

UNIVERSIDAD ABIERTA PARA ADULTOSUAPA



**VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO
DIRECCIÓN ACADÉMICA DE POSGRADO**

“USO EXCESIVO DE LOS DISPOSITIVOS MÓVILES, EFECTO SOBRE EL SUEÑO DE CALIDAD EN ADOLESCENTES DEL COLEGIO MILAGROS FERREIRA EN LA CIUDAD DE SAN FRANCISCO DE MACORÍS, PROVINCIA DUARTE, R. D. 2022”.

Informe final de investigación para optar por el título de Máster en Psicología Clínica.

Autores:

Lcda. Isidora Gómez

Lcda. Jeysi M. Osorio

Asesora:

Dra. Onelia Carballo Reina

San Francisco de Macorís,

República Dominicana.

Noviembre, 2022

ÍNDICE

DEDICATORIA	VIII
AGRADECIMIENTOS.....	IX
AGRADECIMIENTOS.....	X
RESUMEN	XI
ABSTRACT	XII
INTRODUCCIÓN	XIII
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16
EI PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	17
1.1. Planteamiento del problema.....	17
1.2. Formulación del problema	20
1.2.1 Preguntas de investigación	20
1.3. Objetivos	21
1.3.1 Objetivo general	21
1.3.2 Objetivos específicos	21
1.4. Justificación	21
1.5. Descripción del contexto	24
1.6. Delimitación.....	24
1.7. Limitaciones.....	25

1.8.	Cuadro de operacionalización de variables.....	25
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO		28
2.1.	ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	29
2.2.	BASES TEÓRICAS QUE SUSTENTAN LA INVESTIGACIÓN.....	33
2.2.1.	Teorías de los enfoques	33
2.2.2.	Teoría de los Stakeholders	35
2.2.3.	Teoría de las redes sociales	35
2.3	Marco conceptual.....	37
2.3.1.	La población adolescente	37
2.3.2.	Los dispositivos móviles	38
2.3.2.1.	Características de los dispositivos móviles	39
2.3.2.2.	Tipos de dispositivos móviles	40
2.3.2.3.	El uso de dispositivos móviles en los adolescentes	42
2.3.3.	Impacto de los dispositivos móviles en el adolescente	45
2.3.4.	La calidad del sueño y su relación con el uso adictivo a los dispositivos móviles	50
2.3.4.1.	Aspectos generales del sueño	50
2.3.4.2.	Etapas del sueño	51
2.3.4.3.	La calidad del sueño	52

2.3.4.4.	Trastornos del sueño.....	53
2.3.4.5.	Convergencia entre la calidad del sueño, la adicción a dispositivos móviles y la adolescencia	54
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO		57
MARCO METODOLÓGICO		58
3.1.	Enfoque, Diseño y tipo de investigación	58
3.2.	Técnicas e instrumentos	60
3.3.	Población y muestra.....	61
3.4	Criterios de estudio	63
3.4.1	Inclusión:.....	63
3.4.2	Exclusión:.....	63
3.5.	Validez y Confiabilidad.....	63
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN, INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS		65
4.1.	PRESENTACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	66
4.2.	ANÁLISIS Y DE LOS RESULTADOS	71
CONCLUSIONES		73
RECOMENDACIONES		76
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		78
ANEXOS.....		85

Anexo No.1 - Permiso del colegio Milagros Ferreira.....	86
Anexo No.2 - Consentimiento Informado	87
Anexo No.3 – Formato Escala: Sahin (2018). Adaptation de “Social Media AddictionScale-Student Form” (SMAS-SF).....	88
Anexo No.4 – El Cuestionario Oviedo de Sueño (COS).....	92
Anexo No.5 – Índice de calidad de sueño Pittsburgh (PSQI).....	97
Anexo No.6 – Diseño del formulario para el instrumento.....	101

