



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**“INFLUENCIA DE LOS VIDEOJUEGOS Y USO DEL
INTERNET EN LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES DE
LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO
ESPINOZA AREQUIPA- 2014”**

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

BACHILLER : ESQUIVEL FLORES, LADY CRISTINA

AREQUIPA- PERÚ

2017

**“INFLUENCIA DE LOS VIDEOJUEGOS Y USO DEL
INTERNET EN LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES DE
LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO
ESPINOZA AREQUIPA- 2014**

RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar la influencia que ejerce el uso de videojuegos e internet en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014. Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de 90 esrudiantes, para el recojo de la información se utilizó un Cuestionario tipo Likert de 28 ítems, organizado por las dimensiones: Tiempo de uso, factor biológico, psicológico, estilos de vida saludables. La validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de (0,853); la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de (0,873). La prueba de Hipótesis se realizó mediante el estadístico T de Pearson con un valor de 0,903 y un nivel de significancia de $p < 0,05$.

CONCLUSIONES:

Los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa, que hacen uso de videojuegos e internet de nivel Medio tienen un estilo de vida saludable, los que hacen uso en un nivel Alto tienen un estilo de vida No saludable y los que tienen un nivel bajo del uso de los video juegos e internet tienen estilos de vida saludables. De acuerdo a los resultados encontrados se puede observar que existe influencia del uso de los videojuegos e internet en los estilos de vida de los estudiantes.

PALABRAS CLAVES: *Uso de videojuegos e internet, estilos de vida saludables, adolescentes, factor biológico, psicológico.*

ABSTRACT

The objective of the present investigation was to determine the influence exerted by the use of video games and internet on the healthy lifestyles of adolescents at Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014. A cross - sectional descriptive research was carried out with a sample of 90 students. A 28 - item Likert Questionnaire was used to collect the information, organized by the dimensions: Time of use, biological factor, psychological, healthy lifestyles. The validity of the instrument was performed by the test of agreement of the expert judgment obtaining a value of (0.853); Reliability was performed using the Cronbach's alpha with a value of (0.873). The Hypothesis test was performed using the Pearson T statistic with a value of 0.903 and a significance level of $p < 0.05$.

CONCLUSIONS:

Adolescents from Honorio Delgado Espinoza Arequipa, who make use of video games and the Internet of the Middle level have a healthy lifestyle, those who use at a high level have an unhealthy lifestyle and those with a low level of use Of video games and the internet have healthy lifestyles. According to the results found, it can be observed that there is influence of the use of video games and internet in the lifestyles of the students.

KEY WORDS: *Use of video games and internet, healthy lifestyles, adolescents, biological, psychological factor.*

INDICE

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 Objetivos generales	3
1.3.2 Objetivos específicos	3
1.4 Justificación del estudio	4
1.5 Limitaciones y alcances de la investigación	4
CAPITULO II: EL MARCO TEÓRICO	
2.1 Antecedentes del estudio	5
2.2 Bases teóricas	9
2.3 Definición de términos	21
2.4 Hipótesis	23
2.5 Variables	23
2.5.1 Definición conceptual de la variable	23
2.5.2 Definición operacional de la variable	24
2.5.3 Operacionalización de variables	25

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1 Tipo y nivel de investigación	27
3.2 Descripción del ámbito de la investigación	27
3.3 Población y muestra	27
3.4 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	28
3.5 Validez y confiabilidad del instrumento	28
3.6 Plan de recolección y procesamiento de datos	29

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

30

CAPÍTULO V: DISCUSION

35

CONCLUSIONES

38

RECOMENDACIONES

39

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

40

ANEXOS

Matriz

Instrumento

INTRODUCCIÒN

El presente trabajo se aboca a la reflexión acerca de los videojuegos e Internet en los estilos de vida de los adolescentes de secundaria del colegio Honorio Delgado Espinoza de Arequipa 2016

En las dos últimas décadas, y sobre todo en los años recientes se observa que la tecnología forma parte de las actividades cotidianas de las nuevas generaciones, en especial, está presente en el juego de los niños: los videojuegos, cuyo uso desmesurado puede originar distintos tipos de riesgos o consecuencias en la salud.

Se destaca como el Internet colabora en estas nuevas experiencias siendo un proveedor de información inigualable en cuanto a cantidad y discutible en cuanto a pertinencia. Las dinámicas sociales y familiares actuales con relación a los videojuegos y sus consecuencias, y el estatuto de estos últimos como juegos según la concepción clásica. ⁽¹⁾

Se culmina con algunas reflexiones en torno a la violencia en los juegos y sus posibles interpretaciones y repercusiones en la salud de los adolescentes.

El presente trabajo de investigación consta de cinco capítulos: Capítulo I en la cual se presenta el planteamiento del problema, formulación del problema, justificación, objetivos y propósito. El Capítulo II Marco Teórico donde incluye antecedentes, base teórica, hipótesis, variables y definición operacional de términos. En el Capítulo III se exponen los materiales y métodos la misma abarca tipo de estudio, área de estudio, población y muestra; técnicas, instrumentos y diseño de recolección de datos, procesamiento y análisis de datos. Aspectos Administrativos presupuesto de la investigación, cronograma de actividades.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La adolescencia es una de las etapas más vulnerables y más receptivas ante los medios de comunicación.

La adolescencia como se define en todos los textos de estudiosos dedicados a esta etapa tan importante en nuestras vidas, es una etapa que va desde los diez a los veinte años, aproximadamente; es una etapa de cambios, en todos los sentidos: biológicos, psicológicos y sociales. Una de las características fundamentales que la define, es la “crisis de identidad”, y esto se ve, por citar sólo un ejemplo, en su falta de control de los impulsos, los cuales los llevan a tomar conductas poco acordes a los modelos aprendidos, mucho menos a los establecidos socialmente. ⁽²⁾

Los medios de comunicación juegan un papel fundamental en esta etapa. Ellos existen, por esencia, para influir en la población y esta población de adolescentes puede ser muy frágil ante el avance de éstos; pero también, puede llegar a ser totalmente insensible a ellos. Todo depende del vínculo afectivo que establezcan. Algo así sucede con sus padres, y también con sus pares. Su estilo de vida puede ser modificado, o influido por los medios de comunicación; desafortunadamente, en el mundo los resultados casi siempre son desalentadores. En este planeta globalizado,

donde impera el consumismo y la sobrevaloración de la imagen, y no los valores genuinos de cada grupo, los medios, de modo general responden a los intereses del consumo

Internet es una de las palabras más nombradas en los últimos tiempos por quienes se aproximan a la tecnología o a la informática. Internet reúne un gran conjunto de denotaciones y connotaciones, de acuerdo a los grupos de usuarios, y a los servicios cambiantes y en continua evolución. Con más de 200 millones de usuarios en todo el mundo, Internet se ha convertido en el medio de comunicación más extendido en toda la historia de la humanidad

Los videojuegos, se definen como “programas de carácter lúdico que pueden ser ejecutados en ordenadores o en otros dispositivos, llamados consolas,” los videojuegos influyen en la forma de actuar de los niños y adolescentes, como estos, de acuerdo a toda la permeabilidad que han generado en la sociedad y la economía, llegan a verse afectados en su comportamiento, ya que son los directamente involucrados al dedicar la mayor parte de su tiempo según estudios realizados, a juegos de video y no a otras actividades, esta gran dificultad que aqueja genera una problemática social.

Los videojuegos al ser un método de entretenimiento estático, es decir que no exige de una mayor movilidad física, tienden a fomentar la apatía por el movimiento generando flojera y, paradójicamente, mayores síntomas de cansancio. Un videojuego puede reducir el índice de violencia en las calles, pues las personas que por lo general son aficionadas a esta diversión permanecen una gran cantidad de horas frente a la pantalla obviando el que tengan que estar constantemente entre los peligros de la vida moderna. Un peligro grande con el uso de los videojuegos puede ser el fomento de actividades ilícitas, métodos subversivos y más comportamientos de esta índole, al considerar que las “cosas” en el mundo real deberían ser solucionadas como lo muestran ciertos títulos en sus tramas. (3)

En niños y adolescentes, los videojuegos pueden ejercer una influencia que va desde la apropiación de un estilo de vida de acuerdo a la trama y

los personajes que se devienen en los diferentes títulos, y por otro lado está la afectación que puede surgir en la existencia cotidiana debido a las formas de apropiarse de este entretenimiento virtual. Como no podría ser de otra manera, el asunto genera comentarios de diversa índole, y ha puesto a pensar tanto a expertos como a gente del común, por decirlo de alguna manera, sobre la verdadera motivación que impele a desarrollar toda una cultura existencial en torno a los juegos de video.

