

**SELLO EDITORIAL
PSYCHOLOGY INVESTIGATION
99625571**



PONENCIAS

ISBN 978-9962-5571-4-2

LAS TICS. “VENTANA ABIERTA A NUEVAS ENFERMEDADES PSICOLÓGICAS. TRASTORNOS, ADICIONES, FOBIAS. PREVENCIÓN Y RECOMENDACIONES”¹

THE TICS.

“OPEN WINDOW TO NEW PSYCHOLOGICAL DISEASES. DISORDERS, ADDITIONS, FOBIAS. PREVENTION AND RECOMMENDATIONS”

John Jairo Ortega Arias
Universidad Autónoma del Sur “UNASUR”
Asunción – Paraguay

RESUMEN

Se Examinaron en el siguiente documento investigativo En primera Instancia, las Estadísticas a nivel de Europa y América con relación al uso de las Tics (Internet, Teléfono Celular, Televisión) en algunos países, los datos arrojados es el uso de más de un 90% de la población manejan TICs, cifra reflejado muy similar a nivel mundial. Se plantea basado en estos datos las ventajas y desventajas de las TICs, Paso siguiente se procede a analizar las patologías que se están gestando por el uso inadecuado de las mismas; las fobias, adicciones como enfermedades mentales creando trastornos de la personalidad y su repercusión en accidentes de tránsito con cifras de análisis de países como México, Colombia, Paraguay, Estados Unidos, Bolivia que se están manifestando y que alteran la conducta humana a tal punto de generar daños con alto índice de accidentalidad, por imprudencia, falta de concientización y los cuales afectan integralmente el entorno familiar, laboral, educativo y social, agregado a ello las enfermedades físicas, según la

¹ TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: PSICOLOGÍA VS TECNOLOGÍA. “PREVENCIÓN Y RECOMENDACIÓN DE INCIDENCIA EN TRASTORNOS, FOBIAS Y ADICCIONES ACTUALES PSICOLÓGICAS”

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

OMS es un problema de carácter Mundial y gubernamental de cada país. Para apoyar aún más estos datos se presentan una serie de casos, extractados de distintos periódicos del ámbito mundial, que se suscitan demostrando el peligro inminente que estamos expuestos; se toma como punto de partida los subtipos, especificadores y criterios de diagnóstico ya existentes prevalentes en el DSM5, nos permite concluir que son nuevas patologías nacientes, ya que generan malestar tanto personal como social, sea por el uso indebido o por falta de conocimiento y orientación.

Las ramas Principales a tener en cuenta (Datos de Ingeniería, Psicología, Tecnología, Internet, bases científicas especializada, monografías, tesis y tesinas, artículos de revista y blogs de especialistas) con el objetivo de validar nuestra perspectiva científica, en el área de la salud y la imperiosa necesidad de conocer la técnica y sus recursos a aplicar con el abordaje de los gobiernos y de los profesionales de la salud, las instituciones educativas, las familias y las entidades laborales. ¿Qué tan preparados estamos para afrontar esta situación? Por último los análisis de puntos de vista de investigaciones realizadas y las recomendaciones y sugerencias como pasos básicos, dando una perspectiva de creación de manuales de convivencia y de afrontamiento a estas problemáticas.

PALABRAS CLAVE. Fobia, Adicciones, Trastornos, Psicología, Educación, Tecnología, Tics

CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

INTRODUCCIÓN

En el área de la salud, la educación y la psicología, con relación a las TICs hay premisas que deben de hacerse. ¿Cómo es el grado de afección de las tecnologías y los síntomas que afectan

actualmente, los ámbitos de la vida del ser humano? ¿Qué medidas de prevención y recomendaciones se deberán de tener presentes para afrontar estos trastornos mentales y/o alteraciones que genera la tecnología?, ¿Cómo es mi participación y la situación personal ante las TICS?

En la actual "sociedad de la información", la fusión entre el hombre y la técnica parece profundizarse, y por eso mismo se toma más crucial y problemática. Ciertas áreas del saber constituyen piezas clave de esa transición, tales como la teleinformática y las nuevas ciencias de la vida. (Sibília, 2005)

La conexión con el otro consiste en establecer un vínculo, una relación entre personas en todos sus sentidos, de manera verbal y gestual. Esto se diferencia de estar "conectado" a una red social ya que de este modo, por ejemplo, no se podría visualizar la consecuencia del mensaje transmitido... "Comunicar es convertir algo en común (...) representa el paso de lo individual a lo colectivo y es condición fundamental para la vida social" (Levis 2009: 55).

¿Que acarrea esta tecnología?, ¿Beneficios o Daños?, un creciente nacimiento de situaciones que nos ponen a reflexionar, nos encontramos ante dos bandos que al analizarlos podemos detectar que ambos en sus extremos pueden ser dañinos, siempre se ha planteado que los extremos son perjudiciales fobia y adicción, dualidad difícil de determinar, saber afrontar la tecnología y el nacimiento de rasgos psicológicos comportamentales que con el tiempo deberán hacer parte del DSM5. Aclarando que la adicción a Internet (ni ninguno de los trastornos derivados de las nuevas tecnologías), no ha ingresado como desorden mental en el manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales que edita la Asociación Americana de Psiquiatría, aunque los defensores de su existencia argumentan que Internet es aún muy nuevo y por eso no ha sido aún aceptada conceptos que atañen la preocupación por la desestabilidad que

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

genera la adicción de las tecnologías y las fobias en las personas basados en el paradigma de lo planteado anteriormente. (Dr. Jaume Eroles, 2017).

