



Sección de adicciones

Original

**Riesgo del uso de las redes sociales e internet en adolescentes
cubanos**

**Risk of the Use of Social Media and Internet in Cuban
Adolescents**

Justo Reinaldo Fabelo-Roche ^{1*}  

Yaritza Núñez Blanco ² 

Serguei Iglesias-Moré ¹ 

Himia Hernández-Salazar ¹ 

Alexander Saborit-Pupo ¹ 

Tamara Rodríguez Quintana ³ 

¹ Unidad de Desarrollo e Innovación Centro para el Desarrollo Académico sobre Drogodependencias, Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. La Habana, Cuba

² Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. La Habana, Cuba

³ Universidad Técnica Particular de Loja, Ecuador

Recibido: 05/10/2024

Aceptado: 20/10/2024



Resumen

Introducción: las adicciones a las redes sociales e internet en adolescentes pueden acarrear cambios dentro de los estilos de vida y modificar el comportamiento de los mismos, provocando daños a corto, mediano y largo plazo.

Objetivo: determinar el riesgo para el desarrollo de adicciones a las redes sociales e internet en un grupo de adolescentes cubanos.

Métodos: se realizó un estudio descriptivo de corte transversal en una institución educativa de La Habana en el que participaron 83 adolescentes de ambos sexos, entre 13 – 15 años de edad y que cursaban el 8vo y 9no grado. Para determinar el riesgo para el desarrollo de trastornos adictivos se utilizó la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: (ERA-RSI).

Resultados: el 18 % de los encuestados presentaron algún nivel de riesgo, lo cual se puso de manifiesto con mayor intensidad entre los varones. Alrededor del 20 % de los participantes presentaron uso social excesivo. Los rasgos-frikis como sospecha de riesgo estuvieron presentes en el 17.8 % de las féminas y en el 15.8 % de los varones. Más del 20 % de los participantes presentaron algún nivel de riesgo de nomofobia.

Conclusiones: se determinó la existencia de algún nivel de riesgo para el desarrollo de trastornos adictivos en aproximadamente la quinta parte de los participantes, fundamentalmente entre los varones. Predominaron rasgos-frikis, nomofobia y síntomas de adicción. Se evidenció la tendencia a unirse a grupos con intereses específicos, practicar juegos virtuales y de roles, tener encuentros sexuales, presentar temor a estar sin dispositivos móviles y experimentar estrés y ansiedad.

Palabras clave: *redes sociales, internet, trastornos adictivos, uso social excesivo, rasgos-frikis, nomofobia, síntomas de adicción*

Abstract

Introduction: addictions to social media and the internet in adolescents can lead to changes in lifestyles and modify their behavior, causing damage in the short, medium and long-term.

Objective: determine the risk for the development of addictions to social media and the internet in a group of Cuban adolescents.

Methods: a cross-sectional descriptive study was carried out in an educational institution in Havana. 83 adolescents of both sexes participated, aged between 13 - 15 years, who were in 8th and 9th grade. The Adolescent Addiction Risk Scale for Social Media and the Internet (ERA-RSI) was used to determine the risk for the development of addictive disorders

Results: 18 % of respondents had some level of risk, which was evident more intensely among men. About 20 % of participants had excessive social use. Geek traits as a suspected risk were in 17.8 % of females and 15.8 % of males. More than 20 % of participants had some level of risk of nomophobia.

Conclusions: the existence of some level of risk for the development of addictive disorders was determined in approximately one fifth of the participants, mainly among men. Geek traits, nomophobia and addiction symptoms predominated. The tendency to join groups with specific interests, play virtual and role-playing



games, have sexual encounters, be afraid of being without mobile devices, and experience stress and anxiety was evident.

Keywords: *social media; internet; addictive disorders; excessive social use; geek-traits; nomophobia; addiction symptoms.*

Introducción

A finales del siglo XX se generalizó el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones, facilitándose el acceso a contenidos que antes solo se podían encontrar en las bibliotecas tradicionales. A partir de ello se pudo hacer contacto fácil e inmediato con personas que se encontraban en otras latitudes y comenzaron a aparecer las plataformas educativas y sitios de entretenimiento y ocio.

