



# TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TIC) & INTERNET EN ADOLESCENTES

María Torres Melgar/María del Carmen Ledesma Mena/Juan José Jiménez Montes

## Objetivos:

Detectar los factores de riesgo que tienen los adolescentes al usar Internet.  
Establecer estrategias para prevenir y tratar la adicción a Internet.

**Metodología:** Se ha realizado una revisión bibliográfica de la literatura científica. La búsqueda se ha realizado en las principales bases de datos: Scielo, Dialnet, Cuiden, Innovation y Pubmed; buscadores como: Gogle, Google Scholar y Gerión; Se utilizan como descriptores: TIC en adolescentes, adolescentes e Internet, riesgos de uso de internet para adolescentes. También hemos revisado artículos del periodo comprendido 2000-2015, de los cuales hemos realizado una selección de 15 documentos según la calidad de su contenido.

**Resultados:** En España tan sólo uno de cada tres menores utiliza Internet para buscar información. El 66% lo usa para distracción; el 36% se conecta esencialmente para chatear, el 17% para jugar y el 13% para buscar música. Solamente el 14% de los padres ponen reglas para su uso.<sup>1</sup> Un uso en exceso de Internet, definido por el número de horas de permanencia navegando por la red, puede repercutir en la vida escolar y social del adolescente, conduciendo a sus padres a pedir ayuda psicológica. En la ciudad de Girona se llevó a cabo un estudio con 359 adolescentes con edades comprendidas entre 12-17 años, el cual reveló que el 6,7% dedica más de 30 horas semanales a Internet (más de 4 horas diarias) y un 10,2% permanece conectado después de medianoche (sobre todo los varones) con sentimientos de desesperanza y con el fin de buscar alivio en los demás.<sup>2</sup>

**Conclusiones:** El uso de Internet tiene ciertos riesgos para los adolescentes, ya que encuentran muy fácil acceso a los contenidos disponibles en red, pudiendo no ser los más adecuados para estas edades. Los riesgos más alarmantes provienen de prácticas fraudulentas y peligrosas, como el cyberbullying (acoso cibernético) y phishing (robo de la identidad), produciendo en el menor pérdida de su privacidad, manteniendo contacto con personas desconocidas, causando dependencia, difusión de fotos y material comprometido, empleando información no autorizada, etc.<sup>3</sup>

Pero en Internet no todo son riesgos, sino que también hay muchas ventajas. Con un adecuado control las ventajas son mayores que los riesgos de forma muy significativa. No se puede afirmar que Internet sea malo o perjudicial, sino que va a depender del uso que se haga de él. El cómo, el por qué y el para qué establecerán el perjuicio o beneficio que podamos causar u obtener.<sup>4</sup>

Se deben establecer estrategias para prevenir la adicción, tanto en el colegio como en el ámbito familiar sobre la causa de los factores de riesgo y las características demográficas de los adolescentes. El objetivo del tratamiento para la adicción será el uso controlado. El tratamiento psicológico de elección será el control de estímulos y la exposición de forma gradual a Internet, continuando con un programa para prevenir recaídas. Es necesario disponer de mucha información en lo concerniente a los programas más apropiados para los adolescentes, así como de estrategias de origen motivacional para el tratamiento.<sup>5</sup>

## Referencias:

- 1.Subrahmanyam K, Lin G. Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Cyberpsychol Behav.* 2005; 8:521-31.
- 2.American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (2001). Children Online. Facts for Families. Extraído 19 de marzo, 2004: <http://www.aacap.org/publications/factsfam/online.htm>
- 3.Malesky LA. Predatory online behavior: modus operandi of convicted sex offenders in identifying potential victims and contacting minors over the internet. *J Child Sex Abus* 2007;16:23-32.
- 4.Observatorio Tecnológico del Gobierno de España.
- 5.Alonso-Fernández, F. (1996). Las otras drogas. Madrid: Temas de Hoy. Becoña, E. (2006). Adicción a nuevas tecnologías. Vigo: Nova Galicia Edicións.

**Palabras clave:** adolescente, internet, factores de riesgo, cyberbullying, phishing