Bienvenidos a este análisis, inicialmente se tomaran como base de reflexión a un excelente científico, Físico Alemán:

“¿Porque esta magnífica tecnología científica, que ahorra trabajo y nos hace la vida más fácil nos aporta tan poca felicidad? La respuesta es está, simplemente: Porque aún no hemos aprendido a usarla con tino”... “Temo el día en que la tecnología sobrepase nuestra humanidad. El mundo solo tendrá una generación de idiotas” Albert Einstein

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

Los innumerables estudios realizados tanto en países europeos como de América demuestra como el ser humano es consumidor potencial, por ende se registran más adictos en todo lo que tiene que ver con las TIC (tecnología de la Información y las comunicaciones. De los estudios investigados y a lo largo de este análisis investigativo se puede determinar en Cuatro ejes temáticos, el primero Índices de uso de las TICs según su población y enfoque, el segundo el impacto negativo (Fobias, adiciones y enfermedades naciente, como tercer punto Las apropiaciones o consumo cultural de la tecnología por parte de las personas de forma desenfrenada y sin medir los daños que puede causar (Presentación de casos) y por ultimo las Posibles recomendaciones a tener en cuenta.

GLOSARIO

ADICIÓN. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es una enfermedad física y psicoemocional, crea dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación.

FOBIA. Temor Intenso e irracional de carácter enfermizo, hacia una persona cosa o situación

LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC). Conjunto de tecnologías desarrolladas para gestionar información y enviarla de un lugar a otro. Las de uso más extendido y cotidiano: Televisión, Internet y teléfonos móviles.

ADICCIÓN A LAS TIC. Uso compulsivo, repetitivo y prolongado, incapacidad de control o interrumpir consumo, con consecuencias en la salud, la vida social, familiar, escolar o laboral.

FOBIA A LAS TICS. Temor Intenso e irracional, enfermizo, hacia las TICs sus avances y aplicaciones en todos los ámbitos de la vida de las personas relacionada con la tecnología

ANÁLISIS DE ESTADÍSTICAS DEL MANEJO DE LAS TICS EUROPA Y AMÉRICA

Podemos determinar que son muy equilibrados los datos presentados en el uso, aplicación y manejo de las TICs, entre los cuales se plantean los siguientes, Véase el Grafico No 1

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

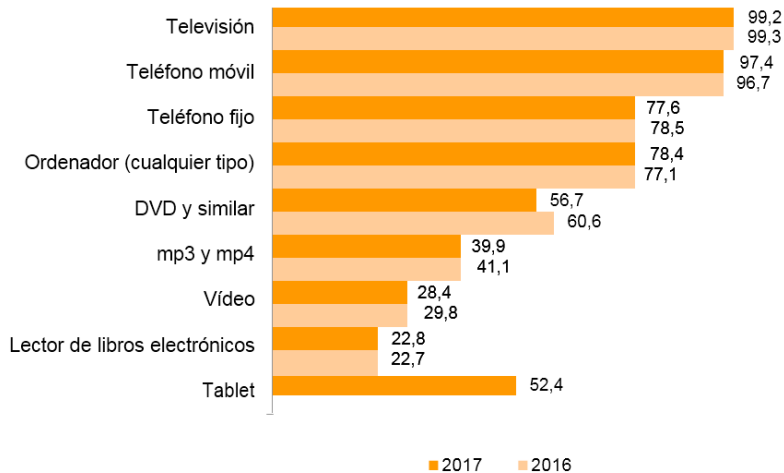


Ilustración 1. Equipamiento de las viviendas en algunos productos de tecnologías de información y comunicación

Fuente. INE

Según datos del INE Instituto Nacional de Estadísticas (Europa de 5 octubre de 2017 sobre equipamiento y uso de las TIC, el 99,2% de los hogares españoles tiene televisión, el 99,3% teléfono móvil y el 83,4% acceso a Internet.

La proporción de uso de tecnologías de información por la población infantil (de 10 a 15 años) es, en general, muy elevada. Así, el uso de ordenador entre los menores está muy extendido (92,4%), y más aún el uso de Internet (95,1%). Como en 2016, el número de menores usuarios de Internet supera al de ordenador, el 83,4% de los hogares españoles tiene acceso a la Red, frente al 81,9% del año anterior. En cuanto al tipo de conexión, en España ya existen más de 13,5 millones de viviendas familiares con acceso a Internet por banda ancha (ADSL, red de cable,..), lo que supone el 99,8% de las viviendas que han declarado el tipo de conexión a Internet, El uso de TIC por los menores, proporción de uso de tecnologías de información por la población infantil (de 10 a 15 años) es, en general, muy elevada. Así, el uso de ordenador entre los menores está muy extendido (92,4%), y más aún el uso de Internet (INE, 2017) (95,1%).

Como en 2016, el número de menores usuarios de Internet supera al de ordenador. Podemos analizar según la Ilustración No 1

	Uso de ordenador	Uso de Internet	Disposición de móvil
Total	92,4	95,1	69,1
Sexo			
Hombres	91,1	94,9	68,2
Mujeres	93,9	95,2	70,0
Edad			
10	88,4	88,8	25,0
11	89,3	91,0	45,2
12	95,8	95,8	75,0
13	93,6	96,8	83,2
14	95,1	98,9	92,8
15	92,5	99,2	94,0

Ilustración 2 Porcentaje de Menores Usuarios de Tics por sexo y edad 2017 Fuente INE