En el Perú, el 62%(frente al 47% global) usa intensamente cabinas de internet (cyber cafés) y el 41% de las mujeres juegan online (en lugares públicos). Por otro lado, los videojuegos han adquirido mucha relevancia y constituyen una experiencia compartida: Perú es el país donde hay mayor proporción de jóvenes que juegan con amigos.

El Perú es el tercer país, del ranking iberoamericano, donde se usa más activamente el internet. (4)

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la influencia que ejerce el uso de videojuegos e internet en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014?

1.3 OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo General

Determinar la influencia que ejerce el uso de videojuegos e internet en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014

1.3.2 Objetivo Específico

Determinar los factores que propician el uso de videojuegos e internet en los estudiantes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2016.

Determinar los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

1.4 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Hoy en día con el avance que ha tomado la tecnología, la cual brinda grandes beneficios; el internet; es uno de estos grandes avances.

El uso del internet se ha vuelto parte de la vida de muchos adolescentes; la adolescencia es una etapa de grandes cambios ya sean físicos como psicológicos, es en ella donde los adolescentes fijan su modo de vida y quieren adoptar modelos que imitan la mayoría de veces de los medios de comunicación uno de ellos, el internet. Si bien este puede ser una fuente de diversión, aprendizaje, y amistad para un adolescente, también puede ser una fuente de potenciales riesgos.

La realización del proyecto de investigación permitirá conocer y comprender acerca de la realidad de cómo influye el uso de videojuegos e internet en la vida de los adolescentes; saber en qué nivel los videojuegos e internet influencia sobre la vida de los adolescentes, de qué manera fijan los modelos que ven en este medio de comunicación y como lo llevan a la practica en su vida.

1.5 LIMITACIONES

La primera limitación corresponde a la población de estudio, ya que la muestra solo son los estudiantes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014

La segunda limitación que presenta el elaborar este trabajo de investigación es la carencia de investigaciones relacionadas con el problema sujeto de investigación.

La tercera limitación es que los resultados solo servirán para los estudiantes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2016

CAPÍTULO II: EL MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

2.1.1 Ámbito Internacional

Pablo Robina, las redes sociales: sus efectos sociales, 2009, España, el estudio fue de tipo descriptivo.

“En este trabajo trata de las redes sociales como un nuevo medio de comunicación que está suplantando a todos los que conocemos actualmente,

A partir del apartado: “Trabajo con redes sociales” se expondrán “tesis” acerca del rendimiento de estas redes y la modificación de la vida social, admitiendo, pues, que hay diversas posturas acerca de las redes sociales desde las que admiten que es un bien común hasta las que aseguran que se están “cargando” las relaciones humanas.”⁽⁵⁾

Comentario: El uso del internet está suplantando a otros medios de comunicación de importancia, es por ello la gran influencia que ejerce en los adolescentes, generando adicción hacia ellos.

Charlie Ramos, influencia de internet y las redes sociales en la vida de hoy, 2008, Venezuela, es una investigación descriptiva, ,

tiene como propósito estudiar la influencia de una variable o concepto y aportar la descripción respectiva.

“Las Redes son formas de interacción social que consisten en un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones. Un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos.

Lo que hacen las redes sociales en Internet es materializar esos vínculos directos entre miembros, creando una gran red en la que cada uno de sus integrantes está de alguna manera vinculado con otros participantes.

Las funciones de las redes sociales online pueden resumirse en las 3 Cs: Comunicación (nos ayudan a poner en común conocimientos), Comunidad (nos ayudan a encontrar e integrar comunidades) y Cooperación (nos ayudan a hacer cosas juntos).”⁽⁶⁾

Comentario: La interacción que surge al usar el internet con otros usuarios puede influenciar en la vida saludable de los adolescentes, la manipulación de esta genera dependencia y la copia de algunos hábitos no siempre los adecuados para su formación.

Valeria Rojas O., influencia de videojuegos en el aprendizaje y conducta infanto-juvenil, 2008, Chile, el tipo de estudio fue descriptivo transversal, la muestra estuvo constituida por 187 usuarios externos seleccionados por muestreo aleatorio simple.

“Las Tecnologías de la Información y Comunicación han transformado la vida cotidiana de los adolescentes y sus familias. Es necesario también que se establezcan ciertas normas mínimas de carácter ético para la publicidad; hay que impulsar políticas, planes y programas relativos al rol de la familia ante los medios, al mismo tiempo que formular políticas públicas que garanticen la calidad de los programas dirigidos a los niños.

Como pediatras y trabajadores de la salud debemos involucrarnos en promover cambios educacionales y legales que aseguren el sano desarrollo físico y mental de nuestros niños y adolescentes”

(7)

Comentario: La tecnología esta transformando la vida de muchos, es por ello que se debe preparar al adolescente para que puede comprender la cultura tecnológico, crear programas donde se de la información necesaria para que el desarrollo de su personalidad no se vea afectada.

Antón Ares Paloma, influencia de los videojuegos en el aprendizaje y en el comportamiento del adolescente, 1995, España, es un estudio descriptivo, de corte transversal.

“La finalidad de la investigación es conocer la influencia de los videojuegos y juegos de ordenador en el aprendizaje y en el comportamiento de los adolescentes. Abordando el trabajo desde un planteamiento objetivo, se clarifican los aspectos psicosociales que se potencian o desarrollan con el ejercicio de estos juegos.. Se analiza la influencia en el comportamiento, tanto social como agresivo, deteniéndose en los videojuegos de violencia. Las diferencias socio comporta mentales, las actitudes, preferencias y modelos en función del genero quedan así mismo contempladas. Son estudiados por otra parte los efectos derivados del uso de la tecnología lúdica, tanto liberadores y catárticos como de sus riesgos, que llevan a emitir unas llamadas de atención sobre el uso abusivo e indiscriminado de estos. Se elabora una nueva conceptualización de la actividad lúdica y se esclarecen los aspectos que confieren atractivo a los videojuegos. Las conclusiones comprenden unas aportaciones y demandas pedagógicas, facilitando amplia bibliografía.”⁽⁸⁾

Comentario: El uso de videojuegos genera dependencia, es por ello importancia estudiar desde que aspecto perjudique en los adolescentes tanto psicosociales como físicos y como lo contrarresta con su realidad.

2.1.2. Antecedentes nacionales

JANETH EMILY CUBA QUISPE EN SU TESIS NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA SOBRE LOS JUEGOS ONLINE DE LOS ADOLESCENTES DEL 1er AÑO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, INSTITUCIÓN EDUCATIVA FE y ALEGRÍA N° 3 - SJM

RESUMEN Introducción: En el Perú, la industria de los juegos online ha crecido de manera desmedida, lo cual se está convirtiendo perjudicial para la sociedad, ya que esta invasión de videojuegos influye mucho en los adolescentes. Objetivo: es determinar el nivel de conocimientos y la práctica sobre los juegos online en los adolescentes de 1er año de educación secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría N° 3 - S.J.M. Metodología: El estudio fue de tipo cuantitativo, diseño descriptivo de corte transversal, aplico el muestreo probabilístico quedando una muestra conformada por 82 adolescentes de 1er año de educación secundaria que corresponden a cinco aulas de la Institución Educativa. Se utilizó un cuestionario estructurado que evaluó el conocimiento y la práctica que aplican los adolescentes sobre los juegos online, la recolección de datos se realizó en el mes de octubre y se aplicó la estadística descriptiva. Resultados: Los adolescentes de 1er año de educación secundaria tienen en su mayoría 12 años con un 82% y pertenecen al género femenino 54% y masculino 46%. Teniendo un nivel de conocimiento medio sobre los juegos online de 71%, lo practican 93% de los adolescentes y el 51% de ellos lo hacen de manera inadecuada. La conclusión fue que existe un porcentaje significativo de los adolescentes del 1er año de educación secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría N° 3 posee un conocimiento medio sobre los conceptos generales, efectos y consecuencias de los juegos online. Y que sin embargo lo practica un porcentaje alto en su casa con tendencia a los juegos de guerra o pelea haciendo uso de manera inadecuada. Palabras clave: Conocimiento, practica, juegos online, adolescente

2.2. BASES TEORICAS

Teorías de enfermería

Faye Glen Abdellah Es reconocida como una de las principales investigadoras en políticas sanitarias y públicas, Su obra se basa en el método de resolución de problemas, y ha tenido mucha influencia en el desarrollo del programa de estudios de enfermería. Siendo la ludopatía un problema sanitario que involucra la salud de los adolescentes en su teoría manifiesta que La resolución de problemas es el vehículo para perfilar los problemas de enfermería relacionados con la salud de los adolescentes -paciente

DOROTY JOHNSON. “MODELO DE SISTEMAS CONDUCTUALES”.

