



**LAS REDES SOCIALES Y EL COMPORTAMIENTO OCUPACIONAL EN ADOLESCENTES**

**SOCIAL NETWORKS AND OCCUPATIONAL BEHAVIOUR IN ADOLESCENTS**

LUDY MILENA BASTO TARAZONA

Estudiante X Semestre Terapia Ocupacional.

Universidad de Pamplona.

Correo electrónico: mile\_2692@hotmail.com

EDITH ROCÍO SARMIENTO

Docente Universidad de Pamplona

Terapeuta Ocupacional

Esp. En educación especial e inclusión social

Correo electrónico: edith.rocio@unipamplona.edu.co

BENITO CONTRERAS EUGENIO

Docente de la Universidad de Pamplona.

Lic. Educación física, recreación y deporte.

Mg. En Docencia e investigación universitaria

Correo electrónico: benitocontreras@unipamplona.edu.com

**RESUMEN**

Las redes sociales han logrado perturbar la realidad social creando nuevos entornos de comunicación envolviendo a los adolescentes en situaciones de riesgo lo que conlleva a afectaciones dentro de su desempeño ocupacional perturbando la exploración la competencia y el logro en cuanto sus intereses, trayendo consigo afectación en estructuración de sus hábitos y rutinas; siendo la etapa de adolescencia donde se emergen cambios de aceptación, popularidad, deportes organizados, autopercepción, y ocio compartido, volviéndose más vulnerables ante situaciones desconocidas desencadenando factores psicosociales, emocionales y sociales al aceptar comportamientos y condiciones no deseables, alterando no solo relaciones interpersonales sino su forma de pensar y actuar frente a sus pares y familiares optando cambios en su comportamiento

En la investigación se estableció como objetivo determinar la relación de las redes sociales con el comportamiento ocupacional en adolescentes de un colegio público y privado de la ciudad de Pamplona; se contó con un diseño metodológico cuantitativo de alcances exploratorio, descriptivo explicativo y correlacional, con una muestra no probabilística de 30 adolescentes en edades comprendidas de 11 a 14 años. Inicialmente se dio a conocer el consentimiento informado a padres en que aceptaban que sus hijos fuesen partícipes del proceso investigativo, seguidamente se aplicó la ficha sociodemográfica datos generales relevantes, posterior a ello se utilizó el



instrumento de Adicción a redes Sociales (ARS) y el cuestionario ocupacional (OQ) Y por último se realizó la correlación entre las variables independiente y dependiente mediante el coeficiente de correlación de Pearson en el programa SPSS permitiendo arrojar resultados y conclusiones del proyecto de investigación

## **Abstract**

Social networks have managed to disturb the social reality created new communication environments involving adolescents in situations of risk which leads to impairments within their occupational performance disturbing the exploration of competition and achievement in terms of their interests, bringing with it affectation in structuring of their habits and routines; being the stage of adolescence where changes of acceptance, popularity, organized sports, self-perception, and shared leisure emerge, becoming more vulnerable to unfamiliar situations triggering psychosocial, emotional and social factors by accepting undesirable behaviors and conditions, altering not only interpersonal relationships but their way of thinking and acting in front of their peers and relatives opting for changes in their behavior

Thus, in the present investigation, the objective was to determine the relationship of social networks with the occupational behavior of adolescents in a public and private school in the city of Pamplona; we had a quantitative methodological design of exploratory, explanatory, and correlational scopes, with a non-probabilistic sample of 30 adolescents aged between 11 and 14 years. Initially informed consent was given to parents, in which they accepted that their children were participants in the investigative process, then the relevant sociodemographic data sheet was applied, after that, the instrument of Addiction to Social Networks (ARS) and the questionnaire were used. Occupational (OQ) And finally, the correlation between the independent and dependent variables was performed using the Pearson correlation coefficient in the SPSS program, allowing the results and conclusions of the research project to be shown.

## **INTRODUCCIÓN**

El proyecto de investigación tiene como título “Redes sociales y comportamiento ocupacional en adolescentes entre las edades de 11 a 14 años de un colegio público y privado de la ciudad de Pamplona Norte de Santander proceso por el cual se aplicó en su inicio la ficha sociodemográfica de la cual se tubo encuentra la edad cronológica, el sexo, tipo de colegio, acceso y tiempo cotidiano a redes sociales y medio de ingreso , posteriormente se aplicó el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) determinando el tiempo, necesidad, sintomatología del ingreso constante a las redes sociales y finalmente el cuestionario ocupacional (OQ) teniendo en cuenta aspectos relevantes como hábitos y rutina más prevalentes en lapso de tiempo cada media hora.