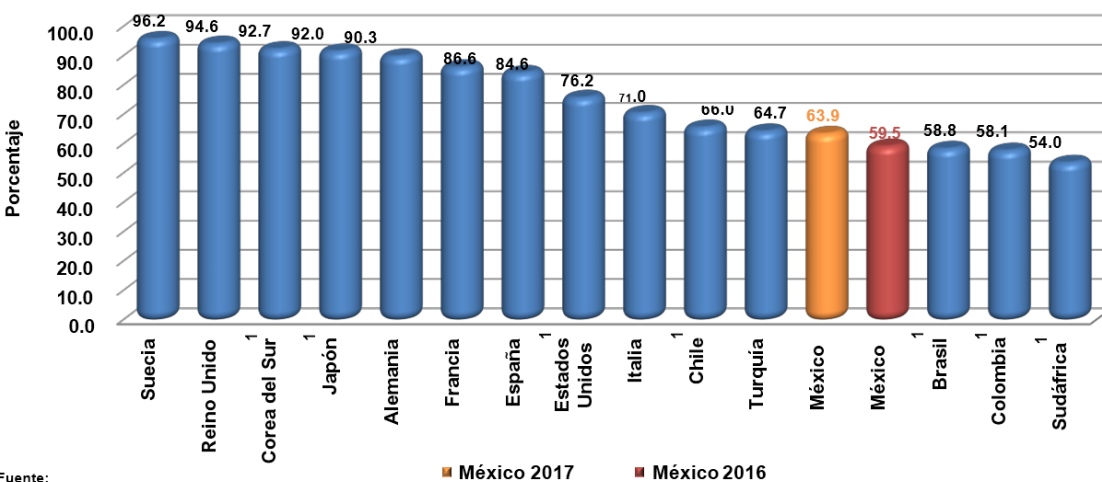
Ya son 29 millones de personas las que han utilizado Internet en los tres últimos meses. Ello supone el 84,6% de la población de 16 a 74 años, cuatro puntos más que en 2016.

El 91,7% de los internautas declara haber utilizado algún tipo de dispositivo móvil para acceder a Internet fuera de la vivienda habitual o centro de trabajo. El 90,4% ha accedido mediante teléfono móvil (el 81,9% vía red de telefonía móvil y el 69,5% vía Wifi). Un 39,3% declara haber accedido por ordenador portátil. Por su parte, más de 17 millones de personas (el 49,9% de la población) han realizado operaciones de comercio electrónico (INE, 2017)

Entre tanto Las estadísticas en países de América como es el caso de México El INEGI en colaboración con la Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT) y el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT), da continuidad a la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2017. 71.3 millones de usuarios de internet 63.9 por ciento de la población de seis años o más .y 17.4 millones de hogares con

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

conexión a este servicio El 50.8% son mujeres y el 49.2% son hombres. Grupo mayor hombres de 18 a 34 años, casi el 85%, mujeres de 55 años y más. Actividad obtener información (96.9%), entretenimiento (91.4%), comunicación (90.0%), audiovisuales (78.1%), redes sociales (76.6 %) conexión fija o móvil, 17.4 millones de hogares (50.9 por ciento del total nacional), con incremento de 3.9% respecto al año anterior. En 2017, el 72.2% seis años o más utiliza el teléfono celular. Ocho de cada diez, disponen de celular inteligente, La proporción de hogares que disponen de computadora registró un descenso de (-) 0.2 puntos porcentuales, al pasar de 45.6% en 2016, a 45.4% en 2017, el 94.3%. (El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), 2018).



Fuente:
 México ENDUTIH 2016 y 2017.
 Banco Mundial, 2016
 Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE), 2017
¹ Datos correspondientes a 2016

CONGRESOS PI
 Ilustración 3. Comparativa de Usuarios de Internet en Varios Países 2018
 by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Si observamos En el Gráfico No 3 estos indicadores podemos determinar la existencia de un peligro inminente y silencioso ¿cómo se está usando la tecnología? “niños enganchados y padres desconectados del entorno familiar”, o “Padres enganchados y niños desconectados del entorno familiar”, el aumento de uso tecnológico en tan gran porcentaje en la población infantil y juvenil,

puede determinar que es la falta de tiempo de los padres para compartir con los hijos, dejando como excusa, el trabajo y las necesidad de aumentar sus ingresos y esta carencia de tiempo en el hogar se cubre con herramientas tecnológicas que los mantengan ocupados y darles supuesta felicidad a los hijos; el panorama va más allá, las cifras planteadas conlleva a preguntarnos ¿Se está dando trato adecuado a las Tics y somos conscientes del poder de influencia para transformar la conducta y la personalidad de quienes tienen acceso a ella?, Hay un nuevo modelo de destrucción en el entorno familiar por ende se ve reflejado a nivel social, zombis aislados en todo lugar y en todo momento, pérdida de valores, forjándose patologías, con aumento de dependencia agresividad, Ansiedad, estrés, enfermedades físicas contrastados con daños psicológicos de aislamiento, miedo y fobias sociales... ¿Hasta qué punto estamos siendo tocados o están siendo alterados las personas que nos importan y nos rodean estos cambios?, No debemos negar que la tecnología tiene sus ventajas para el desarrollo humano, pero las desventajas se dan por la falta de medidas a tomar, ante su uso y su buen aprovechamiento. (el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), , 2018)

VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LAS TICS

Analizar ventajas y desventajas nos permite tener una visión más amplia de las TICs y el impacto en la sociedad en general Como se aprecia en la Tabla No 4

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Ventajas	Desventajas
Reacciona más rápido a los estímulos visuales. Desarrolla mayor destreza para tamizar velozmente una gran cantidad de información. Vigoriza los caminos neuronales que están menguando. Accesibilidad. Mejor calidad de vida. Mayor conocimiento cultural a nivel mundial. Labores más eficiente.	Enfermedades visuales. Agotamiento tecno cerebral (cansado e irritable) Dependencia. Desempleo. Pereza. Desconexión del entorno. Nos vuelve tecno adicto. Mayor contaminación. Nos hace volver sedentario.