RESUMEN

Actualmente con el devenir inevitable de la tecnología, el internet se ha convertido en una herramienta útil para el desarrollo y la interacción del individuo, ya que permite a las personas socializar desde la comodidad del usuario, generándose así en los últimos años la aparición de dependencias alrededor de su uso por los individuos sin distinción de edad, género, nivel escolar etc. Los adolescentes son un grupo muy vulnerable a presentar o desarrollar comportamientos en relación con el uso excesivo de dispositivos móviles, conllevando diversos efectos secundarios relacionados con el comportamiento de ellos. El estudio tiene como objetivo caracterizar el comportamiento de algunos parámetros del sueño de calidad en adolescentes de 12 a 16 años con uso excesivo de los dispositivos móviles del Colegio Milagros Ferreira de San Francisco de Macorís. El estudio ha sido de diseño descriptivo y de enfoque cuantitativo; como instrumento han sido aplicados, la Escala “Social Media Addiction Scale-Student Form” (SMAS-SF); El Cuestionario Oviedo de Sueño (COS), el Índice de calidad de sueño Pittsburgh (PSQI) y una encuesta aplicada a los docentes del Colegio Milagros Ferreira para definir el rendimiento académico de los estudiantes. Dentro de los resultados y hallazgos se ha obtenido que la mayor parte de la población estudiantil no es consciente del tiempo que emplean en el uso de los dispositivos móviles y las redes sociales, desarrollando dependencia a éstos, ya que solo sienten satisfacción por estar conectados; según los resultados de las pruebas aplicadas para medir el sueño de calidad, las mismas arrojan que predominan en gran parte de los estudiantes problemas en diferentes aspectos del sueño, mostrando dificultades para conciliar y mantener un sueño efectivo, derivando esta situación a insomnio leve, perturbaciones del sueño, así como disminución en el rendimiento escolar. Por lo mismo, el uso inadecuado de los dispositivos y las redes sociales debe de ser tomado a consideración por los adultos responsables de los adolescentes para evitar afecciones a nivel fisiológico, psicológico y social.

Palabras claves: dispositivos móviles, adicción, rendimiento académico, sueño, parámetros de calidad del sueño.

CONCLUSIONES

Se concluye la investigación con lo siguiente:

Se evidencian anomalías en algunos parámetros del sueño de calidad, siendo más evidente en la perturbación del sueño, disfunción diurna y la conciliación del sueño, en parte de los estudiantes del Colegio Milagros Ferreira, esto por la vulnerabilidad al uso continuo de dispositivos electrónicos y la satisfacción que les proporciona estar conectados al internet y las redes sociales, lo que daría respuesta al objetivo general.

En respuesta al primer objetivo específico, el cual consiste en describir las causas que se generan debido al uso excesivo de los dispositivos móviles por parte de los adolescentes, se destaca la necesidad del uso de celulares u otros dispositivos y la satisfacción que esto le produce, también se ha señalado que los adolescentes encuestados buscan conectarse a Internet en todos los dispositivos móviles para poder acceder a las redes sociales; necesitan estar actualizados la mayor parte del tiempo.

El segundo objetivo específico dirigido en identificar las peculiaridades de los parámetros del sueño de calidad en los adolescentes del colegio Milagros Ferreira donde se ha evidenció que los participantes muestran algún tipo de anomalía en distintos indicadores de lo que sería un sueño de calidad y cantidad, lo cual incide en el funcionamiento escolar.

En cuanto al tercer objetivo específico, se ha perseguido describir el efecto en el rendimiento académico de los parámetros del sueño explorados en los adolescentes que presentan uso excesivo de los dispositivos móviles en el Colegio Milagros Ferreira, se ha observado que, la gran mayoría de los estudiantes poseen un rendimiento regular; evidenciado de este modo que los estudiantes no poseen un esquema de aprendizaje en el cual sean diligentes en su rendimiento académico, elemento que se observa directamente proporcional con la presencia del consumo excesivo de dispositivos móviles.

El sueño es fundamental para el cumplimiento óptimo de las funciones cognitivas, y, si el mismo se ve comprometido afecta de manera negativa el desempeño escolar, social y laboral. El uso de los dispositivos tecnológicos de manera prolongada en niños y adolescente provoca grandes afecciones como insomnio, sonambulismo, terrores nocturnos, pesadillas, entre otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Al-Menayes, J. (2017). Social Media Use, Engagement and Addiction as Predictors of Academic Performance. La Habana, Cuba: International Journal of Psychological Studies, 7(4). DOI: doi:10.5539/ijps.v7n4p86.

Anáhuac, G. (10 de 07 de 2020). Impacto de las redes sociales en tiempos de crisis. Recuperado el 11 de 01 de 2020, de Revista Ana Huac: <https://www.anahuac.mx/generacion-anahuac/impacto-de-las-redes-sociales-en-tiempos-de-crisis>

Area, M. (2014). Las políticas educativas TIC en España después del Programa Escuela2.0: las tendencias que emergen. España: RELATEC.

Barros, S., Hernández, Y., Vanegas, O., Cedillo, M., Alvarado, H., & Cabrera, J. (2017). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 20(3):8-77. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173d.pdf>.

Bisquerra, R. (2017). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Madrid: Revista de Investigación Educativa.

Bolaños, M. F. (2015). Estudio del impacto de las redes sociales en el comportamiento de las personas en una Unidad educativa. Guayaquil.

Bolaños, M. F. (2015). Estudio del impacto de las redes sociales en el comportamiento de las personas en una Unidad educativa. Guayaquil: GIA.

Borgatti, S., Everett, M., & Freeman, L. (1996). Analytic Technologies. New York: Natick.