De acuerdo con (Becoña, 2006) quien describe las redes sociales como las causantes de “atrapar” a las personas, sobre todo a los jóvenes, en vista que el mundo virtual contribuye a crear una falsa identidad distorsionando un mundo real, generando de esta manera un entorno propicio para el desarrollo de una conducta adictiva, perturbando aquellas actividades significativas que llenan el tiempo de las personas como lo expresa (Reilly, 1962) trayendo consigo repercusiones en aquellos intereses que los adolescentes



encuentran placenteros y satisfactorios al hacer y elección de actividades ocupacionales como: asumir nuevos roles, incorporar una nueva actividad como parte de una rutina personal, llevar a cabo un proyecto , comenzar una afición nueva implicando compromiso deliberados para entrar a un rol ocupacional , adquiriendo nuevos hábitos (Heard & Matsutsuyu, 1977-1971)

Con base a lo anterior el propósito del proyecto de investigación fue determinar esa relación entre las redes sociales y el comportamiento ocupacional en los adolescentes y como se ve afectada la parte volitiva y habitacional enmarcada en esos hábitos y rutinas no estructuradas, y como la falta de intereses conllevaba a que se vea limitada su participación y desempeño ocupacional ; dicha investigación es de gran impacto, debido a que desde el programa de Terapia Ocupacional no se han realizado investigaciones que den a conocer la relación de las redes sociales con el comportamiento ocupacional en dicha población. Así mismo, para la población objeto de estudio, al determinar ese desequilibrio ocupacional que pueden presentar los adolescentes en cuanto a sus interés, motivación, organización y estructuración de rutinas repercutiendo no solo en su desempeño sino su participación en actividades placenteras trascendiendo en sus roles a ejecutar

### **JUSTIFICACIÓN**

Sin duda alguna las redes sociales en gran medida han “virilizado” la forma de comunicarse y facilitar una inmediatez en los mensajes que se desean expresar sin importar tiempo ni espacio, aumentando las horas de conexión y el número de usuarios “amigos” como lo referencia la revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes. Según (Müller, 2016) la adicción a internet ofrece nuevas formas de diversión online, empobrece las relaciones de amistad, disminuye la actividad física, y el tiempo libre gira en torno a actividades online; cuanto mayor dependencia, más necesidad y atención a las redes sociales. Igualmente (Gore, Morrison &, 2010) afirman que los jóvenes que se consideran a sí mismo dependientes de las redes sociales podrían manifestar niveles altos de depresión y agresividad, dificultando su adaptación social y ocupacional.

Es así como se es conveniente estudiar dicha problemática entendiendo que los adolescentes se encuentran en una etapa de cambios en los cuales se vuelven vulnerables ante situaciones desconocidas como el uso de nuevas tecnologías las cuales al no conocer sus riesgos se incorporan en un contexto virtual desencadenando factores psicosociales, emocionales y sociales al aceptar comportamientos y condiciones no deseables, perturbando las relaciones interpersonales e incorporado en el diario vivir cambiando drásticamente la forma de pensar y actuar frente a sus pares y familiares optando conductas adictivas las cuales los encamina a realizar cambios en su comportamiento. En la misma perspectiva es pertinente mencionar que dicha investigación se ejecutara en un colegio público y privado evidenciando el uso exacerbado de los adolescentes a las redes sociales.

Es así como (Becoña, 2006) describe las redes sociales como las causantes de “atrapar” a las personas, sobre todo a los jóvenes, en vista que el mundo virtual contribuye a crear una falsa identidad distorsionando un mundo real, generando de esta manera un entorno propicio para el desarrollo de una conducta adictiva, perturbando aquellas actividades significativas que llenan el tiempo de las personas como lo expresa (Reilly, 1962) trayendo consigo repercusiones en aquellos intereses que los adolescentes encuentran placenteros y satisfactorios al hacer y elección de actividades ocupacionales como: asumir nuevos roles, incorporar una nueva actividad como parte de una rutina personal, llevar a cabo un proyecto



, comenzar una afición nueva implicando compromiso deliberados para entrar a un rol ocupacional , adquiriendo nuevos hábitos (Heard & Matsutsuyu, 1977-1971)

Por tal motivo se retoma el Modelo de Ocupacional Humana MOHO (Heras, 2011, pág. 161.163) la cual considera la participación ocupacional e identidad ocupacional como desarrollo del sentido de eficacia, interés y valor propio en el proceso de participación ocupacional; así mismo (Kielhofner G. , Modelo de la Ocupacion Humana , 2011) considera la practica desde terapia ocupacional basada en la ocupación que coincide con la ocupación humana como un “amplio rango del hacer que ocurre en el contexto de tiempo ,espacio, sociedad y cultura” de igual modo describe aquella habituación y patrones internalizados como una organización interna de información que dispone la persona a mostrar patrones recurrentes de comportamiento frente a situaciones ambientales conocidas , de la misma manera la motivación del hacer enmarcada en valores, intereses y eficacia del hacer en actividades significativas.

Así mismo el modelo ecológico proporciona una forma para entender la multiplicidad de los factores importantes para aumentar el desempeño ocupacional conociendo el entorno virtual “ambiente en el cual la comunicación, ocurre por medio de líneas u ordenadores y con ausencia del contacto físico (chat, radiotransmisores.)” afectando el contacto directo con sus pares o familiares (AOTA, 2014)

El aporte de la presente investigación es dar a conocer cómo se relacionan las redes sociales y el comportamiento ocupacional en los adolescentes; de igual manera esta propuesta beneficia a la institución educativa tanto pública como privada mediante estrategias orientadas a la seguridad y autocuidado, programas de prevención y promoción del uso responsable de las nuevas tecnologías, así mismo vincular a los padre de familia y entidades educativas frente al problema que aqueja las redes sociales. El impacto que generara dicha investigación es la de identificar la incidencia que ha tenido el mundo virtual especialmente las redes sociales en los adolescentes de los colegios Brighton y Seminario menor y como ha afectado sus contextos sociales, familiares y personales.