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. El modelo de Johnson considera a la persona como un sistema conductual compuesto de una serie de subsistemas interdependientes e integrados, modelo basado en la psicología, sociología y etnología. Según su modelo la enfermería considera al individuo como una serie de partes interdependientes, que funcionan como un todo integrado; estas ideas fueron adaptadas de la Teoría de Sistemas.

Cada subsistema conductual tiene requisitos estructurales (meta, predisposición a actuar, centro de la acción y conducta) y funcionales (protección de las influencias dañinas, nutrición y estimulación) para aumentar el desarrollo y prevenir el estancamiento. Son siete Dependencia, Alimentación, Eliminación, Sexual, Agresividad, Realización y afiliación.

El individuo trata de mantener un sistema balanceado, pero la interacción ambiental puede ocasionar inestabilidad y problemas de salud. La intervención de enfermería sólo se ve implicada cuando se produce una ruptura en el equilibrio del sistema. Un estado de desequilibrio o

inestabilidad da por resultado la necesidad de acciones de enfermería, y las acciones de enfermería apropiadas son responsables del mantenimiento o restablecimiento del equilibrio y la estabilidad del sistema de comportamiento. Enfermería no tiene una función definida en cuanto al mantenimiento o promoción de la salud. Enfermería es una fuerza reguladora externa que actúa para preservar la organización e integración del comportamiento del paciente en un nivel óptimo bajo condiciones en las cuales el comportamiento constituye una amenaza para la salud física o social, o en las que se encuentra una enfermedad.

El Proceso de Enfermería, propuesto excluye el Diagnóstico de Enfermería y la valoración incluye sólo los datos sobre los subsistemas de ingestión, eliminación y sexual ésta limitada valoración deja lagunas en información necesaria para hacer un registro completo de Enfermería.

2.2.1 Adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana 12 a 14 años y la adolescencia tardía 15 a 19 años. En cada una de las etapas se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad; sin embargo la condición de la adolescencia no es uniforme y varía de acuerdo a las características individuales y de grupo.

Cada individuo posee una personalidad y en esta etapa es cuando más la manifiesta generalmente, no solo de manera individual sino de forma grupal, para poder medir el grado de aceptación en los diferentes escenarios sociales e ir haciendo los ajustes o modificaciones necesarios para sentirse aceptado socialmente.

El perfil psicológico generalmente es transitorio y cambiante es emocionalmente inestable. El desarrollo de la personalidad

dependerá en gran medida de los aspectos hereditarios, de la estructura y experiencias en la etapa infantil preescolar y escolar y de las condiciones sociales, familiares y ambientales en el que se desenvuelva el adolescente.

Por la misma inestabilidad emocional, por desconocimiento, temor, experimentar una nueva vivencia o falta de una toma de decisión adecuada y en ocasiones combinado con una baja autoestima, es una etapa para una gran parte de ellos, muy susceptible de tomar una conducta inadecuada que puede tratarse desde las relacionadas con los hábitos alimenticios (trastornos de la conducta alimenticia), alteración en la relación personal o conductas más dañinas auto destructibles como hábito del tabaco, alcohol u otro tipo de droga.⁽⁹⁾

2.2.3 Medios de comunicación en la vida de los adolescentes

La influencia de los medios de comunicación tienen en la sociedad actual es de tal magnitud, que han cambiado nuestra forma de vida, convirtiéndose en verdaderos competidores de la familia y la escuela en la formación y educación de los niños, y en forma especial en los adolescentes.

Los medios informan, entretienen, estimulan la fantasía, la imaginación, son una ventana abierta al mundo y a todo tipo de conocimientos, ayudan a conocer los valores humanos, favorecen el aprendizaje y la educación, promueven la salud y estilos de vida. Se han convertido en el agente de socialización y de transferencia cultural más importante en este nuevo milenio (Academia Americana de Pediatría 2001^a, Vaucheret 2004)

Sin embargo, en los últimos años, otros medios de comunicación han penetrado a una gran velocidad en los domicilios de los niños y adolescentes, de tal forma que se comienza hablar del <<botellón electrónico>> que no es más que la mezcla de grandes dosis de televisión, ordenador, internet, videojuegos y móviles por parte de los niños y adolescentes (Castell 2003). El uso excesivo o sobre- consumo de los medios de comunicación se ha asociado

con múltiples efectos negativos para la salud de los niños y adolescentes.

Los videojuegos se han convertido en el entretenimiento preferido por los niños y adolescentes de los países desarrollados, haciendo posible una realidad virtual asombrosa y se han convertido en los juguetes más vendidos. El internet al igual que otros medios como la televisión, videojuegos, móvil puede crear dependencia, y derivar en trastornos de conducta y de la atención. Se están describiendo nuevas patologías psicosociales (ciberpatologías), e incluso se ha referido un síndrome nuevo de <<vibración de mano-brazo>> asociado al uso prolongado de un mando vibrante de un videojuego en la adolescencia.

La sociedad en general debe adoptar un papel activo en la educación sobre los distintos medios de comunicación así como conocer mejor los efectos beneficiosos como perjudiciales que presentan los distintos medios, de forma que puedan realizar recomendaciones a los padres de cuál es el tiempo ideal de consumo de televisión, internet, videojuegos, el horario adecuado, la localización de los mismos en el domicilio, el tiempo de uso. ⁽¹⁰⁾

Internet

Es una interconexión de redes informáticas, conjunto de equipos, computadoras y/o dispositivos conectados por medio de cables, señales, ondas o cualquier otro método de transporte de datos, que comparten información (archivos), recursos (CD-ROM, impresoras, etc.), servicios (acceso a internet, e-mail, chat, juegos), etc. incrementando la eficiencia y productividad que permite a las computadoras conectadas comunicarse directamente entre sí. Esta palabra suele referirse a una interconexión en particular, abierta al público.

Internet posee un funcionamiento que puede resultar bastante complejo para aquellos que no estén familiarizados con la informática; ésta es un conjunto de redes locales que están conectadas entre sí a través de una computadora especial por

cada red. Dichas interconexiones se llevan a cabo utilizando varias vías de comunicación, entre ellas podemos mencionar a las líneas de teléfono, Módems; etc. ⁽¹¹⁾

Constituye una fuente de recursos de información y conocimientos compartidos a escala mundial. Es también la vía de comunicación que permite establecer la cooperación y colaboración entre gran número de comunidades y grupos de interés por temas específicos, distribuidos por todo el planeta.

Internet ha cambiado los hábitos de los seres humanos; el correo no se utiliza de la misma forma, las películas no se alquilan con tanta frecuencia en los videos clubs; el diario y la radio se escuchan desde los ordenadores, etc. Estos acontecimientos no son casuales; Internet se dispone a apropiarse de casi todo el mercado y decimos esto porque son cada vez más las personas que poseen conexiones a la web; años atrás, era probable encontrar individuos sin cuentas de e-mail, actualmente eso es casi imposible, la mayoría de las personas tienen una. ⁽¹²⁾

La utilización del ordenador conectado a internet que es un medio de comunicación que más se ha incrementado en estos últimos años, se observa que alrededor del 80% de los adolescentes disponen de ordenador en sus casas y son más los varones, probablemente porque lo usa al mismo tiempo como pantalla para los videojuegos. Una de las recomendaciones que podemos dar a los padres es que eviten la tentación de colocar internet en la habitación de sus hijos adolescentes (la mitad de los adolescentes dispone de ella), siendo más aconsejable elegir un lugar comunitario para toda la familia en que se puede supervisar las visitas a páginas Web no recomendables (sexo, pornografía, compras-subastas, pederastia, racistas, etc), el tiempo real de conexión o el acceso a chats-foros no adecuados para su edad. En este sentido las familias, los educadores, los profesionales sanitarios y la sociedad en general, deben familiarizarse con los

programas informáticos que permiten el control de los accesos a internet.

Las diferencias por sexo que se describen en los videojuegos y en el uso del móvil, también se encuentran en internet. Así de forma significativa los valores prefieren navegar, bajarse juegos de la red y visitar páginas pornográficas mientras que las mujeres chatean y envían más correos electrónicos y acuden en mayor número a los cibers.

En este nuevo milenio no se entiende un adolescente que no use el internet y sus múltiples aplicaciones en su trabajo escolar y ocio. El adolescente necesita expresarse a través de los medios, se habla de la <<ciberconciencia>> y el internet dispone de muchas ventajas como son las de facilitar la interactividad, almacenar y crear nuevos conocimientos, capacidad de simulación y de contrastar, posibilidad de conectarse a través de la res con todo el mundo, intercambiando información, estableciendo tertulias, solicitando datos de cualquier biblioteca del planeta. Estas ventajas deben prevalecer sobre cualquier efecto negativo por un uso inadecuado del mismo y en este sentido, todas las familias y los adolescentes deben de conocer las reglas o el código aconsejados para convertirse en un buen cibernauta. (13)

Juegos online

Los juegos on-line permiten crear personajes fantásticos con los que se identifica el jugador y eso provoca que el adolescente "vuelque en esa imagen toda su fantasía. Ese personaje le permite canalizar y vehicular miedos, temores, angustias y complejos y eso, libera".