- Bretones, M. (2018). Los medios de Comunicación de Masas: Desarrollo y Tipos. España: UNED.
- Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. Monterrey: 1a ed. Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo,.
- Casassus, J. (2016). La educación del ser emocional. Monterrey: 1a ed. Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo,.
- Chen, S. (2020). China coronavirus: how many papers have been published? Wuhan: KouQiang Yi Xue.
- Chóliz, M. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. Valencia : Dpto de Psicología Básica Universidad de Valencia .
- Cruz, M. (2012). Las plataformas digitales y su papel en la construcción y deconstrucción de identidades. Santo Domingo: Apuntes críticos para una reflexión inconclusa.
- De la Hera, C. (01 de 05 de 2020). Historia de las Redes Sociales: cómo nacieron y cuál fue su evolución. Recuperado el 23 de 05 de 2021, de marketing4ecommerce: <https://marketing4ecommerce.net/historia-de-las-redes-sociales-evolucion/>
- Del Toro, M., Chávez, J., & Arias, M. (2017). Procrastinación Académica y Adicción al Internet en Estudiantes Universitarios. México, México D.F.: Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Michoacán,. 73 – 87. México. <http://rges.umich.mx/ecbooks/12/12.pdf>.
- Dominguez, J. (01 de 05 de 2016). Enfermedades tecnologicas: Cuales son y como prevenirlas. Recuperado el 22 de 05 de 2021, de Management en salud: <http://managementensalud.blogspot.com/2010/03/enfermedades- tecnologicas-cuales-son-y.html>
- Duarte, G. (01 de 04 de 2009). Las emociones en el ser humano. Obtenido de Las emociones en el ser humano: www.definicionabc.com/ciencia/emociones.php

Durango, A. (2015). Mercadotecnia en los medios sociales y plataformas digitales. Argentina: It Campus Academy.

Duro, E., Sotomayor, M., Czubaj, F., & Cardozo, C. (2019). El impacto social de la comunicación en las epidemias: perspectivas bioéticas y de salud pública. Ecuador: Casa Cuna.

Echeburúa, E., & Corral, P. (2016). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Mallorca, Españ: Revista Adicciones de la Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías, Palma de Mallorca, España, 22(2):1 – 95. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>.

Escobar, A. (2015). El postdesarrollo como concepto y práctica social. Caracas, Venezuela: UNICELA.

Escurra, M., & Salas, E. (2016). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. Liberabit, 20(1), 73-91.

Eurario, P. (2016). Las redes sociales de internet: también dentro de los hábitos de los estudiantes universitarios. Medellin: PSD.

Frias, M., Pérez, J., & Sandoval, C. (2016). Redes y pactos sociales territoriales en América Latina y el Caribe. Santiago de Chile: Publicación de Naciones Unidas.

García, N. (2019). Ventajas y desventajas de las redes sociales. Santo Domingo: Niveles.

Goleman, D. (2000). Educar con inteligencia emocional. España: Plaza Janés Editores S.A.

Gómez, D. (12 de 04 de 2019). Inteligencia Emocional. Obtenido de Qué son las Emociones: Tipos, Ejemplos y Cómo Pueden Ayudarnos: <https://www.somosinteligenciaemocional.com/emociones/>

Gómez, M. (29 de 07 de 2019). Los stakeholders y su rol en la estrategia de marketing digital. Obtenido de <http://elearningmasters.galileo.edu/2019/07/29/stakeholders-y-su-rol-estrategia-de-marketing-digital/>

Haro, J. (2020). Los medios digitales y las redes sociales aplicadas a la práctica docente. Ecuador: Didáctica, innovación y multimedia.

Haro, J. J. (2009). Las redes sociales aplicadas a la práctica docente. Ecuador: Didáctica, innovación y multimedia.

Herbert, T., & Cohen, S. (1993). Stress and immunity in humans: a meta-analysis review. Washington: Psychosomatic Medicine Washington.

Hernández, K., Yanez, H., & Abdón, A. (2017). Las redes sociales y adolescencias: repercusión en la actividad física. Santo Domingo: Revista universidad y sociedad.

Hernández, K., Yanez, H., & Abdón, A. (2017). Las redes sociales y adolescencias: repercusión en la actividad física. Santo Domingo: Revista universidad y sociedad.

Herrera, H. (2017). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión. Santo Domingo: Revista reflexiones.

Inteligencia Emocional. (14 de 06 de 2020). Las emociones. Obtenido de Inteligencia Emocional : <https://concepto.de/inteligencia-emocional/>

Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Karila, L., & Billieux, J. (2018). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. La Habana, Cuba: Current Pharmaceutical Design.

Masterman, L. (2019). La enseñanza de los medios de comunicación. Madrid: Ediciones de la Torre.

Mathews, A., & MacLeod, C. (1994). Cognitive approaches to emotion and emotional disorders. New York: Annual review of psychology.