De igual manera a nivel metodológico, el trabajo de investigación, tuvo como primera instancia realizar la caracterización de la población sujeto en un colegio público y privado mediante la ficha sociodemográfica con datos generales como: edad, sexo, grado cursado, tiempo de exposición a redes sociales, posteriormente se evaluó las redes sociales sobre el comportamiento ocupacional mediante el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) valorando la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en el uso de las redes sociales, y el uso excesivo de las mismas. Así mismo el Cuestionario Ocupacional (OQ) el cual evaluó la organización de la rutina de cada adolescente clasificándola ya fuese trabajo, actividad de la vida diaria, recreación o descanso. Por conseguirte teniendo en cuenta los resultados arrojados se realizó un plan de acción con diferentes actividades terapéuticas tanto en padres de familia como escolares encaminadas a una promoción y prevención. Con base en lo anterior se proyectó dejar a la Universidad de



Pamplona y el Programa de Terapia Ocupacional un nuevo antecedente investigativo para futuras investigaciones y como producto final un artículo científico; igualmente en los colegios se dejó una aplicativo denominado “Mis Rutinas” accediendo libremente desde la Play Store determinando, estructurando y recordando las actividades a realizar diariamente, así mismo actividades psicoeducativas con padres de familia y actividades lúdicas, recreativas y proyectivas con los escolares . Finalmente por ser la primera investigación que abarco las redes sociales como tema de investigación en la ciudad de Pamplona contribuyo a generar nuevos conocimientos a futuras investigaciones en la Universidad de Pamplona ; así como también el reconocimiento a nivel local y nacional.

### *Objetivo General*

Determinar la relación de las redes sociales con el comportamiento ocupacional de los adolescentes entre las edades de 11 a 14 años de un colegio público y privado de la ciudad de Pamplona Norte de Santander

### *Objetivos Específicos*

1. Caracterizar a la población objeto de estudio mediante la aplicación de la ficha sociodemográfica en los colegios Betlemitas Brighton Sede Afanador y Colegio Seminario Menor
2. Valorar el uso de las redes sociales sobre el comportamiento ocupacional a través del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario Ocupacional (OQ)
3. Analizar e interpretar cuantitativamente los resultados obtenidos en la aplicación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y Cuestionario Ocupacional
4. Establecer la relación de las redes sociales con el comportamiento ocupacional en los adolescentes

## **DESARROLLO METODOLÓGICO**

Teniendo en cuenta Tamayo & Tamayo (2001). La investigación se estableció en un diseño básico el cual “consistió en el planteamiento de una serie de actividades sucesivas y organizadas que debían adaptasen a las particularidades en la investigación indicando los pasos y pruebas a efectuar y técnicas a utilizar. De igual manera Rivas Galarreta, E. (1994) describe el diseño bibliográfico como la primera etapa del proceso investigativo que proporciona el conocimiento de las investigaciones ya existentes, de un modo sistemático, a través de una amplia búsqueda de: información, conocimientos y técnicas sobre una cuestión determinada; así mismo el diseño de campo se enmarca en la recolección de datos de forma directa de la realidad.

La población objeto de estudio correspondió a 256 adolescentes obteniendo una muestra no probabilística con un total de 30 estudiantes entre ellos 15 estudiantes del colegio Seminario



Menor Santo Tomas de Aquino y 15 del Colegio Brighton Betlemitas Sede Afanador y Cadena teniendo en cuenta parámetros en los criterios de inclusión.

Inicialmente se dio a conocer el consentimiento informado en la cual se explicó detalladamente a cada participante el proceso que se llevaría a cabo para la ejecución del proyecto de investigación, seguidamente se caracterizó la muestra de estudio mediante la aplicación de la ficha sociodemográfica elaborada en el programa de SPSS.

En cuanto al instrumento de valoración, se utilizó el Cuestionaron de adicción a Redes Sociales (ARS) el cual partió del DSM-IV-TR (American Psychiatric Association - APA, 2008); instrumento de diagnóstico que no reconoce las adicciones psicológicas como trastornos; sin embargo la mayoría de autores que tratan este tipo de adicciones toma como referencia los indicadores de la adicción a sustancias. El primer paso que se dio fue sustituir este concepto de «sustancia» por el de «redes sociales», en este paso intervinieron además de los autores tres psicólogos expertos en psicología clínica, educativa y psicometría, que colaboraron en los aspectos de redacción, comprensión, claridad en las definiciones y coherencia de los criterios de partida; y el Cuestionario Ocupacional (OQ) extraído del paquete de instrumentos del modelo de la ocupación Humana (MOHO) el cual evalúa la organización de la rutina de las personas en relación a su volición, pide a una persona entregar una descripción detallada del uso típico de su tiempo y utiliza una escala de puntajes tipo Likert para los aspectos de sentido de eficacia personal, importancia y grado de placer durante la participación en estas actividades.