Ilustración 4. Ventajas y desventajas de las Tics

Términos para adicciones, Fobias y enfermedades por el mal uso de las TICs

Tengamos en cuenta... “No hay tecnologías adictivas, sino personalidades adictivas”. No es la propia tecnología en sí la que nos causa los mencionados problemas de salud, sino el uso que se hace de ésta; es en este punto donde los maestros tienen que ejercer su labor de educar en la tecnología y poner pautas de actuación común con los padres para que se haga un uso racionalizado y adecuado de éstas. (Dr. Jaime Eroles, 2017)

TIPOS DE ADICCIÓN

Analicemos por un momento los tipos de adicciones que están en la tecnología y los aplicativos que lo van generando las más extendidas, y conocidas porque nadie oculta su uso, son la dependencia a las redes sociales (Facebook, twitter, etc.), a las aplicaciones de mensajería interactiva Instantánea (whatsapp, line) y a la información Pornográfica de tipo sexual... Todos(as) somos seres sexuados(as) con potencialidad de ejercer las tres funciones de la sexualidad (placer, reproducción y comunicación); al mismo tiempo somos seres sociales que

interactuamos con otras de diferentes maneras, por ello no se escapa el Cybersexo una práctica en aumento, negarla es mentir. Cualquier persona con entendimiento básico de internet y acceso al mismo, podrá tener Cybersexo, se encuentra entre los temas prohibidos de la educación para la sexualidad: aborto, masturbación, sexo anal, homosexualidad, orgasmo, La internet es un nuevo canal de comunicación con sus propios códigos, el ser humano puede hacer uso de cualquier canal-código para expresar su sexualidad. (Galeano, 2012). Un factor a tener en cuenta es la exposición abierta de niños, adolescentes, jóvenes, sin freno ni control o filtración de esta información; se puede determinar que existen sinnúmero de personas con desordenes y trastornos conectados, con los que se interactuará, enmascarados o encubiertos en la oportunidad que brinda las Tics y agregado a ello las nacientes dependencias, que se suman. Con sus características

Echeburúa y De Corral (2010) citan a Young (1998), quien define ocho síntomas de riesgo que muestran dependencia a las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), y que pueden ser la señal de un apego en una adicción.

Privarse de dormir (<5 horas) para estar conectado a la red. Descuidar otras actividades importantes, tales como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.

Obtener quejas por el uso del internet por parte de familiares cercanos.

Pensar en la red continuamente aun y cuando no se está conectado y molestarse cuando la conexión falla o es lenta.

Pretender restringir el tiempo de conexión, pero sin alcanzarlo y olvidar el tiempo de uso.

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Falsear sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego.

Alejarse socialmente, estar irritable y bajar el rendimiento en los estudios.

Sentirse emocionado y aceleración anómala cuando se está delante de la computadora
(Gómez, 2017)

Véase Tabla No 5 el resumen de términos en el medio tecnológico, que se vuelve común, adoptando nombre propio.

Adicción	Definición del término
Infosurfing	Vagabundos electrónicos, navegación' continua, prolongada sin tema ni objetivos claros
Oniomanía	La compra compulsiva online
Gamblinmania/ Gamingmania	Deseo Compulsivo por los juegos digitales de azar, sin límite de tiempo y apuestas Deseo Compulsivo por los Video Juegos dedicar más de tres horas
Ciberdependencia	Dependencia y necesidad constante a estar conectados en Internet
Nomofilia Nomofobia	Pánico a no disponer del móvil con Sensación de angustia, ansiedad. Miedo a no tener u olvidar el móvil, batería agotándose. Antes de dormir y al despertar consultas tu móvil.
Selfitis	El impulso incontrolable de hacerse un selfie
Vibranxiety	Síndrome de la vibración fantasma Sentir que alguien llamó a nuestro celular o creer que vibró se estima que cerca del 70% lo ha vivido
Fear of Missing Out (FOMO)	Miedo perder el móvil, Sumergidos en Smartphone/Tablet/PC, no estar conectados a Internet, Redes Sociales o perderse algo en la red, fiestas reuniones comentarios
SMS sonámbulo	Enviar mensajes de texto mientras estás dormido.
La cibercondría	Creer tener alguna enfermedad al informarse en Internet de forma compulsiva, evadiendo el diagnostico profesional sobre nuestra salud.
El efecto Google	Olvidar Información, retener menos información, atenerme "Google todo lo sabe".
Tecnófilia	Afición a la tecnología sin freno Pasa alrededor de 17 horas online, no van a la escuela o al trabajo, sin medir fatiga o actividades de uso diario.
Neo filia.	Obsesión y deseo compulsivo por tener novedades tecnológicas
Cibermareo	Es la desorientación y mareo que sienten algunas personas al enfrentarse por primera vez a las tecnologías de bolsillo e interactuar con ciertos sistemas de interfaz dañina.
Whatsappitis	Obsesión en mensajes de Whatsapp. Cada vez más personas se ponen nerviosas si no reciben respuestas a sus Whatsapp, o cuando el mensaje se deja en visto y no contesta.
Ciberadicción	Adicción al internet, se establece cuando deja su vida social para dedicarse al internet
Mofobia	El miedo a ser ignorado, perderse algo importante, sentir que ocurren algo que se están perdiendo. Consulta constante del correo, Whatsapp, Facebook y sus like
Tecno dependencia,	Estar continuamente conectados, sentir que todo lo que hacemos se base en la tecnología