"Hablamos de patología cuando implica un deterioro de las actividades normales de las personas", pero el juego on-line tiene también "un factor positivo" porque "permite neutralizar conflictos en otras áreas de la vida".

Sin embargo "si es excesivo y eso implica deterioro en otros niveles, termina siendo patológico" y hace realidad al "viejo refrán de que el remedio es peor que la enfermedad". (14)

Adicción de los videojuegos

Otro factor que también preocupa mucho es la adicción. De hecho todos los juegos crean una cierta adicción, es una de las claves del éxito de un juego, incluyendo a los ya tradiciones, se considera que la mayoría de aficionados a los videojuegos los eligen por diversión, entretenimiento o simplemente porque les gustan o sienten atracción por esa forma de ocio. El éxito de los videojuegos no se debe a la necesidad del jugador de obtener cada vez más puntuación, sino que su motivación principal es la de superar los niveles de creciente dificultad de los videojuegos, pasar pantallas o soluciones problemas con el menor coste de sus vidas. No se puede hablar de adicción, dependencia o ludopatía, sino que, falta de un control adecuado paterno, los adolescentes les dedican su tiempo, energía e incluso dinero .Hay un primer periodo intensivo que dura entre tres semanas y seis meses, dependiendo de las personas, en los que los jugadores están muy pendientes del juego. A partir de este primer periodo, la mayor parte de niños no juegan como exclusión de otras actividades y muestran el mismo interés que siempre en jugar con los otros niños y con sus padres.

El hecho de jugar conlleva el ser trascendente mientras se juega, pero se debe ser intrascendente una vez terminado. Esos efectos puede producirlos cualquier actividad que ofrezca el mismo tipo de interés para los niños y adolescentes. Más de la mitad de los padres del momento no son capaces de controlar el tiempo dedicado por sus hijos/as a los videojuegos y menos de un tercio de de los padres afirman ser capaces de utilizar los videojuegos de sus hijos. Y ahí radica el problema; los adolescentes no tienen capacidad total de controlar sus

conductas. Es más, por sus características psicológicas son mucho más vulnerables a adquirir comportamientos obsesivos, de ese tipo. Lo normal es que una vez superado o alcanzado un nivel de ejecución suficiente como para dominar el jugador al programa, la atracción disminuya y entre en los cauces de la normalidad, pero también es posible que suceda lo contrario. El hecho sigue siendo comparable a cualquier otra actividad de ocio y son los adultos los que deben velar para que sus hijos hagan un uso adecuado de él. (15)

Redes sociales

Desde su ingreso, los sitios de redes sociales (SRS) tales como: MySpace, Facebook, han atraído a millones de usuarios, muchos de los cuales han integrado estos sitios en sus prácticas diarias. El primer sitio de redes sociales reconocibles puesto en marcha en 1997 SixDegrees.com permitía a los usuarios crear perfiles, lista de amigos y amigos de sus amigos. De 1997 a 2001, se crearon otras redes sociales que permitían a los usuarios crear relaciones personales y profesionales, Desde entonces diversas redes se han creado unas permanecen y otras han desaparecido, según la zona geográfica el líder puede ir cambiando, pero a la fecha (2009) los principales competidores a nivel mundial son: Hi5, MySpace, Facebook, Twitter, MetroFlog.

Ventajas Redes sociales de internet

Una de las grandes ventajas de las redes sociales es la vinculación entre los usuarios, al conocer gente nueva e interactuar entre ellos, permitiendo ello el aislamiento de muchas personas, la formación de comunidades, con anonimato y sin discriminación formando espacios de igualdad a través de la red. También permite hacer el intercambio de ideas, formar lazos con personas que comparten los mismos intereses, la creación de movimientos masivos de solidaridad o ideología y la creación de campañas publicitarias de gran éxito.

Para los jóvenes una de las principales ventajas es que los mantiene conectados y comunicados con su red de contacto, con esto puede mantenerse comunicado e informado además de poder utilizarla como herramienta para publicar sus actividades estudiantiles y debatir para aclarar alguna duda sobre ellas.

Desventajas de las redes sociales

Algunas de las desventajas son:

- La invasión de la privacidad es un gran problema que se presenta en las redes sociales, compañías especializadas en seguridad afirman que para los hackers es muy sencillo obtener información confidencial de sus usuarios. Son peligrosas si no se configura la privacidad correctamente, pues exponen nuestra vida privada.
- Para algunos países ser usuario de estas redes se convierte en una amenaza para la seguridad nacional. Esto ha hecho que para el personal relacionado con la seguridad de un país sea una prohibición.
- Pertenecer a una red social no es sinónimo de productividad. Deambular en dicho dominio se ha convertido en una adicción.
- Gran cantidad de casos de pornografía infantil y pedofilia se han manifestado en las diferentes redes sociales
- Pueden darse casos de suplantación de personalidad.
- Falta en el control de datos.
- Pueden ser adictivas y devorar gran cantidad de nuestro tiempo, pues son ideales para el ocio, es decir, en el caso de los jóvenes estudiantes puede alterar el nivel académico en algunos casos.
- Pueden apoderarse de todos los contenidos que publicamos.
- Pueden ser utilizadas por criminales para conocer datos de sus víctimas en delitos: como el acoso y abuso sexual, secuestro, tráfico de personas, etc.

Influencia de las redes sociales de internet en adolescentes

Hay redes sociales y páginas web como "PRO ANA Y MÍA", a favor de la anorexia y bulimia, creadas generalmente por niñas menores de edad con algún desorden alimenticio y psicológico. En ellas, se defiende la idea de elegir la anorexia como "estilo de vida" para conseguir lo que ellas creen "delgadez: perfección". Estas páginas, son visitadas diariamente por cientos de niñas, en busca de trucos para ayunar, vomitar y engañar a sus padres.

Otro gran problema que surge en internet es el bullying (acoso escolar), es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado. Estadísticamente, el tipo de violencia dominante, es el emocional y se da mayoritariamente en el aula, y patio de los centros escolares. Los protagonistas de los casos de acoso escolar, suelen ser niños y niñas en proceso de entrada en la adolescencia (12-13 años), siendo ligeramente mayor el porcentaje de niñas en el perfil de víctimas, los jóvenes utilizan Internet, sobre todo las redes sociales para dar a conocer sus actos de violencia hacia compañeros y profesores.

Y el considerado unos de los más importantes, es la privacidad, ya que en numerosas ocasiones, exponemos información relevante sobre nosotros mismos ignorando la cantidad de personas que tienen acceso a estos datos, lo cual nos puede perjudicar de diversas formas. ⁽¹⁶⁾

Adicción de los adolescentes al internet

Para el jefe del Servicio de Psiquiatría de esta clínica madrileña, hay tres vías por las que los adolescentes se enganchan a Internet: el juego on-line, la mensajería y el sexo, que, aunque es más una adicción de adultos, también presenta un problema de consumo entre los jóvenes.

Hay un perfil determinado para los adolescentes adictos a Internet, se trata de jóvenes "introvertidos, tímidos, con un cierto tono vital depresivo y con algunos factores socio familiares peculiares que presentan un perfil de riesgo".

Lo que les engancha "es una especie de compensación psicológica" porque "las características de Internet dan una oportunidad a algunos individuos que tienen justamente problemas en la integración social" y que fracasan en sus relaciones sociales.

"El estar delante de una pantalla y tener todo el mundo abierto y, sobre todo, **la sensación de impunidad** que muchas veces se tiene en el trabajo con el ordenador, esas características son susceptibles de enganchar",

Como padre o madre hay que estar atento al "elemento cuantitativo, es decir, al número de horas que ese niño o adolescente invierte en el juego".

"En algunos países han puesto un número: como máximo tres horas jugando y ahí está la frontera", como en Corea del Sur o en la República Popular China, donde se han producido diez muertes de adolescentes que estaban jugando en cibercafés.

Educación sanitaria y consumo de los medios de comunicación
Los padres, los educadores, la sociedad en general y los profesionales sanitarios en particular, deben realizar una mayor educación sanitaria respecto al consumo de los diferentes medios de comunicación, estimulando una utilización racional de los mismo, y fomentando el espíritu crítico en los niños y adolescentes que les permitan decidir cómo quieren usar los medios de comunicación.