En el siglo XXI se produjo un marcado uso de las redes sociales, lo cual ha determinado una nueva forma de establecer relaciones sociales. Se puede contactar en tiempo real con las personas queridas y obtener información al momento. Esto a su vez ha traído una gran demanda por parte de la población mundial. Según datos estadísticos para enero del 2022, los países del norte y oeste de Europa ocupaban las dos primeras posiciones con el mayor uso de las redes sociales, con el 85 % y 84 % respectivamente, seguida de América del norte con un 82 % y el resto del mundo 58.4 %. ⁽¹⁾

Los países de América Latina con mayor porcentaje en el uso de las redes sociales, según datos estadísticos recogidos en enero 2022, fueron Chile, Uruguay y Argentina. Hoy existe un aumento considerable de su utilización, entre las que se encuentra Facebook, seguido de Twitter (X), Instagram y el “gran furor” de las redes: el Tiktok. ⁽²⁾

La internet evoluciona de forma rápida y notable, e incluye recursos para la información sobre cualquier tema y la manera en que los adolescentes se interrelacionan entre sí. Hace pocos años las redes sociales e internet (RSI) eran utilizadas por la minoría de las personas. En la actualidad gracias a los avances tecnológicos ello se ha generalizado para convertirse en un elemento importante de la sociedad moderna, que educa, comunica, conecta y socializa. Las RSI por ser de fácil accesibilidad y tener contenido no regulado permiten a los adolescentes que accedan a cualquier tipo de información e interés social de forma impersonal.

En Cuba la primera conexión a internet se realizó en septiembre de 1996, con pocos usuarios pues el ancho de banda era limitado. Hasta el 2012 la conexión solo fue posible vía satélite, pero en 2014 se logra integrar la red de fibra óptica y con el aumento en el ancho de banda se posibilitó que la internet llegara con una mejor calidad a cada usuario. Se habilitaron zonas wifi públicas y el nauta hogar, lo que permitió un incremento paulatino en el uso de las redes a medida que se desarrollaba la infraestructura en las comunicaciones.



En el 2013 un 28 % de la población cubana tiene acceso a internet, mientras que para el 2019 el indicador se encontraba en 68 %. Este nivel es similar al que predomina en todas las zonas de Latinoamérica y el Caribe, lo cual constituye un salto grande en el uso de las mismas. Según el sitio web de análisis Statcounter, en septiembre del 2024 en Cuba, Facebook tuvo un 68.23 % de la participación de mercado de redes sociales en la isla, seguido de Pinterest (14.63 %), Instagram (11.41 %) y You tube (4.07 %).⁽³⁾ Según Datareportal (2022) en enero del 2024, la cifra se elevó 73.2 % de la población.⁽⁴⁾

Se puede puntualizar que el llamado “efecto influencer” llega a través de estas nuevas redes sociales y permite que, en los últimos años, los adolescentes utilicen más activamente este medio de comunicación.⁽⁵⁾ Esta nueva tendencia en la internet hace que estos nuevos comunicadores llenen los espacios de contenidos ya sean educativos o de ocio, que captan la atención en este grupo etario en particular. Estos “influencer” para los nuevos nativos tecnológicos son su patrón a seguir, y en la mayoría de los casos causan problemas al tratar de imitarlos.

Debe tenerse en cuenta que los adolescentes constituyen un grupo vulnerable, por los constantes cambios físicos y emocionales que en esta etapa se ponen de manifiesto. Esta es una edad donde aún no está definida la personalidad y tienen una gran necesidad por ser aceptados en su grupo etario.⁽⁶⁾ Por ello son influenciables en el medio donde se desenvuelven y esto hace que la presión de grupo y la de ser aceptado sea un gancho para el consumo de las redes sociales. Como la nueva era de las redes sociales llega de la mano con las nuevas tecnologías, este grupo que, se caracteriza por tener avidez de conocimientos, se siente atraído por indagar y le es más fácil el manejo de las mismas.

Los adolescentes de estos tiempos en su mayoría tienen un equipo donde se pueden conectar a internet y entrar a los cientos de salas, espacios virtuales y sitios donde es más importante un “like” y compartir sus historias, que tener una vida “aparentemente normal o tradicional”.⁽⁷⁾ A partir de ello la mayoría de las veces construyen identidades paralelas o perfiles falsos para tratar de ser aceptados en la nueva comunidad de “adolescentes cibernéticos”, lo que les provoca ansiedad y los induce a cambios en su imagen para ser aceptados entre ellos mismos.