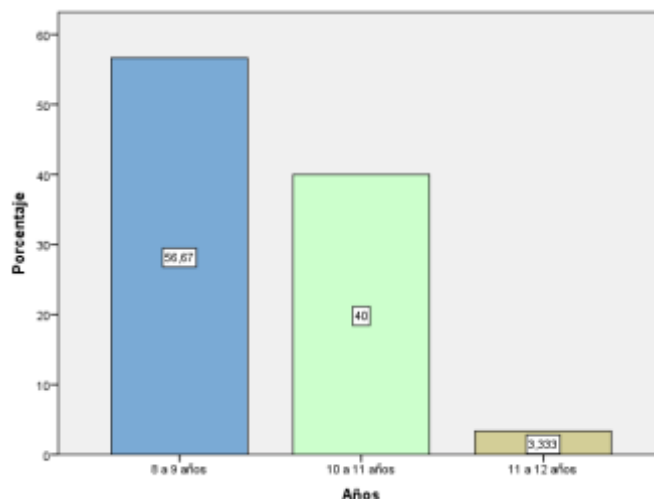
Una vez se realizó la valoración, se continuó con el análisis de los resultados estadísticos, obteniendo resultados significativos en cuanto a los datos sociodemográficos y la valoración de las variables. Se utilizó el programa de SPSS y Excel , facilitando el diagrama de barras según la frecuencia y porcentaje de los datos sociodemográficos, cuestionario de adicción a redes sociales y cuestionario ocupacional ; seguidamente se realiza la correlación de Pearson entre las variables de Redes sociales y comportamiento ocupacional, obteniendo de esta manera un coeficiente de correlación significativa

### **RESULTADOS**

Como primer parámetro a describir se encuentran los datos sociodemográficos de la población objeto de estudio, donde se retoman datos relevantes tenidos en cuenta en dicho estudio.

#### *Ficha Sociodemográfica*

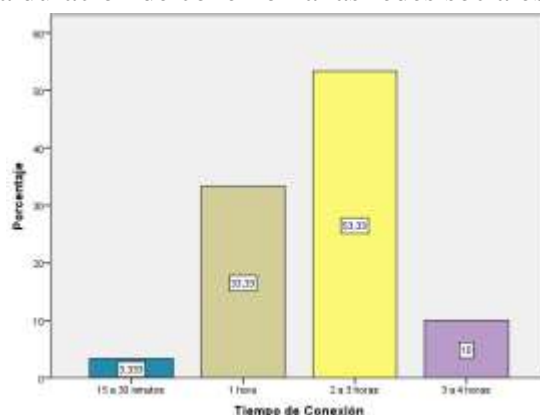
Análisis porcentual según el año en que los adolescentes empezaron a utilizar las Redes Sociales



Fuente: Basto, M; 2019

Al analizar los datos en la población objeto de estudio el 56,57% empezaron a utilizar las redes sociales aproximadamente de 8 a 9 años, posteriormente con un 40% a la edad de 10 a 11 años y con un 3,33% de 11 a 12 años. Según (Alvaro Bilbao, 2017) neuropsicología y psicoterapeuta sostiene que "las redes sociales utilizadas en exceso hacen que los niños desde los 8 a los 16 años no perciban la realidad tal y como es, sino como la creen en su mundo virtual". Se ha concluido el nivel adictivo de esta clase de tecnologías y se ha estimado que quienes abusan de su utilización, pueden llegar a experimentar problemas de comportamiento o concentración e incluso, fracaso escolar; impactando negativamente en el desarrollo integral interfiriendo en el desempeño ocupacional del adolescente, desencadenando en muchas ocasiones problemas de aprendizaje, de atención y concentración, de igual forma viéndose quebrantado el proceso de alcanzar logros, en el hacer que generen intereses, destrezas, y competencias acordes a la edad (Reilly 1969)

Análisis porcentual según la duración de conexión a las redes sociales



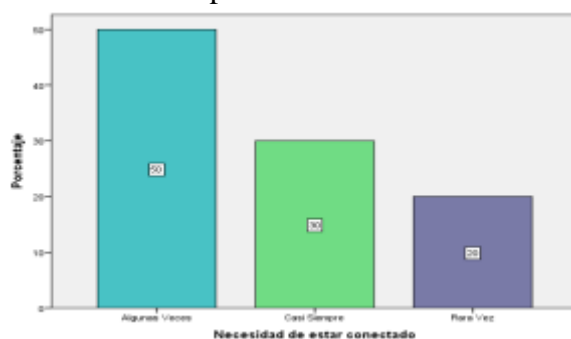
Analizando los resultados el tiempo de conexión a las redes sociales en casa el 53,33% de los adolescentes permanece entre 2 a 3 horas, de igual manera el 33,33% duran conectados una aproximadamente, el 10% dura conectado entre 3 a 4 horas y el 3,33% dura conectado entre 15 a 30 minutos. Teniendo en cuenta la investigación realizada por (TigoUne y la Universidad Eafit, 2018) citada por la revista La Red; los niños y jóvenes en Colombia gastan en promedio tres



horas y 31 minutos diarios en internet. En general, a medida que las personas van creciendo, el tiempo que destinan a navegar en internet aumenta; el promedio nacional de las horas diarias en internet es una hora con 46 minutos para los niños de nueve a 10 años, dos horas y 34 minutos para los niños de 11 a 12 años, cuatro horas con 19 minutos para quienes tienen entre 13 y 14 años, y de cinco horas para los jóvenes de 15 y 16 años; es así como se limitó la participación de los adolescentes en actividades de ocio, tiempo libre, juego, quehaceres habituales, responsabilidades ocupacionales enmarcándose en elecciones e intereses que conlleva a cambios conductuales, emocionales y sociales.