Así, es recomendable limitar el consumo acumulativo de los distintos medios de comunicación a menos de dos horas diarias,

evitar la presencia de los mismos en las habitaciones de los adolescentes, supervisar y orientar sobre el contenido de los videojuegos de las consolas e incluyendo las descargas de los mismos en el móvil, las páginas o foros de internet a las que acceden, así como sobre el uso de correo electrónico entre los adolescentes, etc.

Para conseguir esta implicación de los propios adolescentes sería conveniente que dispusieran en su programa educativo de una asignatura sobre el uso de los distintos medios de comunicación, de tal forma que apoyaría a contrarrestar.

El riesgo de <<botellón electrónico>> que tiene la generación actual de adolescentes. (17)

Valoración	Prueba
Recomendaciones sobre el uso de internet para los padres	<p>Dejar de navegar en internet sólo si hay un adulto en casa</p> <p>Los padres deben de ser capaces de manejar el ordenador-internet</p> <p>Utilizar filtros de protección de accesos</p> <p>Hablar con los hijos respecto a lo que navega</p> <p>Enseñar a <<chatear>> sin identificarse</p> <p>Evitar internet y el chat durante la noche</p> <p>Navegar – chatear a veces junto a los hijos</p> <p>Evitar si es posible que tenga su propio e-mail mejor cuenta familiar</p> <p>Establecer reglas consensuadas para navegar</p> <p>No deben de creer todo lo que leen en internet, verificar fuente de</p>

<p>Consejos para el cibernauta</p>	<p>información</p> <p>Orientar el acceso a páginas educativas</p> <p>Saber consultar el historial de visitas</p> <p>Recela de la persona que quiere saber demasiadas cosas</p> <p>Si recibes o ves alguna cosa desagradable o rara no investigues por tu cuenta y háblalo con tus padres</p> <p>Si tienes interés de encontrarte con una persona que hayas conocido en internet, informa a tus padres y no vayas solo</p> <p>Si encuentras un acceso prohibido a menores respeta esta indicación</p>
------------------------------------	--

2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

ADOLESCENCIA: Deriva de "adolescere", que significa crecer y desarrollarse hacia la madurez. Según la OMS, es un lapso de edad que va desde los 11 a los 19 años, con variaciones culturales e individuales. Desde el punto de vista biológico, se inicia cuando aparecen los caracteres sexuales secundarios y la capacidad de reproducción, y termina con el cierre de los cartílagos epifisarios y del crecimiento. Socialmente es el periodo de transición, que media entre la niñez dependiente y la edad adulta y autónoma, económica y socialmente. Psicológicamente, según Bühler, es el periodo que empieza con la adquisición de la madurez fisiológica y termina con la adquisición de la madurez social, cuando se asumen los derechos y deberes sexuales, económicos, legales y sociales del adulto ⁽¹⁸⁾

VIDEOJUEGOS: Los videojuegos son programas de computación de alta definición, que se conectan a cualquier televisor e integran un sistema de

audio y video, que permiten al usuario disfrutar de aventuras y deportes fantásticos, que gracias a su imaginación puede explorar a fondo. (19)

LUDOPATIA La OMS define la ludopatía como un trastorno caracterizado por “la presencia de frecuentes y reiterados episodios de participación en juegos de apuestas, los cuales dominan la vida de la persona enferma en perjuicio de sus valores y obligaciones sociales, laborales, materiales y familiares. Esta conducta persiste y a menudo se incrementa a pesar de sus consecuencias sociales adversas, tales como pérdida de fortuna personal, deterioro de las relaciones familiares y situaciones personales críticas” (OMS, 1992). (20)

ESTILOS DE VIDA: Son un conjunto de comportamientos y actitudes que desarrollan las personas, algunas veces son saludables y otras son nocivas para la salud

INTERNET: es una de las palabras más nombradas en los últimos tiempos por quienes se aproximan a la tecnología o a la informática. Internet reúne un gran conjunto de denotaciones y connotaciones, de acuerdo a los grupos de usuarios, y a los servicios cambiantes y en continua evolución. Con más de 200 millones de usuarios en todo el mundo, Internet se ha convertido en el medio de comunicación más extendido en toda la historia de la humanidad. Constituye una fuente de recursos de información y conocimientos compartidos a escala mundial. Es también la vía de comunicación que permite establecer la cooperación y colaboración entre gran número de comunidades y grupos de interés por temas específicos, distribuidos por todo el planeta.

INFLUENCIA: la influencia es la habilidad de ejercer poder (en cualquiera de sus formas) sobre alguien, de parte de una persona, un grupo o de un acontecimiento en particular (21)

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 Hipótesis General

El uso inadecuado de videojuegos e internet influyen significativamente en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

2.4.2 Hipótesis Específicas

-El uso de videojuegos influye en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

-El uso de internet influye en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

2.5 VARIABLES

2.5.1 Definición conceptual de la variable

Variable: influencia del uso de los videojuegos

Poder que ejerce el uso de juegos que se conectan al televisor con la finalidad de “entretener” al usuario, trayendo consigo problemas que afectan la salud del adolescente

Variable: influencia del uso del internet

Poder que ejerce el contenido de ciertas páginas webs donde se transmita información que perjudique la salud de los adolescentes y promueva estilos de vida negativos.

2.5.2 Definición operacional de la variable

Variable: influencia del uso de los videojuegos

Operacionalmente la influencia del uso de los videojuegos se medirá en adolescentes entre 13-19 años clasificando la influencia en baja media alta según los estereotipos adaptados a su vida,

teniendo en cuenta el tiempo que le dedica a los videojuegos, el tipo de juego, el estado de ánimo al momento de realizar la actividad y la supervisión de los padres como también los factores que condicionan su uso se diseñará un cuestionario que contenga preguntas a las cuales responderán mediante una escala de Likert con las siguientes alternativas: Siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca.

Variable: influencia del uso del internet

Operacionalmente la influencia el uso de internet se medirá a adolescentes entre 13 y 19 años teniendo en cuenta ciertas dimensiones: contenido de preferencia de las webs, tiempo de uso y aspectos psicológicos (emociones, cambios de ánimo, trastornos de sueño, adaptación de modelos de vida) se diseñará un cuestionario que contenga preguntas a las cuales responderán mediante una escala de Likert con las siguientes alternativas: Siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca.

2.5.3 Operacionalización de la variable

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
Influencia del uso de internet y videojuegos	Poder que ejerce el contenido de ciertas páginas webs y juegos donde se transmite información que perjudique la salud de los adolescentes y promueva estilos de vida negativos.	Influencia: <ul style="list-style-type: none"> •Alta •Media •Baja 	Contenidos de preferencia Tiempo de uso	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de contenido • Adecuación de la información • Supervisión de los padres • Páginas más visitadas • Frecuencia de acceso • Tiempo de conexión • Horario de acceso (días, hora) • Forma de acceso (grupala o individual) • Horas de acceso autorizadas • Lugar de acceso

			Factores biológicos	<ul style="list-style-type: none">•Problemas neurológicos•Problemas musculares•Trastornos en la alimentación
			Factores Psicológicos	<ul style="list-style-type: none">•Cambios de estado de ánimo•Emociones•Trastornos del sueño•Imitación de comportamientos

CAPÍTULO III: METODOLOGIA

3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN.

El presente estudio es de enfoque cuantitativo de corte transversal y de tipo descriptivo ya que permite presentar la información tal como se presenta en un tiempo y espacio determinado.

3.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN.

HISTORIA. El colegio fue fundado en 1962. Al año siguiente se le denominó colegio de varones de Yanahuara y el 23 de febrero de 1970 quedó como colegio Honorio Delgado Espinoza

El Colegio de Varones Honorio Delgado Espinoza, ubicado en la calle Los Arces, Cayma, El colegio cuenta con 46 aulas para los mil 500 estudiantes, 3 laboratorios, salón audiovisual, 6 talleres de carpintería y mecánica, ambientes administrativos, una piscina y un polideportivo

La investigación se lleva a cabo con los adolescentes entre 13 y 19 años

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 Población

La población está conformada por 1500 adolescentes entre 13 y 19 años.

3.3.2 Fórmula estadística:

Muestra

La muestra es no probabilística en este estudio, por ser un grupo reducido, la muestra de estudio, constituida por 90 adolescentes entre 13 y 19 años

Criterio de inclusión:

Adolescentes que acuden a las cabinas de internet-videojuegos.

Adolescentes que refieren tener en casa internet

Adolescentes cuyas edades comprendan entre 13 y 19 años.

Adolescentes que estén dispuestos a participar en el estudio de investigación.

Criterio de exclusión:

Adolescentes que no acuden a las cabinas de internet-videojuegos a pesar de vivir en la zonas mencionadas

Adolescentes cuyas edades estén entre los 11 y 12 años.