Tecno adicción	Objetivo estar al día con las Tics siendo “dependientes” como eje de sus vidas.
Tecno Portatilitis	Tener y portar dispositivos tecnológicos en exceso, cumpliendo la misma función
Ciber sexo	Es una forma de sexo virtual a través de una red informática
Sextinges	Envío de mensajes sexuales por medio de teléfonos móviles
phubbing,	Prestar más atención al móvil que a las personas alrededor, o a nuestras obligaciones
Ciber - relaciones	Encontrar en Grupos de discusión, email, chats, relacionarse social y sexualmente excesivo
Zombi Digital	Persona que entra en modo mecánico, Se aísla, se sumerge en las Tics evita Face to Face
Grooming	Obsesión mediante engaño atraer a niños, niñas con fines sexuales

Ilustración 5. Cuadro definición de Adicciones nacientes en la tecnología

CONSECUENCIAS EN ACCIDENTES DE TRÁNSITO

Las anteriores adicciones dañan el entorno social, hechos preocupantes que sobrepasa, la parte personal al daño físico a otros, se cree que no podemos ocasionarlo y no estamos tan lejos de ese riesgo; este hecho es el índice de accidentalidad por uso de Celulares: En Colombia el 25 %, se dan 9.500 comparendos Bogotá. Accidentalidad por uso de Celulares en México el 30 %, 3ª causa de accidentes "Actualmente, el 25% de los accidentes viales en el mundo son causados por el uso del celular. Paraguay no se escapa de esta realidad y no cuenta con estadísticas. En EEUU 1,6 millones de accidentes de tránsito 28 % del total de accidentes provocados. Bolivia y México los únicos países de América Latina, con mayor mercados de telefonía móvil del mundo, no tienen leyes ámbito nacional por uso del celular al volante. (Pacheco, 2018) Los accidentes a nivel mundial son comunes y más frecuentes.

CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

ANÁLISIS DE CASOS

Analizando las patologías anteriores, se presenta a continuación casos mundiales, entre los muchos que se suscitan, somos agente protagónico sin darnos cuenta al no generar medidas preventivas de esta situación.

Danny Bowman, un joven de 19 años británico catalogó como el primer selfieadicto del país. Desde los 15 años, se pasaba 10 horas al día haciéndose selfies acumulando hasta 200 auto fotos al día, lo llevó a abandonar la escuela, adelgazó 12 kilos y pasó 6 meses sin salir de casa. Cuando sus padres le quitaban el móvil, se volvía agresivo e incluso intentó suicidarse. La obsesión de Danny no estaba motivada por el móvil, sino que lo usaba como herramienta para saciar esa adicción. Sufría Trastorno Dismórfico Corporal, no estar conforme con su imagen

La segunda muerte en Taiwán. Un joven taiwanés Chang, de 18 años fue encontrado muerto el pasado 15 de julio, arrendó una pieza en un cibercafé en Tainan, al sur de Taiwán, y jugar Diablo III en una maratón de 40 horas continuas sin parar, no comió durante los dos días que se mantuvo jugando. (CreativeCommons., 2012).

Una niña de cuatro años, adicta al iPad, es la paciente más joven de los Servicios de Adicción a la Tecnología, recibiendo tratamiento psiquiátrico por comportamiento compulsivo en la clínica de Capiro Nightingale. Popular en Londres por sus programas de "desintoxicación tecnológica" en niños y adultos.

Joven chino de 19 años apodado "el pequeño Yang", se cortó una mano para curar su adicción a Internet. Pensó que así no podría usar el móvil o el ratón del ordenador. Pasaba más de 10

horas al día conectado a las redes sociales. Según las autoridades más de 24 millones de jóvenes chinos son adictos a Internet.

Corea está creando centros de tratamientos para los enganchados muchos con síntomas de profunda depresión, en estados unidos han encontrado casos también de melancolía y pensamientos suicidas., en China se abren cientos de campamentos militares para ayudar a curar a adictos a internet. Estos están en el centro de la polémica en China por la muerte de un muchacho de 18 años en la provincia oriental de Anhui, sufrió múltiples lesiones que le costaron la vida, la señora Liu, madre del adolescente, y su marido confiaron a su hijo en estos centros correctivos porque se veían incapaces de enderezarlo al ser adicto a internet. (Diario Anhui Sheng bao- China)

Un menor de 14 años clava una cuchilla a su madre en la mano al quedarse sin Internet El menor pidió a la madre que le ayudase a restablecer la conexión, pero ésta no pudo y al decirle que se tenía que ir el joven, que "dedica muchas horas a los juegos en red", "perdió el control" y le clavó una cuchilla en la mano.

Pensemos por un instante que día a día son casos muy comunes ¿Qué se está suscitando en el medio que nos rodea?

CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

CRITERIOS DEFINIDOS OPERACIONALMENTE COMO ADICCIÓN:

Cualquier actividad que provoca satisfacción en nuestra vida diaria, puede convertirse en conducta adictiva si se pierde el control sobre su uso... conviene subrayar que hay personas especialmente vulnerables debido a carencias de índole diversa, déficit en su desarrollo

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

madurativo o rasgos en su personalidad como la impulsividad, la intolerancia a la frustración, la falta de autocontrol, la dificultad para aplazar los deseos, las dificultades de comunicación, etc.