## *Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)*

Análisis porcentual según la necesidad de permanecer conectado a las redes sociales



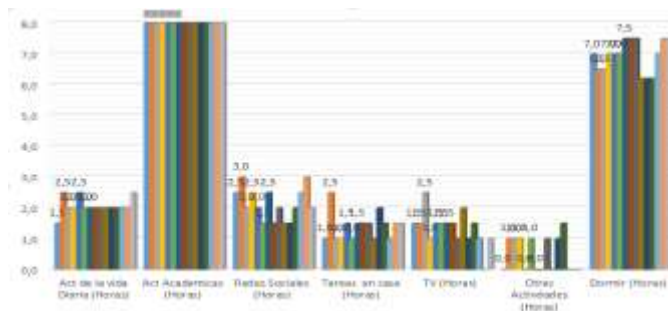
Fuente: Badto, M; 2019

Según datos arrojados el 50% de la población objeto de estudio siente algunas veces necesidad de permanecer conectado a las redes sociales, así como el 30% casi siempre y el 20% rara vez. Como (Marlano Gonzales) la experiencia de estar conectado en una red social tiene que ver con la expectativa (un poco ingenua, por supuesto) de que el próximo mensaje que se reciba será importante. Si se quiere, la “fenomenología” del uso de las redes sociales tiene que ver con la emoción asociada a recibir una comunicación trascendental. De cualquier modo, las habilidades de comunicación e interacción usadas para llevar a cabo algunas tareas significativas empleando habilidades para comunicarse efectivamente e interactuar con otros al completar una forma ocupacional se ven afectadas teniendo en cuenta el contexto (virtual) en el cual es el medio de desarrollo, así como también, consecuencias al desempeño, si es hecha en tiempo libre, debe ser de diversión. Cada forma ocupacional desarrollada con o en presencia de otras ciertas características que influyen en el comportamiento.

## *Cuestionario Ocupacional (OQ)*

Análisis porcentual según los 15 adolescentes del colegio privado ejecuta en horas diariamente las actividades de: (Actividades de la Vida Diaria, Actividades Académicas, Redes Sociales, Tareas en casa, Ver TV, Otras Actividades y dormir)

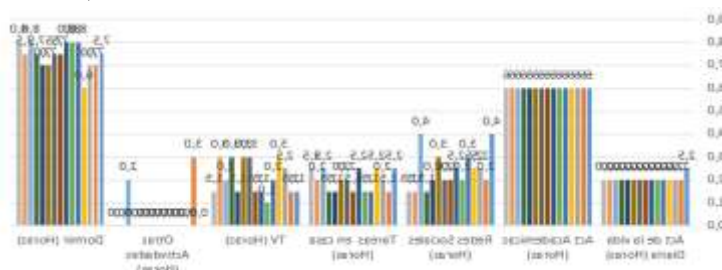




Fuente: Basto, M;2019

De acuerdo a la gráfica anterior se puede observar que los 15 usuarios del colegio privado realizan sus actividades de la vida diaria en un promedio de una hora y media a 2 horas y media, las actividades cotidianas (clase) las realizan en aproximadamente 8 horas en una doble jornada ; la revisión de redes sociales la realizan en horas comprendidas entre una hora y media y 3 horas aproximadamente diariamente; las tareas de casa desde una hora a 2 horas y media ; ver TV en aproximadamente una hora y 2 horas y media; otras actividades como (leer un libro, asesorías, juego con mascotas)en una hora aproximadamente y la actividad de dormir de 6 horas y media a 7 horas y media . A continuación se mostrara la representación en porcentaje de cada actividad ejecutada por los 15 sujetos de estudio

Análisis porcentual según los 15 adolescentes del colegio público ejecuta en horas diariamente las actividades de : (AVD, Actividades Académicas, Redes Sociales, Tareas en casa, Ver TV, Otras Actividades y dormir)



Fuente: Basto,M;2019

De acuerdo a la gráfica anterior se puede observar que los 15 usuarios del colegio público realizan sus actividades de la vida diaria como (levantarse, desayunar, balarse, cepillarse y almorzar ) en un promedio de 2 hora a 2 horas y media, las actividades cotidianas (clase) las realizan en aproximadamente en 6 horas en una sola jornada ; la revisión de redes sociales la realizan en horas comprendidas entre 1 hora y media a 4 horas aproximadamente diariamente; las tareas de casa desde 1 hora y media hasta a 2 horas y media ; ver TV desde una hora a 3 horas; otras actividades como (practicar deporte o jugar con sus amigos en el barrio )entre 2 a 3 horas aproximadamente y la actividad de dormir de 6 horas a 8 horas. A continuación, se mostrara la representación en porcentaje de cada actividad ejecutadas por los 15 sujetos de estudio

Correlación de Pearson



		Figura de cálculo	Apenas despierta por mañana (X)	Se pone de malhumor al no poder conectarse a las redes sociales.	Se pone de malhumor al no poder conectarse a las redes sociales.	Se pone de malhumor al no poder conectarse a las redes sociales.	Generalmente permanece más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	Siempre mucho tiempo de día conectándose y desconectándose de las redes sociales.	Cree que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entra y usa las redes sociales
Actividades de la vida diaria	Correlación de Pearson	0,221**					0,221**		
	Ng. (bivariada)	0,000					0,000		
Actividades Académicas	Correlación de Pearson	0,000**				0,267*		0,221**	
	Ng. (bivariada)	0				0,000		0	
Tareas en casa	Correlación de Pearson	0,221**	0,212**					0,107**	
	Ng. (bivariada)	0,000	0,040					0,000	
Tareas ocupacionales	Correlación de Pearson	0,221**							0,107**
	Ng. (bivariada)	0,000							0,000
Dormir	Correlación de Pearson	0,221**		0,221**		0,221**			0,221**
	Ng. (bivariada)	0,000		0,000		0,000			0,000