Las adicciones a las redes sociales e internet en adolescentes pueden acarrear cambios dentro de los estilos de vida y modificar el comportamiento de los mismos, así como daños a corto, mediano y largo plazo. Incluso puede llevarlos a desactivar habilidades y conductas ya establecidas dentro de su medio social. Por lo que es importante el trabajo preventivo con ellos, su familia, escuela y comunidad, para concientizar de los peligros que todo esto puede llegar a producir en sus vidas.

El uso diario de las redes sociales e internet puede determinar una adicción futura, lo que puede provocar en estos adolescentes, ansiedad, dependencia emocional, pérdida de motivación, falta de control e irritabilidad. Se ha demostrado que las redes sociales tienen una capacidad de adicción mayor al tabaco, dado que es más sencillo acceder a las plataformas y en la mayoría de los casos es gratuito.⁽⁸⁾



En Cuba no existen programas de prevención que incluyan los riesgos acerca del uso inadecuado de las redes sociales e internet. Por lo que resulta de interés aproximarse a dicha problemática. El objetivo de la investigación realizada fue determinar el riesgo para el desarrollo de adicciones a las redes sociales e internet en un grupo de adolescentes cubanos.

Métodos

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal en una institución educativa de La Habana ubicada en la comunidad “El Fanguito” del Municipio Plaza de la Revolución. Por lo general sus habitantes provienen de sectores con desventajas sociales y económicas. La Escuela Secundaria Básica Vicente Ponce Carrasco fue seleccionada por criterio de factibilidad y los participantes fueron 83 adolescentes de ambos sexos, entre 13 – 15 años de edad y que cursaban el 8° y 9° grado. La misma se realizó entre septiembre 2022 y enero del 2023.

Para determinar el riesgo para el desarrollo de trastornos adictivos se utilizó la escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: (ERA-RSI), creada por Peris-Hernández, Maganto-Mateo & Garaigordobil-Landazabal. ⁽⁸⁾ En la versión original los resultados del alfa de Cronbach fueron de 0.90. En las escalas de síntomas-adicción 0.81, de uso-social 0.82, de rasgos-frikis 0.72, y de nomofobia 0.82, lo que confirma la adecuada consistencia interna del instrumento.

Para su utilización en adolescentes cubanos se partió de una validación a partir de los criterios de expertos en el que participaron profesores del claustro de la maestría en Prevención de uso indebido de drogas, programa de excelencia de la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Este instrumento consta de 29 ítems que evalúan el riesgo a las adicciones a internet en los adolescentes a partir de cuatro escalas que han sido definidas por sus creadores como se relaciona a continuación: ⁽⁸⁾

- Síntomas de adicción: contiene 9 ítems que hacen referencia a los criterios de adicción a las tecnologías, las cuales han dado lugar a nuevas formas de uso incontrolado e impulsivo en adolescentes, para las que no existen criterios definidos y homogeneizados (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9).
- Uso- sociales: comprende 8 ítems donde dónde se evalúa el uso de las redes sociales e internet (RSI) para socializar y la necesidad de conectarse para evadirse de sus preocupaciones, trabajo académico, relaciones conflictivas, miedo al futuro, etc., lo cual demanda respuestas inmediatas de placer (ítems 10, 11, 12, 13 14, 15, 16, 17)
- Rasgos-friki: tiene 6 ítems, se ubica en el contexto propio de las conductas que tienen las personas, cuando practican en forma desmedida y obsesiva, la visita a páginas pornográficas, tener encuentros sexuales, jugar juegos virtuales y de rol. Las personalidades frikis tienen mayor narcisismo y desinhibición (ítems 18, 19, 20, 21, 22, 23).



– Nomofobia: esta escala, agrupa 6 ítems, relacionado con la ansiedad y el control del uso del móvil, es decir identifica las conductas asociadas con el temor intenso a estar sin dispositivos. Presentan síntomas impulsivos y falta de control, una necesidad imperiosa de repetir las conductas adictivas, que generan gran irritabilidad cuando se interrumpe (ítems 24, 25, 26, 27, 28, 29).

Para la evaluación global y por escalas se realizan análisis de frecuencias para obtener los percentiles. Para la interpretación de las puntuaciones directas se utiliza la siguiente escala:

Riesgo de adicción	Percentiles
No riesgo	De 0 a 74
Sospecha de Riesgo	De 75 a 84
Riesgo de adicción	De 85 a 94
Riesgo muy elevado	De 95 a 100

Para la realización de la investigación se solicitó inicialmente el permiso de la dirección de la Escuela Secundaria Básica Vicente Ponce Carrasco. Posteriormente se le pidió a cada padre de los adolescentes un consentimiento informado para que participaran en la investigación, explicándoles los derechos que tenían, la confidencialidad de la información que proporcionarían y los beneficios que tendrían de esta.