Montero, J. (2020). Publicidad social y el phubbing en la ciudad de Ambato en jóvenes de entre 18 a 29 años de edad. Guayaquil: Ambato.

Morris, C., & Maisto, A. (2005). Introducción a la Psicología. Mexico: Pearson Educación.

Muñoz., M., Fragueiro, M., & Ayuso, M. (2015). La importancia de las redes sociales en el ámbito Educativo. Madrid, España: Escuela Abierta, (16), 91-104.

Nisbet, R. (2016). La idea del progreso. Colombia: ESEADE.

Orozco, O., & García, G. (2020). La sociedad Dominicana en el mundo de los medios digitales de comunicacion. Santo Domingo: EDS.

Orozco, O., & García, G. A. (2016). España y el mundo. España: EDS.

Orozco, O., & García, G. A. (2016). España y el mundo tecnologico. Madrid: EDS ediciones.

Pérez, G. (01 de 05 de 2018). Revista Master Marketing Digital. Recuperado el 22 de 05de 2021, de Que son las redes sociales y las plataformas digitales: <http://mastermarketingdigital.es/redes-sociales/>

Pujante, P. (2019). La gestion de las emociones y la respuesta del cerebro ante ellas.

Barcelona: Ed. Arizona.

Rabelo, G., & Díaz, W. (2016). Enfermedades no transmisibles. Cuba: Revista Cubana deSalud y Trabajo.

Reeve, J. (1994). Motivación y emoción. Madrid: McGrawHill. Rodriguez, F. (04 de 12 de 2019).

¿Qué es el control emocional? Obtenido de Control emocional:
<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/control-emocional#>

Rosario, J., & Abreu, Y. (2014). Uso dado por los periódicos digitales dominicanos a Las redes sociales Facebook y Twitter. Santo Domingo: (Tesis de grado). Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD).

Salinas, A. (16 de 05 de 2017). Historia, servicios y características de la red social. Recuperado el 24 de 05 de 2021, de Mott Marketing: <https://mott.marketing/informacion-sobre-la-historia-servicios-caracteristicas-de-la-red-social-instagram/>.

Salinas, A. (17 de 09 de 2018). Todo lo que necesitas saber sobre el marketing de contenidos. Recuperado el 20 de 05 de 2021, de Mott Marketing: <https://mott.marketing/author/asalinas/page/4/>

Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality. Nueva York: Macmillan.

Schou, C., Billieux, J., Griffiths, M., Kuss, D., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2018). La relación entre el uso adictivo de las redes sociales y los videojuegos y síntomas de trastornos psiquiátricos: un estudio transversal a gran escala. *Revista de Toxicomanías*. (81), 2-9. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6390833>.

Tejedor, A. (2019). *Inteligencia Emocional y Educación Emocional*. España: A-H.

Van Deursen, A., Bolle, C., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. (2018). Modeling habitual and addictive smartphone behavior. *New York: Computers in Human Behavior*. 45, 411–420. doi: 10.1016/j.chb.2014.12.039.

Van, J. (2019). *La cultura de la conectividad: una historia crítica de los medios digitales*. Santo Domingo: Siglo XXI Editores.

Vazquez, M. (2016). Las noticias y la información. Barcelona: Salvat.

Wellman, B. (2018). La perspectiva del interaccionismo estructural para el análisis de redes sociales. Lima: Revista hispana para el análisis de redes sociales.

Wellman, B. (2018). La perspectiva del interaccionismo estructural para el análisis de redes sociales. Lima: Revista hispana para el análisis de redes sociales.

Wellman, B., Chen, W., & Weizhen, D. (2017). El análisis de las redes sociales en las ciencias sociales y del comportamiento. Cambridge, Reino Unido: Cambridge University Press.

Woolfolk, A. (2010). Psicología educativa. México: 11ª Edición. Editorial Pearson.

INSTRUCCIONES PARA LA CONSULTA DEL TEXTO COMPLETO:

Para consultar el texto completo de esta tesis debe dirigirse a la Sala Digital del Departamento de Biblioteca de la Universidad Abierta para Adultos, UAPA.

Dirección

Biblioteca de la Sede – Santiago

Av. Hispanoamericana #100, Thomén, Santiago, República Dominicana

809-724-0266, ext. 276; biblioteca@uapa.edu.do

Biblioteca del Recinto Santo Domingo Oriental

Calle 5-W Esq. 2W, Urbanización Lucerna, Santo Domingo Este, República Dominicana.

Tel.: 809-483-0100, ext. 245. biblioteca@uapa.edu.do

Biblioteca del Recinto Cibao Oriental, Nagua

Calle 1ra, Urb Alfonso Alonso, Nagua, República Dominicana.

809-584-7021, ext. 230. biblioteca@uapa.edu.do