Fuente: Basto, M; 2019

En cuanto a la correlación se encontró significancia en las actividades de la vida diaria y el tiempo de conexión en las redes sociales del que inicialmente se había destinado; del mismo modo se encuentra una relación relevante en cuanto las actividades académicas con la ansiedad que les produce al no poderse conectar a las redes sociales. Así mismo se observa relación significativa en el tiempo exacerbado de conectarse y desconectarse de las redes sociales dentro de las actividades académicas realizadas en casa y las actividades de la vida diaria perturbando el desempeño de las tareas ocupacionales. En cuanto a las tareas en Casa se encuentra una relación relevante con el uso de las redes sociales apenas despierta limitando el tiempo que se debe destinar para las actividades de autocuidado por lo cual se detecta que se invierte mucho tiempo del día conectándose y desconectándose de las redes sociales con un índice de correlación superior. De igual manera la relación es alta en cuanto a la participación en otras actividades observándose una correlación importante en cuanto al no saber manejar la intensidad y frecuencia con la que entra y usa la red social. Finalmente, la acción de dormir con si se pone de malhumor al no poder conectarse a las redes sociales con un índice de correlación alta y generalmente si permanece más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente se había destinado y cree que es un problema de intensidad y frecuencia con la que entra y usa la red social con un índice de correlación relevante. Siendo estas significativas y dando respuesta a la pregunta de investigación en donde las redes sociales se relacionan en forma negativa en cuanto al desempeño ocupacional de los adolescentes de 11- 14 años de un colegio público y privado.

## DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Si bien las redes sociales han sido la causante de “atrapar” a las personas, sobre todo a los jóvenes, en vista que el mundo virtual donde están inmersos contribuyendo a crear una falsa identidad distorsionando un mundo real, y perturbando aquellas actividades significativas para ellos (Becoña, 2006). En contraste con los resultados de la presente investigación se encuentra cierta similitud en las variables sociodemográficas analizadas; siendo la edad de 11 años prevalente con un 43,33%, donde se experimenta cambios fisiológicos, biológicos y emocionales que influyen en su comportamiento social y personal viéndose expuestos constantemente a un mundo digital teniendo la facilidad de acceder desde su propio celular suministrado muchas veces por sus padres e incluso sin supervisión alguna; adquiriendo comportamientos disfuncionales, confusión en factores interpersonales y socioculturales que afectan su capacidad de desempeño



tanto ocupacional como escolar; de ahí se deduce que el 50% de los adolescentes describe que su mayor interés en las redes sociales es el de ver videos, juegos y chatear con amigos siendo su interés primordial el de pertenecer a un grupo popular, seguir estereotipos de cualquier índole (influencers, cantantes, modelos, actrices) dejando a un lado experiencias secuenciales de juego, vida familiar, recreación, experiencias exploratorias e imitaciones oportunas para descubrir pautas y guiones de participación en actividades específicas como su auto concepto y relaciones de amistad con sus iguales. Cabe resaltar que un aspecto importante es el inicio de utilización de las redes sociales con un 56,57% siendo prevalente la edad de 8 a 9 años preexistiendo un factor negativo puesto que hacen que no perciban la realidad tal y como es, sino como la creen en su mundo virtual abusando de su utilización llegando a experimentar problemas de comportamiento, concentración e incluso fracaso escolar

Cuando determinamos a través del instrumento de Adicción de redes Sociales el abuso de las redes sociales y si se tenían alguna significancia en su comportamiento se obtuvo gran relevancia en cuanto a la evidencia que los adolescentes con un 43,33% pierden el sentido del tiempo al estar conectados, como también con un 50% los adolescentes sienten la necesidad de permanecer conectados a dichas redes sociales viéndose afectadas aquellas habilidades de comunicación e interacción usadas para llevar a cabo algunas tareas significativas empleando habilidades de comunicación e interacción siendo el contexto (virtual) el medio de desarrollo, es así como con un 43,33% predomina que al despertar ya se están conectando a las redes sociales conllevando a una reducción de actividades cotidianas y disfuncionalidad en hábitos y rutinas que se hayan aprendido en el transcurso de sus vidas afectando no solo el desempeño en actividades cotidianas, sino la administración del tiempo. Así como el tiempo desmesurado diariamente a permanecer desde casa con un 53,33% permaneciendo de 2 a 3 horas siendo un limitante en la participación de actividades de ocio, tiempo libre, juego, quehaceres habituales, responsabilidades ocupacionales enmarcándose en elecciones e intereses que conlleva a cambios conductuales, emocionales y sociales.

Cuando comparamos la información obtenida para la investigación con la teoría de (Reilly, 1962) sobre comportamiento ocupacional y como se ha visto afectado por las redes sociales trayendo consigo repercusiones en intereses que los adolescentes encuentran placenteros y satisfactorios al hacer y elección de actividades ocupacionales como: asumir nuevos roles, incorporar una nueva actividad como parte de una rutina personal, llevar a cabo un proyecto, comenzar una afición nueva implicando compromisos deliberados para entrar a un rol ocupacional, adquiriendo nuevos hábitos (Heard & Matsutsuyu, 1977-1971) Con base en lo anterior y basado en la información recolectada se puede establecer que la afirmación dada en un explicación coherente a como se está viendo frustradas en los adolescentes esas rutinas que siguen diariamente haciendo un comparativo entre los colegios se evidencia que el tiempo diariamente de ejecución de las actividades de la vida diaria suministran la misma cantidad de horas para ejecutarlas considerando la actividad de levantarse poca satisfactoria a la hora de hacerla; de igual manera el tiempo de uso de las redes sociales oscila entre 2 horas y 2 hora y media en el colegio privado y público diariamente siendo prevalente el visitar páginas de videos