Resultados

Los 83 estudiantes evaluados procedían de la secundaria básica “Vicente Ponce Carrasco”. De ellos, 45 son féminas y 38 son varones, con edades comprendidas entre 13 y 15 años. Se pudo constatar que la mayoría de estos adolescentes poseen un teléfono móvil, computadora o Tablet.

Se apreció predominio de los adolescentes del sexo femenino, noveno grado de escolaridad y 14 años de edad. Otras variables que se midieron en la encuesta fueron: cantidad de horas que utilizaron en las redes sociales e internet. En este caso se observó que los adolescentes dedican alrededor de cuatro horas al uso de las redes sociales e internet, y aprovechan al máximo su tiempo libre, incluso el receso escolar.



Tabla 1. Distribución de sujetos según riesgo de adicción a las redes sociales e internet

	Masculino		Femenino		Total	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No riesgo	29	76.3	39	86.7	68	81.9
Sospecha de Riesgo	0	0.0	4	8.9	4	4.8
Riesgo de adicción	6	15.8	2	4.4	8	9.6
Riesgo muy elevado	3	7.9	0	0.0	3	3.6

Fuente: elaborada por los autores

Como puede apreciarse en la tabla 1 entre los varones el 15.8 % presentó riesgo de adicción y entre las chicas el 8.9 % presentó sospecha de riesgo. En general el 9.6 % de los sujetos evaluados presenta riesgo de adicción. Es de interés el hecho de que 18 % de los encuestados presentaron algún nivel de riesgo y que ello se puso de manifiesto con mayor intensidad entre los varones.

Tabla 2. Distribución de sujetos según síntomas de adicción

	Masculino		Femenino		Total	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No riesgo	23	60.5	41	91.1	64	77.1
Sospecha de Riesgo	4	10.5	3	6.7	7	8.4
Riesgo de adicción	7	18.4	1	2.2	8	9.6
Riesgo muy elevado	4	10.5	0	0.0	4	4.8

Fuente: elaborada por los autores

En la tabla 2 se observa que alrededor del 20 % de los adolescentes evaluados declaró algún nivel de riesgo (sospecha de riesgo, riesgo de adicción o riesgo muy elevado). Ello predomina fundamentalmente entre los varones entre los cuales alrededor del 40 % declaró algún nivel de riesgo. En ellos el 18.4 % presentó riesgo de adicción y el 10.5 % clasificó como de riesgo muy elevado.



Tabla 3. Distribución de sujetos según uso social

	Masculino		Femenino		Total	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No riesgo	30	78.9	38	84.4	68	81.9
Sospecha de Riesgo	3	7.9	4	8.9	7	8.4
Riesgo de adicción	4	10.5	3	6.7	7	8.4
Riesgo muy elevado	1	2.6	0	0.0	1	1.2

Fuente: elaborada por los autores

La tabla 3 muestra que en alrededor del 20 % de ellos el uso social es excesivo y representan algún nivel de riesgo, sobre todo entre los varones en los que el 10.5 % presentó riesgo de adicción. Entre las féminas predominó la sospecha de riesgo (8.9 %).

Tabla 4. Distribución de sujetos según presencia de rasgos frikis

	Masculino		Femenino		Total	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No riesgo	27	71.1	35	77.8	62	74.7
Sospecha de Riesgo	6	15.8	8	17.8	14	16.9
Riesgo de adicción	4	10.5	2	4.4	6	7.2
Riesgo muy elevado	1	2.6	0	0.0	1	1.2

Fuente: elaborada por los autores

En la tabla 4 se refleja la presencia de rasgos frikis como sospecha de riesgo en el 17.8 % de las féminas y en el 15.8 % de los varones.

Tabla 5. Distribución de sujetos según presencia de nomofobia

	Masculino		Femenino		Total	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No riesgo	30	78.9	34	75.6	64	77.1
Sospecha de Riesgo	5	13.2	0	0.0	5	6.0
Riesgo de adicción	1	2.6	6	13.3	7	8.4
Riesgo muy elevado	2	5.3	5	11.1	7	8.4

Fuente: elaborada por los autores

Como puede apreciarse en la tabla 5 hay mayor presencia de nomofobia entre las féminas (riesgo de adicción 13.3 % y riesgo muy elevado 11.1 %). En cambio, los varones con sospecha de riesgo fueron el



13.2 %. No obstante, resultó de interés que en ambos sexos más del 20 % de los participantes presentaron algún nivel de riesgo de nomofobia.

