com/noticias/adolescencia-y-nuevas-tecnologias-ninos-enganchados-y-padres-desconectados/>
2. Emilio Fernández, José Antonio Oleaga. Las tecnologías de la información y de la comunicación y su uso por los niños y los adolescentes. numero 45 volumen 3. [http://doxacomunicacion.es/pdf/artculogaritaonandia\\_1.pdf](http://doxacomunicacion.es/pdf/artculogaritaonandia_1.pdf) (1)
3. Montserrat Castellana Rosell, Xavier Sánchez-Carbonell, Carla Graner Jordana y Marta Beranuy Fargues . El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos. Número 3 VOL-28 setiembre, 2007. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172646342011000300009&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172646342011000300009&script=sci_arttext) (2)
4. E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña. “Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes”. Pirámide. <http://web.teaediciones.com/ADICCION-A-LAS-NUEVAS-TECNOLOGIAS-EN-ADOLESCENTES-Y-JOVENES.aspx>
5. Revista. “Abusar de la tecnología trae consecuencias serias para la salud”, lunes 12 de enero 2009. <http://www.infobae.com/2009/01/12/425597-abusar-la-tecnologia-trae-consecuencias-serias-la-salud>
6. David Singleton. Seis trastornos causados por el uso excesivo de los smartphones y tablets.La Prensa,<http://laprensa.peru.com/tecnologia-ciencia/noticia-seis-trastornos-causados-uso-excesivo-smartphones-y-tabletas-18238>. 2 de Enero 2014.

# ANEXO

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

**TITULO:** USO DE LA TECNOLOGIA DE INFORMACION Y COMUNICACIÓN DE LAS ADOLESCENTES DE 4 TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E “PRESENTACION DE MARIA”.COMAS.LIMA-2015

**BACHILLER:** Quintana Torres María Lady

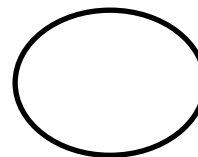
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA
¿Cuál es el uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de Maria”.Comas-Lima 2015?	<p><b>Objetivo General</b> Determinar el uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 4to año de secundaria de la I.E “Presentación de María”. Comas.Lima-2015</p> <p><b>Objetivo específico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el tiempo y uso de la tecnología en sus</li> </ul>	Por ser una investigación descriptiva, no se formula hipótesis.	Uso de la tecnología de información y comunicación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tiempo de uso</li> <li>➤ Tipos de Tic y frecuencia</li> <li>➤ Páginas de consulta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Actividades académicas</li> <li>✓ Tiempo libres</li> </ul> <p><b>Tipos de TIC:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Celulares</li> <li>✓ Laptop</li> <li>✓ Computadora</li> <li>✓ Tablet</li> <li>✓ Videojuegos</li> <li>Audífonos</li> </ul> <p><b>Páginas Sociales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Facebook.com</li> <li>✓ Twitter.com</li> <li>✓ Hi5.com</li> <li>✓ My Space.com</li> <li>✓ Hotmail.com</li> <li>✓ Google.com</li> </ul>	<p>Es Cuantitativo ya que brindara resultados estadísticos.</p> <p>La investigación presenta enfoque Descriptivo porque se describirá el uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes de 5to de secundaria.</p>



	<p>tiempos libres y actividades académicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar qué tipo de TIC utilizan.</li> <li>• Conocer las páginas que consultan y el propósito de su uso.</li> <li>• Identificar cambios de la salud en los adolescentes por uso de la tecnología: postura corporal, tendinitis, disminución de la agudeza visual</li> </ul>			<p>Cambios en la salud</p>	<p><b>Estado Físico:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ malas posturas sedentarismo</li> <li>❖ problemas visuales</li> <li>❖ insomnio</li> <li>❖ obesidad</li> </ul>	<p><b>Población y Muestra</b></p> <p><b>Población</b></p> <p>Estará constituida por 237 alumnas, adolescentes de 4to año de secundaria de la Institución Educativa “Presentación de María” del Distrito de Comas.</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>La muestra estará conformada por 105 estudiantes de 4to año de secundaria de la sección A, B,C,D,E,F,G.</p>
--	--	--	--	----------------------------	--	--

						<p><b>Técnicas e Instrumento</b></p> <p>El instrumento se aplicara a través de un cuestionario basándose de la técnica que será la encuesta de 22 preguntas sobre el uso de la tecnología de información y comunicación.</p>
--	--	--	--	--	--	--

Sección:



**CUESTIONARIO: USO DE LA TECNOLOGIA DE INFORMACION Y COMUNICACIÓN.**

Buenas tardes estimadas alumnas; Se presenta una encuesta a través de una serie de preguntas cuyo objetivo es: Determinar el uso de la tecnología de información y comunicación de las adolescentes. Se le solicita que contesten con veracidad las 22 preguntas del cuestionario que a continuación se le presenta, este es anónimo.

Muchas Gracias por su Atención.

Marque con una (x) las respuestas de las preguntas que se dan a continuación:

**Cuestionario de preguntas:**

**A) Tiempo de uso; Actividades Académicas y horas libres**

1. ¿Cuentas con computadora e internet en casa para realizar tus tareas escolares?