graciosos, chats constante con familiares y amigos, stalkear a influencer, youtubers o figuras públicas siendo estos los interés de ocio en los adolescentes dejando a un lado el juego y la interacción personal . Así mismo el tiempo de ejecución de actividades escolares se ven reflejada notoriamente de acuerdo a la jornada que maneja cada colegio contribuyendo a su enseñanza y aprendizaje necesario en la organización y requisito de autonomía con base necesaria para desempeñar eficientemente su rol escolar. De igual manera las ejecución de actividades como ver TV son más notorias en los adolescentes pertenecientes al colegio público debido al tiempo prologado que tiene para ejecutar dicha actividad, mientras que los del colegio privado se limitan a pocas horas debido que cumplen con actividades escolares de acuerdo a su jornada diariamente. Es por ello que se evidencia que los adolescentes tiene actividades extracurriculares por cumplir los del colegio privado que los del público manteniendo una estructura rutinaria , Y finamente la actividad de descanso y sueño se evidencia notoriamente que los adolescentes del colegio público algunos duermen sus 8 horas como lo designa mientras que otros prefieren permanecer tiempo revisando redes sociales, viendo tv o incluso jugando hasta tarde de horas ,pero los del colegio privado no logran cumplir debido a factores escolares donde por el motivo de tener clase doble jornada llegar hace actividades, revisar redes sociales no permiten conllevando a un deterioro físico, emocional repercutiendo desde su capacidad para prestar atención en clase hasta su estado de ánimo y poca participación social

### CONCLUSIONES

Al finalizar la investigación se concluyó los siguientes aspectos:

Se puede establecer que a la edad de 11 años en la investigación es la más prevalente entre la población adolescente ; siendo esta etapa la más transicional de cambios tanto emocionales y conductuales trayendo consigo repercusiones en sus intereses, valores, rutinas y roles propias; De igual manera el estrato más prevalente es el dos el cual facilita dentro y fuera de casa el ingreso constante a internet muchas veces sin supervisión alguna de padres de familia exponiendo su vida personal no solo a que miles de personas sino a riesgos cibernéticos conllevando a elegir actividades ocupacionales poco satisfactorias en su diario vivir.

De igual forma se observa que los padres de familia permanecen diariamente en las redes sociales aproximadamente de 2 a 3 horas limitando no solo la relación con sus hijos sino una comunicación asertiva diariamente conllevando a que los adolescentes se refugien en las redes sociales siendo el medio más apto para expresar sus emociones y sentimientos hacia los demás sin delimitar los riesgos que trae el mal uso de dichas redes sociales eligiendo comportamientos no aptos para su edad como el ocio digital, la monotonía, el sedentarismo, la falsa identidad, poca comunicación con sus pares , obstaculizando la elección de actividades significativas .

En este sentido queda claro que el 100 % de la población objeto de estudio utiliza alguna red social, de las cuales WhatsApp, Instagram, Facebook son las más utilizadas; así mismo el medio más preferido por los adolescentes para acceder a las redes sociales es su propio celular perturbando en ocasiones sus actividades cotidianas acorde a su edad; dificultando el asumir nuevos roles e incorporar nuevas actividades como parte de una rutina personal



De tal modo el inicio de utilización de redes sociales a la edad de 8 a 9 años proyectándose en un tiempo comprendido entre 2 a 3 horas no solo ha afectando percibir la realidad tal y como es , sino creer en un mundo virtual no real; impactando negativamente problemas de comportamiento, concentración, , fracaso escolar; impactando negativamente en el desarrollo integral e interfiriendo en su desempeño ocupacional como también en sus actividades de ocio, tiempo libre, juego, responsabilidades ocupacionales. y quehaceres habituales

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos de la aplicación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) se concluye que los adolescentes sienten la necesidad de permanecer conectados a las redes sociales siendo indispensable en la vida cotidiana transformando sus roles y hábitos conllevando a consolidar una falsa identidad. Cabe resaltar que el permanecer más de dos horas en redes sociales los adolescentes pasan a ser dependientes de dichos aparatos tecnológicos lo que conlleva a que haya un aislamiento social arraigando a un desequilibrio emocional y ocupacional viéndose fracasada las relaciones interpersonales, consecutivamente aquellos intereses, ocupaciones acordes a su edad como el juego, el apego a sus familias, las relaciones con sus pares, el ocio y tiempo libre, como también las actividades instrumentales y de la vida diaria.

Así mismo se puede concluir que según los resultados obtenidos del Cuestionario Ocupacional (OQ) de acuerdo a las instituciones tanto privada como pública se puede determinar que a raíz del uso desmesurado de las redes sociales se han visto afectadas las actividades de la vida diaria, descanso, sueño, ocio y tiempo libre a raíz del uso desmesurado de las redes sociales afectando sus interés, el disfrute de actividades cotidianas; así como también la organización y estructuración de hábitos y rutinas, convirtiéndose en el ocio digital preferido de las adolescentes dejando a un lado el juego y la interacción con sus pares como base del comportamiento. Así mismo perturbando esas actividades cotidianas y algo sumamente importante el descanso y sueño conllevando a un deterioro físico y emocional, repercutiendo sobre todos los aspectos en la vida de un adolescente, desde su capacidad para prestar atención en clase hasta su estado de ánimo y participación social.