Discusión

La adolescencia es una etapa compleja, en la que aparecen múltiples cambios tanto físicos como emocionales, aumenta el deseo de una mayor autonomía y de diferenciación y surge la necesidad de ser aceptados y bien visto en su grupo social. A partir de ello pueden generarse frustraciones por no ser aceptados. Si a ello se añade el uso excesivo de las nuevas tecnologías y el uso de las redes sociales, los riesgos se elevan. Los resultados obtenidos coinciden con lo planteado por Fernández-Rovira, ⁽⁹⁾ al estudiar las motivaciones y tiempo de uso de las redes sociales por parte de los jóvenes españoles. El contenido publicado en las redes fue fundamentalmente historias de las actividades que realizan y lugares que frecuentan. Se evidenció el uso activo o pasivo de los estados y la tendencia a unirse a grupos de interés. Se observó que estos adolescentes se integran a grupos afines, donde se siente más confiados, se expresan con libertad y comparten habilidades e intereses.

Los resultados obtenidos en la escala global de la escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet coinciden con los hallazgos similares de un estudio realizado en una muestra de estudiantes de bachillerato en Colombia. Se identificó el predominio de un nivel medio de riesgo de adicción a redes sociales e Internet y se resaltó la importancia del fomento, desde los ambientes educativos, de las habilidades socioemocionales y las habilidades para la vida como un posible factor protector para el manejo responsable y cuidadoso del mundo virtual y prevención del riesgo de adicción. ⁽¹⁰⁾

La presencia de síntomas de adicción en aproximadamente la quinta parte de los adolescentes evaluados coincide con lo encontrado en un estudio realizado en México en el que se encontró que predominaban los síntomas de adicción entre las mujeres, lo que no se corresponde con los hallazgos de la presente investigación. Entre los adolescentes mexicanos resultó de interés que las féminas son las que mayormente conocen a los contactos que tienen en sus redes sociales, lo cual indica que son compañeros de la escuela, vecinos, familiares. Por otra parte, entre los hombres se determinó que solo conocen un 50 % de sus contactos. ⁽¹¹⁾ Este hecho los expone a ellos a mayor riesgo en general y en el caso de los sujetos cubanos refuerza la tendencia a presentar síntomas de adicción.

Los resultados obtenidos en el estudio de estos adolescentes, expresan en un porcentaje elevado que dedican la mayor parte del tiempo a la conectividad con las redes sociales e internet, en diferentes actividades que no tiene relación con el estudio, lo que le ha provocado que ellos violen sus horas de descanso y sueño. Esta variable es de vital importancia estudiarla y analizar a profundidad porque la misma podría incidir en la inasistencia a la actividad escolar y, en consecuencia, disminuir el logro de aprendizaje de los estudiantes.



Los resultados apuntan síntomas de adicción que, al parecer, son relevantes en los sujetos estudiados. Cuando el adolescente manifiesta “si no tengo acceso a Internet me siento inseguro”, esto corresponde, por un lado, a la necesidad elevada de estar conectado a la internet y de otro lado, la serenidad o seguridad que este entorno le genera. Se pudo observar que una gran parte de ellos indicaron que sus padres hacían supervisión del acceso a la internet lo que, al parecer, es un factor que podría estar asociado con el hecho de que oculten en sus casas el acceso a las RSI.

La implementación y el avance de las tecnologías de la información y la comunicación y las redes sociales son parte de la cotidianidad y los adolescentes son los que en la actualidad utilizan dichos medios con mayor frecuencia, lo cual se potenció mucho más durante el período de la pandemia. El uso desmedido de las redes sociales e internet, afecta la salud mental y en este sentido los adolescentes son más vulnerables a desarrollar una adicción, lo cual puede llegar a afectar diferentes esferas de su vida, como el interés por otras actividades, el rendimiento escolar o las relaciones con amigos y familiares.