(Dr. Jaume Eroles, 2017)

¿Estamos conscientes de lo que enfrentamos en la tecnología?, se vive en el día a día, pero ¿Qué mecanismos se están usando para prever los daños?, Inquietudes importantes! Véase Tabla No 6 de Criterios para definir una adicción

Criterio	Definición
Saliencia.	“Capacidad para llamar la atención” del sujeto Donde la intensidad en una actividad se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.
Modificación del humor.	Experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad.
Tolerancia:	Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los efectos anteriores.
Síndrome de abstinencia.	Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.
Conflicto:	Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto Personal o intrapsíquico, interpersonal, trabajo, vida social, familiar, educativo).
Recaída:	Tendencia a volver los patrones tempranos de la actividad que se repiten, restaurando los patrones más extremos de la adicción tras mucho tiempo de abstinencia o control.

Ilustración 6. Criterios definidos operacionalmente como adicción:

CONGRESOS PI FOBIAS TECNOLÓGICAS LA TECNO-FOBIA. by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Es el rechazo hacia las tecnologías o miedo irracional o Justificado, que se focaliza en la dimensión afectiva de miedo y ansiedad hacia la TIC. Jay (1981) define la tecno fobia en base a tres dimensiones: 1) resistencia a hablar sobre tecnología o incluso pensar en ella, 2) miedo o ansiedad hacia la tecnología, y 3) pensamientos hostiles y agresivos hacia la tecnología, generan

un malestar o miedo irracional al contacto con las Tics, también se dan por el contacto y traumas generados al interactuar con las tecnologías existentes y nuevas, están incrustadas en la sociedad, sin tener una guía que muestre el aporte para hacer más fácil la vida, el aprendizaje de nuevos conocimientos... ya le decía el conejo blanco a Alicia, de Lewis Carroll, en 'Alicia en el país de las maravillas': «Si no sabes a dónde vas acabarás en otra parte». En las Fobias, en los miedos sin fundamento o en las garras de personas con trastornos cibernautas especializados. La incorporación e incremento de tecnologías digitales y computadoras en la vida laboral y académica ha dado origen a trastornos de ansiedad, que denominamos genéricamente Tecnofobia. Distintos estudios documentan las limitaciones de la vida cotidiana (personal, académica, laboral, social) de quienes sufren estos trastornos. (Luque, 2006)



CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Fobias	Definición del Término
Ciberbullying Acoso cibernético	Acto agresivo, intencional llevado a cabo por un grupo o individuo, utilizando los formularios electrónicos de contacto, generando baja autoestima y miedos
Tecno estrés	Estado psicológico negativo relacionado con el uso de TICs, amenaza de su uso en un futuro, un desajuste entre las demandas y los recursos relacionados, alto nivel de activación psicofisiológica no placentera con actitudes negativas hacia las TIC”.
Tecno ansiedad	Altos niveles de activación fisiológica no placentera, tensión, malestar por uso presente o futuro de TICs. Ansiedad genera actitudes escépticas, pensamientos negativos sobre la propia capacidad y competencia con las TICs
Ciberfobia	Miedo a los ordenadores, personas que tienen miedo a los cambios y no se ven capaces de alterar su forma de trabajar, o las tareas cotidianas.
Gloso fobia	Miedo a hablar en público
Telefonofobia,	Que es el temor a hacer o recibir una llamada telefónica. El simple sonido de la llamada provoca ataques de pánico, taquicardias y sudoración.
Selfiefobia	El miedo a hacerse un selfie. Las razones son abundantes. Por un lado temen no salir bien en la foto, al compararse con las celebrities. Otras ven los selfies como una pérdida de su intimidad.
Retterofobia	Es el miedo a escribir mal o a incluir faltas de ortografía. Los afectados releen y reescriben sus mensajes una y otra vez antes de publicarlos en las redes sociales.
Expirofobia,	Las personas que tienen miedo de que se les olvide renovar los dominios de su web (la renovación suele ser anual), y que otra persona compre ese dominio.
La tecnofatiga	Sentimientos de cansancio, agotamiento mental y cognitivo debidos al uso de tecnologías, con actitudes escépticas y creencias de ineficacia con el uso de TICs, o la sobrecarga informativa cuando se utiliza Internet.
Lozemofobia	El temor a que el control remoto del televisor se perdiera. Ahora se relaciona con cualquier aparato tecnológico. Algunas personas suelen decir: "no puedo vivir sin mi celular/Tablet/portátil entre otros.”
Editiovoltafobia	Miedo a conocer la vida de los demás a través de Facebook y compararla con la propia. Es probable que le hayan dado un término a esta enfermedad después del estudio que publicó la Universidad de Michigan en la revista Public Library of Science (PLOS) en el 2013.

Ilustración 7. Cuadro de Terminología de Fobias tecnológicas

ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR MAL USO DE TECNOLOGÍAS

Aun cuando las fobias y las adicciones son una enfermedad mental, vamos a encontrar enfermedades físicas, con abuso de la tecnología. Se presentará en la Tabla No 8, las distintas enfermedades.

En estudios realizados, tener en cuenta estos resultados... Destacamos dos datos relevantes de nuestra investigación. Primero, que más de la mitad de los sujetos detectados como posibles tecno fóbicos en nuestra muestra, son menores de 25 años. Esto es preocupante si consideramos que estos sujetos son futuros profesionales y parte de la masa laboral activa, que verán restringida su vida laboral, académica y personal como consecuencia de los montos de ansiedad sufridos y la tendencia a evitar las herramientas de tecnología digital. Y muestra además que no es real que los jóvenes se vean protegidos de este trastorno por ser "nativos digitales". (Luque, 2006).



CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Enfermedades	Síntomas
Síndrome Túnel Carpiano:	El nervio que va desde el antebrazo hasta la mano, se presiona o se atrapa la muñeca, causando entumecimiento, dolor, hormigueo y debilidad
Audición. Hipoacusia (sordera)	Escuchar música con audífonos en alto volumen, genera problemas de audición. Desequilibrio y en corto plazo, náuseas y vómitos.
Ahnedonia	Pérdida de placer y disfrute de actividades diarias que eran comunes
Tinnitus	Genera zumbido en el oído, molestias y la capacidad de escuchar
Sedentarismo Tecnológico	Sobrepeso, obesidad, enfermedades sistema circulatorio, diabetes, mala condición física, malas relaciones sociales
S.N.C Sistema nervioso Central	Daños irreversibles SNC. Campos electromagnéticos emiten y provocan. Vértigo, fatiga, trastornos del sueño, pérdida de memoria y desarrollo de tumores cerebrales.
Enfermedades oculares:	Mirar por horas las pantallas de un computador o Tv, trae problemas en los ojos. Resequedad, tensión ocular, perdida de la Visión
Anorexia y Bulimia	El deseo desenfrenado de estereotipos comerciales “Globalización”
Portatilitis	Cargar portátiles o variedad de dispositivos al tiempo causando malestares físicos (Dolor cabeza, cuello, espalda, jaquecas, hormigueo en las manos, episodios de mareos, migrañas.

Ilustración 8. Enfermedades producidas por el mal uso de las tecnologías

La experiencia personal adquirida en la parte técnica, aplicada en la docencia, disertaciones, talleres de aplicación de las TICs en el aula de clase a profesores, aquellos que critican la «frialdad» o «deshumanización» del uso de la tecnología, son quienes más miedo tienen a usar estos recursos y lo enmascaran. Cuando se concientiza, guía y se muestra la versatilidad, reduce la ansiedad y elimina el miedo, produce un efecto que da paso a la creatividad para el uso en sus estudiantes, un gran aporte social determinante para lograr elegir entre “Quien domina la tecnología” y no “La tecnología a quien domina.

CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Recomendaciones Generales Adiciones y Fobias

Recomendaciones de Comunicación
Escuchar para entender, atención social y educativa razonable a los adolescentes «prevención», no es imponer, es aclarar, interactuar, orientar, concientizar
Mirar no es sonreír viendo cómo se destruyen. Mirar es querer ver, saber, comprender, observar, focalizar y demostrar interés al escuchar sus argumentos, no es darlos por buenos, es aceptar que al ser sólidos, débiles o incoherentes hay interés y comunicación, representan perspectivas evitables, claves para construir verdadera comunicación y relación de influencia.
Compartir e interesarse por sus juegos, sus trabajos y el tiempo libre, generar interacción social intrafamiliar, concientizar hablando de las problemáticas, mostrar los índices, noticias sobre casos, no es la cantidad de tiempo es la calidad del tiempo
Recomendaciones de Prevención
Analizar los tiempos de conexión y la frecuencia. Se conectan a diario o casi a diario, Navegan más de 10 horas semanales en internet y tipos de conexión a juegos, móvil, Teléfono, búsqueda de sensaciones y visitan tanto páginas de pornografía como de violencia. Entran en los chats creando personalidades distintas y de sexo opuesto, con mucha frecuencia.
<p>Detectar Cambio de comportamiento: Inquietud, impaciencia e irritabilidad, especialmente cuando no se puede tener acceso al medio adictivo.</p> <p>Evitar el aislamiento y confinación. Merma importante en la comunicación. Deterioro de las relaciones más cercanas. No dejar que se generen Alteración del curso normal de la vida para usar las TIC (no ir al colegio, al trabajo, descuido de obligaciones cotidianas, dejar las responsabilidades para más tarde, Justificación del tiempo excesivo utilizado al respecto, evitar abandono de otras actividades, especialmente si antes eran especialmente gratificantes. Percibir la Incapacidad de controlar voluntariamente el uso, estar pendiente de mentiras-engaño para llevar a cabo a escondidas las actividades adictivas cambio de hábitos de sueño o cambios alimenticios.</p>
Orientar a no responder nunca a mensajes o tablones de anuncios en los que se incluyan mensajes agresivos, obscenos, amenazantes o que hagan sentir mal. Proponer diálogos, escuchar puntos de vista.
Usar la tecnología para investigaciones e incentivar su uso para aclarar dudas, generar comunicación intrafamiliar, con preocupación por sus actividades comunes, trabajos pendientes, horario de comidas, compartir pensamientos, programar actividades en familia, compartir juegos online y sobre todo sinceridad, recordar que estamos en un mundo globalizado, lo que no enseñes con orientación, las tecnologías les permiten acceder sin guía ni orientación.

Ilustración 9. Recomendaciones y Sugerencias para adiciones y fobias de las TICs

A continuación se plantearon unas recomendaciones básicas generales en la Tabla No 9 a tener en cuenta, lo que realmente nos lleva a construir manuales de vida, de comunicación y de verdadera comunicación. Dar una respuesta clara y asertiva de cómo se debe afrontar esta problemática, va de la mano con la integración de todos los entes que conforman la sociedad, iniciando desde el punto más importante el núcleo Familiar, (control, guía y orientación) pasando por los sistemas educativos (Atención Capacitación, aprovechamiento) , los profesionales de la

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

salud (Investigación y Campañas de concienciación) y culminando con la problemática Mundial que aqueja a los gobiernos y debe prever los efectos en la sociedad (Inversión y prevención). Agrego a ello la concienciación personal (Tener Objetividad, disponibilidad del manejo y disposición de adaptación a la tecnología) (Dr. Jaume Eroles, 2017)

MÉTODO. (EVALUACIÓN, INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS)