Si ( )

No ( )

2. ¿Con que frecuencia hace diariamente el uso del internet en tus estudios?

a) ½ h a 2h

c) 4h a 6h

b) 2h a 4 h

d) 6h a 8 h

3. ¿Qué otras actividades realizas en el internet que no sean tus deberes de estudio?

a) Chat del Facebook.      c) Chat del Twitter      e) Bajar músicas, programas

b) Jugar en los Videojuegos      d) Buscar información

4. ¿En tus tiempos libres, acudes más al internet de la computadora o del celular?

- a) Computadora                      b) Celular                      c) Ninguno

5. ¿Controlas el tiempo que usas la internet para tus estudios, tus paginas sociales, videojuegos, etc.?

- a) Siempre                      c) No, no considero que debo controlarlo  
b) A veces                      d) Nunca

## **B) Tipos de Tic y frecuencia**

6. ¿Cuentas con algún uso tecnología para tu entretenimiento?

- a) Celular                      c) Computadora                      e) Radio  
b) Tablet anteriores                      d) Videojuegos                      f) Todas las

7. ¿En tus horas de entretenimiento utilizas videojuego?

- a) Siempre                      c) A veces  
b) Casi siempre                      d) Nunca

8. ¿Cuántas horas te dedicas a ver televisión diariamente?

- a) 1h a 2 h                      c) 6h a 8h  
b) 3h a 5 h                      d) Menos de 1 hora

9. ¿En qué momento utilizas tus audífonos?

- a) En casa                      c) Al dormir  
b) En el carro                      d) En clase

10. Utilizas el celular para:

- a) Solo llamadas                      c) Llamadas y mensajes  
b) Uso de información                      d) Paginas sociales

## **C) Páginas de consulta**

11. ¿Cuentas con páginas sociales?

- a) Si  
b) No

12. ¿Cuál es tu página social que usas frecuentemente?

- a) Facebook y YouTube      c) YouTube y Gmail  
b) Twitter y Hotmail      d) Hotmail y Facebook

13. ¿Qué tipos de páginas consulta usted?

- a) Páginas sociales      c) Páginas de estética y nutrición  
b) Buscador de información.      d) Páginas de películas y de artistas

#### **D) Cambios en la salud**

14. ¿Crees que el uso exagerado de la tecnología de información y comunicación es dañino para la salud? ¿Porque?

- a) Si \_\_\_\_\_  
b) No \_\_\_\_\_

15. ¿Cuándo estas en la computadora o televisor sientes alguna molestia?

- a) Dolor de cabeza      e) Te sientes cansado  
b) Lagrimean los ojos      f) Ninguno  
c) Dolor de espalda  
d) Tendinitis (Dolor de las manos, dedos y brazo)

16. ¿Crees que el uso de los audífonos perjudica tu audición? ¿Porque?

- a) Si \_\_\_\_\_  
b) No \_\_\_\_\_

17. ¿Tienes dolor de espalda frecuentemente al estar en la televisión o computadora?

- a) Siempre      c) A veces  
b) Casi siempre      d) Nunca

18. ¿Dejas de dormir por estar en el internet y/o páginas sociales?

- a) A veces      c) Casi siempre  
b) Siempre      d) Nunca

19. ¿Prefieres estar en la computadora en vez de realizar actividad física?

20.

- a) Si \_\_\_\_\_  
b) No \_\_\_\_\_

21. ¿Has notado que has subido de peso, por pasar tiempo con la tecnología en vez de hacer actividad física?

a) Si

b) No

22. ¿Realizas actividades físicas en la semana durante tus tiempos libres?

a) sí. Cuanto tiempo:

\_\_\_\_\_

b) No. Porque:

\_\_\_\_\_

23. Durante el almuerzo, sueles utilizar:

a) Computadora y Celular

d) Laptop y Celular

b) Radio y Laptop

e) Radio y Computador

**TABLA BINOMINAL DE JUECES DE EXPERTOS**

**INSTRUMENTO:**

USO DE LA TECNOLOGIA DE INFORMACION Y COMUNICACIÓN DE LAS ADOLESCENTES DE 4TO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E "PRESENTACION DE MARIA" COMAS, LIMA - 2015

JUECES	INDICADORES	A	B	C	TOTAL	PROPORCION DE CONCORDANCIA (P)	
CRITERIOS							
CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado	0.95	0.7	0.76	2.41	0.80	
OBJETIVO	Esta expresado en capacidad observables	0.95	0.6	0.76	2.31	0.77	
ACTUALIDAD	Adecuado a la identidad del conocimiento de las variables de investigación	0.95	0.7	0.75	0.4	0.80	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica en el instrumento	0.9	0.7	0.77	2.37	0.79	
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad con respecto a las variables de investigación	0.8	0.7	0.8	2.3	0.76	
INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las variables de investigación	0.9	0.7	0.8	2.4	0.80	
CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos de conocimiento	0.85	0.75	0.8	2.4	0.80	
COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices e indicadores y las dimensiones	0.8	0.6	0.8	0.2	0.73	
METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación	0.95	0.7	0.75	2.4	0.80	
<b>TOTAL</b>		<b>8.05</b>	<b>6.15</b>	<b>6.99</b>	<b>21.19</b>	<b>7.05</b>	
						<b>P=</b>	<b>0.78</b>

**ES VALIDO SI P MAYOR E IGUAL A 0.60**