Según Molina y Restrepo, ⁽¹²⁾ el uso patológico de la internet se caracteriza por pobre control, preocupaciones, urgencia o comportamientos de búsqueda, que generan alteración en el funcionamiento global o distrés. Desde el punto de vista conceptual, el uso patológico de internet ha sido clasificado como un problema de adicción comportamental similar al juego patológico, que, aunque no esté incluido en el DSM-5, bajo la denominación de adicciones no comportamentales, hay consenso de su existencia.

Uno de los factores que insidió en el aumento del uso de las redes sociales por los adolescentes fueron las circunstancias de la crisis sanitaria, puesto que se vio la necesidad de mover las aulas a espacios virtuales para que ello no afectara su año académico. Restrepo y Castañeda-Quirama, ⁽¹³⁾ refieren que el uso de internet es calificado hoy, bajo ciertas circunstancias de uso, como factor de riesgo para el desarrollo de conductas suicidas en la población adolescentes. Algunos proponen que los adolescentes son susceptibles a la conducta suicida como resultado del aprendizaje sobre dicho comportamiento, que exponen en las redes, salas de chat, información sobre el tema e imágenes.

Los usos de las nuevas tecnologías de información se han enfocado a pasar el tiempo, paralelo al que utilizan para divertirse. Usan las redes e internet como medio de comunicación con el cual pueden interactuar con otras personas y conocerlas, así como intercambiar números de teléfonos, fotos, experiencias y tener conversaciones con personas que probablemente no conocerán nunca en la vida.

Sería útil un acompañamiento en este proceso por parte de los adultos, sin embargo, las características de esta etapa de la vida en que se posesiona la independencia y se gesta la identidad propia, obstaculiza llevar a cabo ese proceso. En un estudio realizado en España se arribó a conclusiones similares. En ese sentido señalan que el uso excesivo o sobreconsumo de los medios de comunicación se ha asociado con múltiples efectos negativos para la salud de los niños y adolescentes. El tiempo y el tipo de actividades que tienen los hijos en las redes sociales es, sin duda, otra de las grandes preocupaciones de los padres. ⁽¹⁴⁾



En este grupo de adolescentes se identificó un aumento del uso de las redes sociales e internet, lo que les ha permitido a ellos ampliar su círculo de amistades y conocer a diferentes personas. Ello ha generado una sensación de bienestar, dado que durante el período de la pandemia posibilitó que la comunicación no se detuviera, sino que fluyera y aumentara. Es evidente que encontrarse con amigos que hace tiempo no ven, es para ellos de suma satisfacción.

En el análisis de esta variable se reflejó que la mayor parte de los participantes tendieron a buscar información sobre sexualidad, entrar en páginas eróticas, enviar mensajes eróticos a través del móvil y unirse a grupos de interés. Para los adolescentes la inclusión en estos grupos, es de vital importancia, ya que los ayuda a reconocer algún nivel de aceptación y pertenencia, lo que es relevante para la formación de un sentido de identidad fuera de la familia. No obstante, el peligro está latente, cuando no se conocen las características de estos grupos de amigos, pues en esta etapa, se tiene la necesidad de buscar un modelo, un líder a seguir.

Los resultados son similares a los encontrados en un estudio realizado con estudiantes colombianos dirigido a identificar factores de riesgo en jóvenes escolarizados asociados al uso de las redes sociales y la Internet. ⁽¹⁵⁾ Se verificó que las RSI se constituyen en una fuente de información y de formación sobre la sexualidad para los jóvenes, lo que puede ser parte de las causas de las situaciones que adolescentes y jóvenes viven en relación con la sexualidad y que pueden conllevar a embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, abusos sexuales, frustración en las relaciones, entre otras; ⁽¹⁶⁾ por lo que los diferentes agentes educativos deben contribuir con herramientas para afrontarlos, más que evitarlos, responsablemente. ⁽¹⁷⁾

Más del 20 % de los participantes presentaron nomofobia. Ello significa que experimentan un temor intenso a estar sin dispositivos móviles. El solo hecho de valorar esa posibilidad les genera ansiedad y otras conductas asociadas con el temor intenso a estar sin dispositivos móviles. Se han encontrado correlaciones entre la adicción a internet y mayor índice de ansiedad y menor autoestima entre los internautas.