Adolescentes que no presten interés al estudio.

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.

3.4.1 Técnica

La técnica a utilizar será la entrevista grupal e individual dando a conocer la importancia del presente estudio para poder recolectar los datos.

3.4.2 Instrumento:

Para la recolección de datos e diseñara un cuestionario de encuesta que responda a los objetivos de estudio.

3.5 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

3.5.1 Validez

Para la validez del presente instrumento se utilizará el juicio de expertos.

3.5.2 Confiabilidad del instrumento

Para la confiabilidad se utilizará el estadístico α de Crombach
Previamente a la validez y confiabilidad se realizará la prueba piloto.

3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS.

Para el plan de recolección se tendrá en cuenta lo siguiente:

Se coordinará con las autoridades y docentes del colegio para el permiso para la aplicación del instrumento.

Se conversará y motivará a los adolescentes sobre la importancia del trabajo de investigación.

Para el procesamiento de datos se tendrá en cuenta lo siguiente:

- Se utilizará el paquete de estadística en salud SPSS.
- El análisis se elaborará en tablas cuyos datos serán analizados e interpretados obteniendo finalmente los resultados.

CAPITULO IV: RESULTADOS

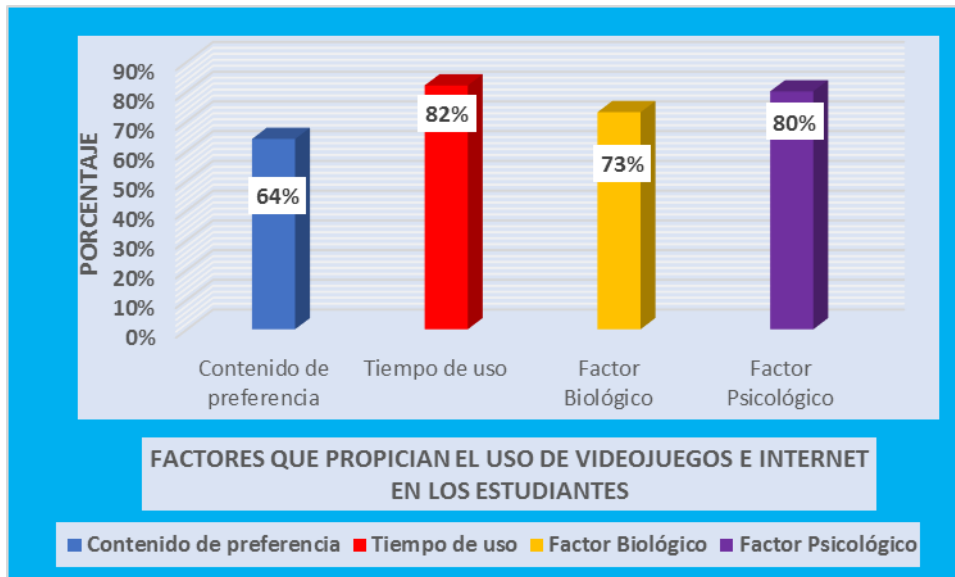
TABLA 1
USO DE VIDEOJUEGOS E INTERNET EN LOS ESTILOS DE VIDA DE LOS
ADOLESCENTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO ESPINOZA
AREQUIPA-2014

Estilos de vida	Uso de Video juegos e Internet							
	Alto		Medio		Bajo		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Saludable	6	7%	25	27%	9	10%	40	44%
No Saludable	21	23%	23	26%	6	7%	50	56%
Total	27	30%	48	53%	15	17%	90	100%

FUENTE; *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 1, los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa, que hacen uso de videojuegos e internet de nivel Medio tienen un estilo de vida saludable en un 27%(25), los que hacen uso en un nivel Alto tienen un estilo de vida No saludable en un 23%(21) y los que tienen un nivel bajo del uso de los video juegos e internet tienen estilos de vida saludables en un 10%(9). De acuerdo a los resultados encontrados se puede observar que existe influencia del uso de los videojuegos e internet en los estilos de vida de los estudiantes.

GRAFICA 1
FACTORES QUE PROPICIAN EL USO DE VIDEOJUEGOS E INTERNET EN
LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO ESPINOZA
AREQUIPA-2014.

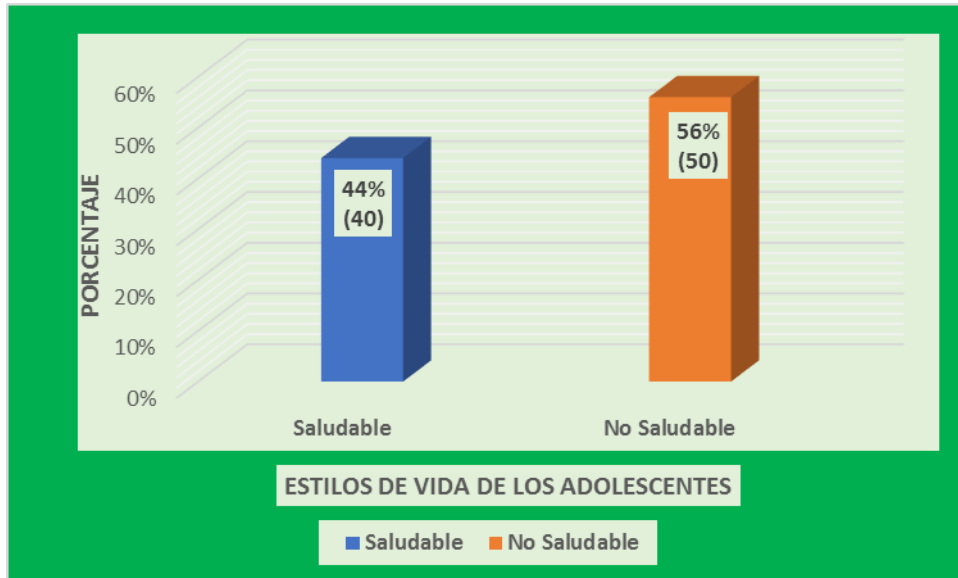


Según los resultados presentados en la Grafica 1, los Factores que propician el uso de videojuegos e internet, en el tiempo de uso es del 82%, señalando en este aspecto que siempre tienen una frecuencia de más de 2 horas diarias de uso, perdiendo la noción del tiempo, siendo indispensable en su vida los videojuegos e internet, alejándose de la familia y de las tareas del colegio y del hogar, escapándose de su casa para ir a las cabinas de internet. El factor contenido de preferencias es del 64%, señalando en este factor que nunca visita páginas de contenido educativo e informativo, asimismo nunca sus padres acuden contigo a la cabina de internet cada vez que tu acceden a ella, siempre le dan libertad para navegar en las páginas que desean, siempre alquilan videojuegos, siempre los videojuegos que más te gustan son de acción y peleas, además siempre chatean con personas desconocidas y brindas todo tipo de información que te piden, finalmente siempre cuando tienen algún problema buscan la solución en las páginas de internet. En el Factor Biológico es del 73%, señalando que el uso de internet les produce tensión, se ponen nerviosos cuando juegan videojuegos que te llegan a sudar las manos y cada vez que utilizan el internet su estado de ánimo cambia. En el

Factor psicológico es del 8%, Imitan comportamientos de los personajes de los videojuegos que usan, cuando le limitan el uso del internet y videojuegos se ponen del mal humor, explosivo(a) y agresivo(a), sienten desesperación por acudir a las cabinas de internet con frecuencia.

GRAFICA 2

ESTILOS DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO ESPINOZA AREQUIPA-2014.



Según los resultados presentados en la Grafica 2, los estilos de vida de los adolescentes es no saludable en un 56%(50) y Saludables en un 44%(40),

PRUEBA DE HIPOTESIS

Prueba de la Hipótesis General:

Ha: El uso inadecuado de videojuegos e internet influyen significativamente en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

Ho: El uso inadecuado de videojuegos e internet no influyen significativamente en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

Ha ≠ Ho

$\alpha=0,05$ (5%)

Tabla 2: Prueba de Hipótesis General mediante la R de Pearson

		Uso de videojuegos e internet	Estilos de vida
Uso de videojuegos e internet	Correlación de Pearson	1	,903**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	90	90
Estilos de vida	Correlación de Pearson	,903**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	90	90

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Según los resultados presentados en la Tabla 2, aplicando la técnica del programa estadístico SPSS v.21, el valor de la R de Pearson obtenido fue de 0,903, lo cual nos indica que existe una relación significativa entre ambas variables: Uso de videojuegos e internet y estilos de vida de los estudiantes, con un nivel de significancia de valor $p<0,05$.

Siendo cierto que: El uso inadecuado de videojuegos e internet influyen significativamente en los estilos de vida saludables de los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa-2014.