Por tal motivo se implementó un plan de acción a través de actividades psicoeducativas lúdicas y recreativas enmarcadas a mitigar el uso excesivo de las redes sociales en los adolescentes favoreciendo el ocio y tiempo libre, así como también la estructuración de hábitos y rutinas en casa favoreciendo las actividades de la vida diaria

### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Academia Americana de Pediatría. (8 de 16 de 2016). Obtenido de Violencia mediática: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11694708>

Adhamina Rodriguez Escamez. (s.f.). *Los efectos de la television en niños y adolescentes* .



Adicción a Internet preocupa a 47% de los padres de menores. (2018). *La republica.com*.

Alquichire, M. J. (06 de 2016). Obtenido de Impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes :  
[https://www.researchgate.net/publication/323525794\\_Impacto\\_de\\_las\\_redes\\_sociales\\_virtuales\\_en\\_estudiantes\\_adolescentes\\_de\\_la\\_ciudad\\_de\\_Cucuta\\_Colombia\\_Ano\\_2016](https://www.researchgate.net/publication/323525794_Impacto_de_las_redes_sociales_virtuales_en_estudiantes_adolescentes_de_la_ciudad_de_Cucuta_Colombia_Ano_2016)

American Journal of Preventive Medicine. (12 de 2017). *Por qué los jóvenes dedican tanto tiempo a las redes sociales*. obtenido de <https://www.auca.es/jovenes-dedican-tanto-tiempo-redes-sociales/>

Andrew Przybylski. (s.f.). *2, 5 o 7 horas al día?, ¿cuánto tiempo es demasiado usando redes sociales*. Obtenido de <https://www.finanzaspersonales.co/tecnologia/articulo/redes-sociales-cuanto-tiempo-se-debe-pasar-en-el-celular/76553>

Annie Turner, M. F. (1986). *Terapia de Ocupacional y disfunciones físicas “ Principios, técnicas y práctica ”*. Panamericana .

AOTA. (2003). Asociación Americana de Terapia Ocupacional. En B. A. Lopez, *Conceptos Fundamentales de Terapia Ocupacional* (pág. 333). Madrid España : Medica Panamericana.

AOTA. (2014). *Marco de trabajo Dominio & Proceso* 2 edición. Santiago de Chile: Panamericana .

AOTA. (2014). *Marco de trabajo para la practica de Terapia Ocupacional Dominio & Proceso* (2 ed.). Santiago de Chile.

Becoña, E. (15 de 5 de 2006). *Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes*. Obtenido de Muñoz Villegas Norma Edith , Ramirez Cortes Sandra:  
<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/32/110>

Begoña Polonio . (2012). *Terapia Ocupacional En Salud Mental*. Panamericana.

Beranuy. (8 de 4 de 2007). *Adolescentes y redes sociales en la era digital* . Obtenido de [http://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz\\_Diana\\_Laura.pdf?sequence=1](http://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz_Diana_Laura.pdf?sequence=1)

Bercedo. (2008). Obtenido de <https://www.redalyc.org/html/3498/349851779014/>

Bermudez, A. (15 de 10 de 2012). *Niños en un mundo Digital*.



- Bilbao, A. (28 de 6 de 2018). *El cerebro del niño*. Obtenido de Redes sociales y adolescencia : [https://www.abc.es/familia/educacion/abci-redes-sociales-y-adolescencia-oportunidad-o-peligro-201605230137\\_noticia.html](https://www.abc.es/familia/educacion/abci-redes-sociales-y-adolescencia-oportunidad-o-peligro-201605230137_noticia.html)
- Black, I., Moorhead, Reilly, I., & Shannon, I. (s.f.). Willard & Spackman 10 edición Pag 215. panamericana.
- Blanco, G. (2002). *Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años*. Buacramanga.
- Blesedell, E. (s.f.). *Willard & Spackman 10 edición*. Panamericana.
- Boyd y Ell citado en Flores, M. y. (09 de 2007 - 2013). *Jovenes y Redes Sociales*. Obtenido de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2511/Jovenes%20Y%20redes%20sociales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Brown, C. E. (s.f.). *Willard Spackman Terapia Ocupacion 12 edición*. Mexico: Medica Panamericana.
- Case-Smith. (2001). *Terapia Ocupacional en el Infante* Pag 124. En B. P. López. Panamericana.
- Castells. (Septiembre de 2006). *Jovenes y Redes Sociales*. Obtenido de Martín Rosel Maria: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2511/Jovenes%20Y%20redes%20sociales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Consentimiento Informado. (2016). consentimiento Informado. *Revista medica la Paz*, Vol 22# 1.
- Constitución Política de Colombia. (1991). Bogota, Colombia : Hogalco.
- Crepeau, C. S. (2011). *Willard y spackman terapia ocupacional*. estado unidos : panamericana .
- Csikszentmihalyi, Rochberg, Ha. (1981). *MOHO 4 Edicion* Pag 132. Medica Panmericna.
- DANE. (2019). *Estratificación socioeconómica para servicios públicos domiciliarios*. Obtenido de <https://www.dane.gov.co/index.php/servicios-al-ciudadano/servicios-informacion/estratificacion-socioeconomica>