Resultados similares se encontraron en estudios internacionales integrados en una revisión bibliográfica sistemática ⁽¹⁸⁾ en la que se precisó que los adolescentes presentan problemas conductuales, pasan muchas horas con el celular y esto perjudica el rendimiento académico de los estudiantes; la depresión, ansiedad y la mala alimentación se ven relacionadas con la nomofobia. ⁽¹⁹⁾

En un estudio realizado en Cuba en estudiantes del Centro Universitario Municipal de Cruces (Cienfuegos), se constató que el tiempo promedio de uso del teléfono celular en la población estudiantil es de una a dos horas, son las mujeres las que mencionan pasar más de cinco horas con su teléfono celular. Se pudo evidenciar la existencia del uso excesivo de sus teléfonos. Pasar mucho tiempo en el teléfono celular produce daños físicos y problemas sociales como fatiga visual, dolor de cabeza, o dolor de cuello. ⁽²⁰⁾



El uso excesivo de los teléfonos celulares predispone a un comportamiento no verbal, que limita la interacción cara a cara con la otra persona y el contacto con el entorno. Por ello, en las personas que utilizan smartphones y presentan adicción, se ha evidenciado la presencia de algunas patologías como: depresión, ansiedad, falta de atención y comportamiento agresivo. ⁽¹⁹⁾

Los resultados obtenidos a partir de la investigación realizada, demuestran el aumento de riesgo del consumo de las redes sociales e internet en los adolescentes. Existen pocas investigaciones acerca de este tema, sin embargo, es de vital importancia implementar acciones encaminadas a lograr un mejor uso de las redes sociales e internet en los adolescentes.

Conclusiones

Los adolescentes evaluados dedican alrededor de cuatro horas diarias al uso de las redes sociales e internet. Se integran a grupos afines, donde se siente más confiados, se expresan con libertad y comparten habilidades e intereses. El contenido que publican en las redes se relaciona fundamentalmente con las actividades que realizan y los lugares que frecuentan. Se evidenció la tendencia a unirse a grupos de interés y en algunos casos síntomas como el estrés y ansiedad.

Se identificó que las circunstancias asociadas a la iniciación y mantenimiento del uso de redes sociales e internet entre los adolescentes evaluados fueron favorecidas por el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. Ese contexto potenció su uso abusivo y generó conductas adictivas en algunos casos. Para los estudiantes, el uso de las redes sociales les ofrece más espacio de interacción, donde no hay control por los adultos, se construyen una personalidad ficticia y se muestran cómo les gustaría ser.

Se determinó la existencia de algún nivel de riesgo para el desarrollo de trastornos adictivos en aproximadamente la quinta parte de los participantes, lo cual fue evidenciado con mayor intensidad entre los varones. En ellos fue predominante la presencia de rasgos-frikis, nomofobia y síntomas de adicción caracterizadas por la tendencia a unirse a grupos con intereses específicos, practicar juegos virtuales y de roles, tener encuentros sexuales, presentar temor intenso a estar sin dispositivos móviles y experimentar estrés y ansiedad.

Referencias bibliográficas

1. Fernández R. Redes sociales: tasa de penetración por región mundial. Statista Research Department. 2022 <https://es.statista.com/estadisticas/512953/redessociales-penetracion-global-por-region/>
2. Espinel-Rubio GA, Hernández-Suárez CA, Rojas-Suarez J.P. Usos, apropiaciones y nuevas prácticas comunicativas de los usuarios adolescentes de facebook. Saber, Ciencia Y Libertad. 2020;15(1):280–296. <https://doi.org/10.18041/23823240/saber.2020v15n1.6316>



3. Social Media Stats Cuba. 2024. <https://gs.statcounter.com/social-media-stats/all/cuba>
4. Datareportal. Digital 2024: Cuba. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-cuba>
5. Sanz-Marcos, González-Haba PG, Castillo-Díaz A, Vergara E. «La investigación científica Sobre El Uso De Influencers En La gestión De Las Marcas: Estado De La cuestión». *Revista ICONO 14. Revista científica De Comunicación Y Tecnologías Emergentes*. 2024;22(1). Madrid, ES:e2125. <https://doi.org/10.7195/ri14.v22i1.2125>.
6. Domínguez-García L, Fabelo-Roche J. Personalidad, motivación y consumo indebido de drogas. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*. 2019;15(1). <http://www.revph.sld.cu/index.php/hph/article/view/46/42>
7. Martín Critikián D, Medina Núñez M. Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de Comunicación y Salud*. 2021;11:55–76. <https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
8. Peris-Hernández M, Maganto-Mateo C, Garaigordobil-Landazabal M. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. 2018;5(2):30-36. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399729>
9. Fernández-Rovira C. Motivaciones y tiempo de uso de las redes sociales por parte de los jóvenes españoles: señales de adicción. *Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social “Disertaciones”*. 2022;15(2):1-19. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.11155>
10. Klimenko O, Cataño Restrepo YA, Otálvaro I, Úsuga Echeverri SJ. Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*. 2021;24(46):123-155. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
11. Valencia-Ortiz R, Cabero-Almenara J, Garay Ruiz U. Adicción a las redes sociales en estudiantes mexicanos: percepciones de discentes y docentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*. 2021;19:103-122. <https://doi.org/10.51302/tce.2021.616>
12. Molina MJ, Restrepo D. Internet y comportamiento suicida en adolescentes: ¿cuál es la conexión?. *Pediatría*. 2018;51(2):30–39. <https://doi.org/10.14295/pediatr.v51i2.109>