DISCUSION DE RESULTADOS

OBJETIVO GENERAL

Los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa, que hacen uso de videojuegos e internet de nivel Medio tienen un estilo de vida saludable en un 27%(25), los que hacen uso en un nivel Alto tienen un estilo de vida No saludable en un 23%(21) y los que tienen un nivel bajo del uso de los video juegos e internet tienen estilos de vida saludables en un 10%(9). De acuerdo a los resultados encontrados se puede observar que existe influencia del uso de los videojuegos e internet en los estilos de vida de los estudiantes. Coincidiendo con Robina (2009), Comentario: El uso del internet está suplantando a otros medios de comunicación de importancia, es por ello la gran influencia que ejerce en los adolescentes, generando adicción hacia ellos. Coincidiendo además con Ares (1995), "La finalidad de la investigación es conocer la influencia de los videojuegos y juegos de ordenador en el aprendizaje y en el comportamiento de los adolescentes. Abordando el trabajo desde un planteamiento objetivo, se clarifican los aspectos psicosociales que se potencian o desarrollan con el ejercicio de estos juegos.. Se analiza la influencia en el comportamiento, tanto social como agresivo, deteniéndose en los videojuegos de violencia. Las diferencias socio comporta mentales, las actitudes, preferencias y modelos en función del genero quedan así mismo contempladas. Son estudiados por otra parte los efectos derivados del uso de la tecnología lúdica, tanto liberadores y catárticos como de sus riesgos, que llevan a emitir unas llamadas de atención sobre el uso abusivo e indiscriminado de estos. Se elabora una nueva conceptualización de la actividad lúdica y se esclarecen los aspectos que confieren atractivo a los videojuegos. Las conclusiones comprenden unas aportaciones y demandas pedagógicas, facilitando amplia bibliografía." Comentario: El uso de videojuegos genera dependencia, es por ello importancia estudiar desde que aspecto perjudique en los adolescentes tanto psicosociales como físicos y como lo contrarresta con su realidad.

OBJETIVO ESPECIFICO 1

Los Factores que propician el uso de videojuegos e internet, en el tiempo de uso es del 82%, señalando en este aspecto que siempre tienen una frecuencia de más de 2 horas diarias de uso, perdiendo la noción del tiempo, siendo indispensable en su vida los videojuegos e internet, alejándose de la familia y de las tareas del colegio y del hogar, escapándose de su casa para ir a las cabinas de internet. El factor contenido de preferencias es del 64%, señalando en este factor que nunca visita páginas de contenido educativo e informativo, asimismo nunca sus padres acuden contigo a la cabina de internet cada vez que tu acceden a ella, siempre le dan libertad para navegar en las páginas que desean, siempre alquilan videojuegos, siempre los videojuegos que más te gustan son de acción y peleas, además siempre chatean con personas desconocidas y brindas todo tipo de información que te piden, finalmente siempre cuando tienen algún problema buscan la solución en las páginas de internet. En el Factor Biológico es del 73%, señalando que el uso de internet les produce tensión, se ponen nerviosos cuando juegan videojuegos que te llegan a sudar las manos y cada vez que utilizan el internet su estado de ánimo cambia. En el Factor psicológico es del 8%, Imitan comportamientos de los personajes de los videojuegos que usan, cuando le limitan el uso del internet y videojuegos se ponen del mal humor, explosivo(a) y agresivo(a), sienten desesperación por acudir a las cabinas de internet con frecuencia. Coincidiendo con Ramos (2008), "Las Redes son formas de interacción social que consisten en un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones. Un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos. Lo que hacen las redes sociales en Internet es materializar esos vínculos directos entre miembros, creando una gran red en la que cada uno de sus integrantes está de alguna manera vinculado con otros participantes. Las funciones de las redes sociales online pueden resumirse en las 3 Cs: Comunicación (nos ayudan a poner en común conocimientos), Comunidad (nos ayudan a encontrar e integrar comunidades) y Cooperación (nos ayudan a hacer cosas juntos)." Comentario: La interacción

que surge al usar el internet con otros usuarios puede influenciar en la vida saludable de los adolescentes, la manipulación de esta genera dependencia y la copia de algunos hábitos no siempre los adecuados para su formación.

OBJETIVO ESPECIFICO 2

Los estilos de vida de los adolescentes es no saludable en un 56%(50) y Saludables en un 44%(40), Coincidiendo con Rojas (2008), “Las Tecnologías de la Información y Comunicación han transformado la vida cotidiana de los adolescentes y sus familias. Es necesario también que se establezcan ciertas normas mínimas de carácter ético para la publicidad; hay que impulsar políticas, planes y programas relativos al rol de la familia ante los medios, al mismo tiempo que formular políticas públicas que garanticen la calidad de los programas dirigidos a los niños. Como pediatras y trabajadores de la salud debemos involucrarnos en promover cambios educacionales y legales que aseguren el sano desarrollo físico y mental de nuestros niños y adolescentes”
Comentario: La tecnología esta transformando la vida de muchos, es por ello que se debe preparar al adolescente para que puede comprender la cultura tecnológico, crear programas donde se de la información necesaria para que el desarrollo de su personalidad no se vea afectada.

CONCLUSIONES

PRIMERO

Los adolescentes del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa, que hacen uso de videojuegos e internet de nivel Medio tienen un estilo de vida saludable, los que hacen uso en un nivel Alto tienen un estilo de vida No saludable y los que tienen un nivel bajo del uso de los video juegos e internet tienen estilos de vida saludables. De acuerdo a los resultados encontrados se puede observar que existe influencia del uso de los videojuegos e internet en los estilos de vida de los estudiantes. Se comprobó estadísticamente mediante la R de Pearson con un valor de 0,903 y un nivel de significancia de valor $p < 0,05$.

SEGUNDO

Los Factores que propician el uso de videojuegos e internet, en el tiempo de uso, señalando en este aspecto que siempre tienen una frecuencia de más de 2 horas diarias de uso, perdiendo la noción del tiempo, siendo indispensable en su vida los videojuegos e internet, alejándose de la familia y de las tareas del colegio y del hogar, escapándose de su casa para ir a las cabinas de internet. El factor contenido de preferencias, señalando que nunca visitan páginas de contenido educativo e informativo, asimismo nunca sus padres acuden con ellos a la cabina de internet, siempre le dan libertad para navegar en las páginas que desean, siempre alquilan videojuegos, siempre los videojuegos que más te gustan son de acción y peleas, además siempre chatean con personas desconocidas y brindan todo tipo de información que le piden, finalmente siempre cuando tienen algún problema buscan la solución en las páginas de internet. En el Factor Biológico, señalando que el uso de internet les produce tensión, se ponen nerviosos cuando juegan videojuegos que te llegan a sudar las manos y cada vez que utilizan el internet su estado de ánimo cambia. En el Factor psicológico, Imitan comportamientos de los personajes de los videojuegos que usan, cuando le limitan el uso del internet y videojuegos se ponen del mal humor, explosivo(a) y agresivo(a), sienten desesperación por acudir a las cabinas de internet con frecuencia.

TERCERO

Los estilos de vida de los adolescentes es no saludable,

RECOMENDACIONES

Realizar capacitaciones constantes en la institución educativa Honorio Delgado Espinoza, Arequipa, con los docentes, tutores y auxiliares, referentes a la salud integral de los adolescentes, las bondades y peligros de los tipos de videojuegos, fomentando el uso adecuado del internet con fines educativos y de información.

Coordinar con las enfermeras del centro de salud cercanos para fomentar campañas de difusión, programas educativos y de información sobre la prevención de los usos de los videojuegos y de internet, dirigido a los estudiantes como la población más vulnerable, considerando que es un problema de salud prevenible.

Promover que el personal de enfermería debe elabore programas educativos en base a la identificación de los riesgos biológicos y psicológicos que conlleva el desconocimiento y la práctica inadecuada de los videojuegos e internet mediante un plan de contingencia, en coordinación con el personal educativo.

Realizar los grupos de integración familiar y escuela de padres, con los padres de familia y/o tutores para orientar sobre las prácticas de estilos de vida saludables y el conocimiento sobre los efectos y consecuencias en el adolescente, así como fortalecer la prevención del uso inadecuado de los videojuegos e internet.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Márquez Ospina. Investigación científica de los problemas sociales actuales. [Revista online] 2004. Disponible en : http://www.scielo.problemassociales.org/articulo/1_2.pdf
- (2) Ana Méndez; Magdalis Tellez; Mario Casas López. Influencia de los medios de comunicación en el estilo de vida saludable de los adolescentes. [Tesis para Maestría de Bioética]. Uruguay: Universidad de la Habana; 2008. Disponible en : http://letras-uruguay.espaciolatino.com/aaa/casas_lopez_mario_jesus/influencia_de_los_medios.htm
- (3) José Luis Santos. Influencia de los videojuegos en niños y adolescentes. [Revista Sociedad Digital]. España:2009
- (4) Paul Corcuera; Jokin de Irala; Alfonso Osorio; Reynaldo Rivera. Estilos de vida de los adolescentes peruanos. Informe científico anual 2008. Perú: Biblioteca Nacional del Perú
- (5) Pablo Robina. las redes sociales: sus efectos sociales, 2009, España
- (6) Charlie Ramos. influencia de internet y las redes sociales en la vida de hoy, 2008, Venezuela
- (7) Valeria Rojas O. Influencia de videojuegos en el aprendizaje y conducta infanto-juvenil, 2008, Chile,
- (8) Antón Ares Paloma, influencia de los videojuegos en el aprendizaje y en el comportamiento del adolescente, 1995, España
- (9) Dirección corporativa de administración subdirección de servicios de salud. Adolescencia-OMS. Disponible en : www.serviciosmedicos.pemex.com/salud/adolescencia.pdf.
- (10) Carlos G. Redondo Figueroa; Gabriel Galdo Muñoz; iguel García Fuentes; Alberto Bercedo Saenz (Pediatra español). Manual de atención al adolescente; Universidad de Cantabria; 2004.
- (11) Gustavo Cerrud Saenz. Internet herramienta de moda; Universidad de Panamá; 2003. Disponible en : <http://www.slideshare.net/tacr1/internet-herramienta>

- (12) Carlos Orihuela Castillo; Hábitos relacionados a los medios de comunicación [revista online] 2006. Disponible en: [anea.org.mx/docs/HABITOS-medios de comunicacion.pdf](http://anea.org.mx/docs/HABITOS-medios%20de%20comunicacion.pdf)
- (13) Pere Marques Graells; Usos educativos de internet (el tercer mundo), Universidad Autónoma de Barcelona; 1998
- (14) Raúl Serpa Ratto; Adicción a internet de los adolescentes puede ser un problema nacional, 2005. Disponible en: <http://www.hoytecnologia.com/noticias/adiccion-Internet-adolescentes-puede/157457>
- (15) Saniago Penas Castro; Aproximación a los valores y estilos de vida de los adolescentes de 13 y 14 años, 2002. Disponible en: <http://books.google.com.pe/books?id=SYIIUaHlr>
- (16) Carmen Salas Peralta; Redes sociales. [Revista online] 2004. Disponible en: <http://www.slideshare.net/redes-sociales-2439314>
- (17) Gabriel Galdo; Manual de atención al adolescente II; Universidad Cantabria; 2005.
- (18) Definición de adolescencia; obtenido en: <http://www.apsique.com/wiki/DesaAdolescencia>
- (19) Alejandro Serrano; Rubén Espinoza; Definición de videojuegos; Obtenido en: para la aplicación del instrumento
- (20) Angela Ibañez Cuadrado; La ludopatía una nueva enfermedad, 2000. Obtenido en: books.google.com.pe/books?isbn=8445809725
- (21) Definición de influencia; obtenido en: <http://definicion.de/influencia/>

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: INFLUENCIA DE LOS VIDEOJUEGOS Y USO INTERNET EN LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES DE LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO ESPINOZA AREQUIPA -2014

BACHILLER: ESQUIVEL FLORES CRISTINA

PROBLEMA	OBETIVOS	MARCO TEORICO	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
¿Cuál es la influencia que ejerce el uso de videojuegos e internet en los estilos de vida saludables de los adolescentes del Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2014'?	<p>GENERAL Determinar la influencia que ejerce el uso de videojuegos e internet en los estilos de vida saludables de los adolescentes Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2014</p> <p>ESPECIFICOS Determinar los factores que propician el uso de videojuegos e</p>	<p>Influencia: la influencia es la habilidad de ejercer poder (en cualquiera de sus formas) sobre alguien, de parte de una persona, un grupo o de un acontecimiento en particular Adolescencia::periodo de edad que va desde los 11 a los 19 años, con variaciones culturales e individuales Internet: fuente de recursos de información y conocimientos compartidos a escala mundial, vía de comunicación que permite establecer la cooperación y</p>	<p>General El uso inadecuado de videojuegos e internet influyen significativamente en los estilos de vida saludables de los adolescentes de Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2016</p> <p>Específicas -El uso de videojuegos influye en los estilos de vida saludables de los adolescentes de</p>	Influencia del uso de internet y videojuegos	<p>Contenidos de preferencia</p> <p>Tiempo de uso</p> <p>Factor biológico</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Tipos de contenido •Adecuación de la información •Supervisión de los padres •Páginas más visitadas •Frecuencia de acceso •Tiempo de conexión •Horario de acceso (días, hora) •Forma de acceso (grupal o individual) •Horas de acceso autorizadas •Problemas

	<p>internet en los adolescentes Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2014</p> <p>Determinar los estilos de vida saludables de los adolescentes Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2014</p>	<p>colaboración entre gran número de comunidades y grupos de interés por temas específicos, distribuidos por todo el planeta.</p> <p>Videojuegos: Los videojuegos son programas de computación de alta definición, que se conectan a cualquier televisor e integran un sistema de audio y video, que permiten al usuario disfrutar de aventuras y deportes fantásticos, que gracias a su imaginación puede explorar a fondo.</p>	<p>Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2016</p> <p>-El uso de internet influye en los estilos de vida saludables de los adolescentes de Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2016</p>		<p>Factor psicológico</p>	<p>neurológicos</p> <ul style="list-style-type: none"> •Problemas musculares •Trastornos en la alimentación •Cambios de estado de ánimo •Emociones •Trastornos del sueño •Imitación de comportamiento
--	--	---	--	--	---------------------------	---

ANEXO 2: INSTRUMENTO

INSTRUMENTO PARA EVALUAR INFLUENCIA DEL USO DEL INTERNET Y VIDEOJUEGOS EN LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE DE LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO HONORIO DELGADO ESPINOZA AREQUIPA -2014

INSTRUMENTO: A continuación se le presentará un listado de ítems relacionados con el uso del internet y videojuegos en la vida de los adolescentes Colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa -2014

. Marcar con un aspa (X) en la alternativa que crea. Conveniente:

- 1: Siempre
- 2: Casi siempre
- 3: A veces
- 4: Casi nunca
- 5: Nunca

Contenidos de preferencia

- 1° ¿Visitas páginas de contenido educativo e informativo al navegar por internet?
- 2° Tus padres acuden contigo a la cabina de internet cada vez que tu accedes a ella
- 3° En la cabina de internet que acudes ¿te dan libertad para navegar en las páginas que desees?
- 4° ¿Cada vez que vas al internet alquilas videojuegos?
- 5° ¿Lo videojuegos que más te gustan son de acción y peleas?
- 6° Chateas con personas desconocidas y brindas todo tipo de información que te piden
- 7° Cuando tienes algún problema buscas la solución en las páginas de internet

1	2	3	4	5

Tiempo de uso

1° Le dedicas más de 2 horas al internet

2° ¿Cada vez que usas los videojuegos pierdas la noción del tiempo?

3° ¿El uso de internet y videojuegos en tu vida se ha vuelto indispensable?

4° ¿Tus padres te han puesto un límite de horas para acudir al internet?

5° El uso de internet y videojuegos te aleja de los momentos familiares

6° Te escapabas de tu casa o no acudes al colegio por estar jugando videojuegos en internet

7° Buscas algún pretexto para acudir a las cabinas de internet y videojuegos

1	2	3	4	5

Factores biológicos

1° ¿El uso de internet te produce tensión?

2° ¿Cuándo utilizas el internet y videojuegos te provoca comer algo?

3° Tomas una postura adecuada al estar sentado frente a la computadora

4° ¿Te produce mareo estar tantas horas usando el internet?

5° ¿La vista te molesta al estar frente a la pantalla de la computadora?

6° Soportas todo tipo de dolor muscular solo por el hecho de no querer dejar de jugar videojuegos en internet

7° Te pones nervioso cuando juegas videojuegos que te llegan a sudar las manos

1	2	3	4	5

Factor psicológico

1° Cada vez que utilizas el internet tu estado de ánimo cambia

2° Imitas comportamientos de los personajes de los videojuegos que usas

3° La mayoría del tiempo el internet causa en ti emociones de alegría y euforia

4° Después de usar el internet logras concebir el sueño rápidamente

5° Cuando te limitan el uso del internet y videojuegos te pones del mal humor, explosivo(a) y agresivo(a)

6° Sientes desesperación por acudir a las cabinas de internet con frecuencia

7° Consideras que el internet o el uso de videojuegos es mejor que hacer deporte.

1	2	3	4	5