13. Restrepo JE, Castañeda-Quirama T. Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2021;49(3):162-169. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.08.003>
14. Barrio-Fernández A, Ruiz-Fernández I. Los adolescentes y el uso de las redes sociales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 2014;3(1):571-576. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851785056.pdf>
15. Suárez OJ, Urbina-Cárdenas JE, Suárez-Riveros LD. Factores de Riesgo en Jóvenes Escolarizados Asociados al Uso de las Redes Sociales y la Internet”. *Revistas Perspectivas*. 2022;7(1):87-97. <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/perspectivas/article/view/3392/3941>
16. López-Sánchez, F. Sexualidad en la adolescencia ¿Y qué podemos hacer con los adolescentes los diferentes agentes educativos? *ADOLESCERE - Revista de formación continuada de la Sociedad española de medicina de la adolescencia*. 2014;II(1):24–34. <https://www.adolescenciasema.org/usuario/documentos/24-34 Sexualidad en la adolescencia.pdf>
17. Calero-Yera E, Rodríguez-Roura S, Trumbull-Jorlen A. Abordaje de la sexualidad en la adolescencia. *Humanidades Médicas*. 2017;17(3):577–592. <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v17n3/hmc10317.pdf>
18. Pérez-Cabrejos RG, Rodríguez-Galán DB, Colquepisco-Paúcar NT, Enríquez-Ludeña RL. Consecuencias de la nomofobia en adolescentes: una revisión sistemática. *Conrado*. 2021;17(81):203-210.
19. López-Díaz N, Banguela-Pérez I, González-Peña Y, Álvarez-Vázquez A, Díaz Díaz, D, Toledo-Piloto CM. Determinación de la presencia de nomofobia en estudiantes de Licenciatura en Contabilidad del Centro Universitario Municipal de Cruces 2021. *Bol. Trastor. adict*. 2022;7(1):19-27 <https://instituciones.sld.cu/cedro/files/2022/05/Boletin-1-2022.pdf>
20. Barrios-Borjas DA, Bejar-Ramos VA, Cauchos-Mora VS. Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. In *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*. 2017;55(3):205-206. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071792272017000300205

Declaración de conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses en relación con la investigación presentada.

Contribuciones de los autores

Conceptualización: Justo R. Fabelo-Roche y Yaritza Núñez-Blanco



Curación de datos: Serguei Iglesias-Moré y Yaritza Núñez-Blanco

Análisis formal: Himia Hernández-Salazar, Alexander Saborit-Pupo y Tamara Rodríguez-Quintana

Investigación: Yaritza Núñez Blanco, Justo R. Fabelo-Roche, Serguei Iglesias-Moré e Himia Hernández-Salazar

Metodología: Serguei Iglesias-Moré y Alexander Saborit-Pupo

Administración del proyecto: Justo R. Fabelo-Roche y Yaritza Núñez-Blanco.

Software: Serguei Iglesias-Moré y Alexander Saborit-Pupo

Supervisión: Himia Hernández-Salazar, Alexander Saborit-Pupo y Tamara Rodríguez-Quintana

Validación: Justo R. Fabelo-Roche y Yaritza Núñez-Blanco

Visualización: Himia Hernández-Salazar, Serguei Iglesias-Moré, Tamara Rodríguez-Quintana

Redacción-borrador original: Yaritza Núñez-Blanco

Redacción-revisión y edición: Justo R. Fabelo-Roche

Declaración de financiamientos

Los autores no contaron con ninguna fuente de financiamiento para la realización de esta investigación.