Este proyecto es un artículo científico fundamentado en la investigación de primer orden (Observacional con fuentes de primera mano, estudios realizados en distintas áreas y laboral, social y educativas), de segundo orden, (El análisis de estudios realizados por otros investigadores a nivel científico, tesis y tesinas, casos evidenciados de noticias mundiales. Es una investigación mixta tipo cualitativo por los puntos de vista en el análisis con la documentación pre establecidos con el seguimiento de casos planteados. Cuantitativos por las estadísticas que se ha recabado en distintas partes del mundo, lo que permite identificar la incidencia de las Tics y ser “ventana abierta a nuevas enfermedades psicológicas. Trastornos, adiciones, fobias. Las cuales requieren de Prevención y recomendaciones” con la necesidad de que la Familia, el gobiernos, las entidades y los profesionales de las áreas de la salud especialmente los del área de psicología y educación se apersonen de mostrar y generar las campañas y la conciencia con los mecanismos preventivos y hábitos para el buen manejo de las TICs como Sistemas integradores en la Comunicación Social.

DISCUSIÓN.

¿Debemos acabar con la tecnología o comprenderla? Las adicciones No puede generar Las fobias y mucho menos las fobias, aislarnos de los beneficios de la tecnología. El miedo a lo desconocido no debe impedir la utilización de la nueva tecnología en las aulas o cerrar ninguna entrada al sistema educativo, ni quitar la oportunidad de mejorar la calidad de vida, ante el conocimiento, ahorro de tiempo, que podría utilizarse para compartir físicamente social y no Virtualización Social. «Debemos mantener abiertas todas nuestras percepciones hacia lo desconocido», dice Clifford comentando a Feyerabend. Las nuevas tecnologías proporcionan mayor democratización en la información y la comunicación y son sustento de habilidades diferentes que pueden ser la base de aprendizajes diversificados ligados a la creación de nuevas situaciones y procesos. Internet, y las redes que de ellas dependen, democratizan la información; abren mundos antes imposibles de acceder a ellos...

CONCLUSIONES

La Tecno-Fobia es relevante, confirma que no es una situación provocada solo por miedo irracional, sino la falta de una buena guía de adaptación al conocimiento de las tecnologías actuales, lo cual se comporta como un trastorno real y la prevención de su buen uso hace requerir tratamientos de respuestas inmediata con guías de adaptación de las TICs,

La influencia ejercida actualmente de las Tics en el comportamiento humano, es un fenómeno de abordaje ya que es una ventana abierta a nacientes trastornos psicológicos, tanto en el ámbito de las adicciones como en las fobias.

Es fundamental Analizar como la globalización genera la adicción y las fobias y los casos clínicos, los estudios científicos de incidencias mundiales de la tecnología; en la vida del ser

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

humano y su desarrollo social de como el mal uso y guía de las Tics está generando sin distinción en Jóvenes, niños y adultos las fobias y adicciones.

Tener en cuenta los hábitos adoptados para guiar a las personas que nos rodean en el entorno con la tecnología y los factores predisponentes, desencadenantes, perpetuadores y protectores, que den paso a afección psicopatológica que rebasen los límites de la normalidad

El carácter investigativo de esta ponencia, tiene como objetivo iniciar el proceso de concienciación, al sector salud, educativo, familiar, laboral, promover el interés por aprender, enseñar y conocer a fondo los trastornos que se están forjando en la sociedad e ir generando manuales y normativas de prevención ante la vertiginosa evolución en las tecnologías.

ALCANCE

Este trabajo investigado podría ampliar más el concepto y la necesidad de estudiar a fondo la problemática mostrada con una serie de investigaciones transversales y detalladas que deberían de aplicarse en las diferentes entidades educativas, medios laborales, intrafamiliares y gubernamentales, permitiendo así solidificar los conceptos conclutorios acá presentados con prevalencia en hacer inclusión con recomendaciones y mecanismos de prevención social, poder entender, que hay que usar y dominar la tecnología y no que ella sea quien nos domine.

BIBLIOGRAFÍA

by PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Acosta, L. F. (24 de 04 de 2016). *Granma*. Obtenido de ÓRGANO OFICIAL DEL COMITÉ

CENTRAL DEL PARTIDO COMUNISTA DE CUBA: (<http://www.granma.cu/todo->

salud/2016-04-24/adicciones-tecnologicas-en-los-mas-jovenes-24-04-2016-23-04-04?page=2)

Carola Junquera, Creative Commons . (13 de 01 de 2015). *www.kubernetica.com*. Obtenido de Desconectados del entorno y conectados a la red: tan cerca pero tan lejos: www.kubernetica.com

Creative Commons. (18 de 07 de 2012). *FayerWayer* . Obtenido de Dosis diarias de tecnología en español.™: <https://www.fayerwayer.com/2012/07/joven-muere-tras-maraton-de-40-horas-seguidas-de-diablo-iii/>

Dr. Jaume Eroles. (11 de 01 de 2017). *la vanguardia. Vivirmejor*. Obtenido de PSICOLOGÍA. TIC: Las nuevas adicciones: <http://www.lavanguardia.com/salud/psiquiatria/20141127/54420791908/tic-nuevas-adicciones-salud.html>

el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), . (20 de 02 de 2018). *Instituto Federal de Telecomunicaciones*. Obtenido de estadísticas sobre disponibilidad de Tecnologías de las Tics en Hogares: http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/OtrTemEcon/END_UTIH2018_02.pdf

Galeano, A. G. (14 de 03 de 2012). *II Congreso Paraguayo de Estudios sobre Sexualidad Humana*. Obtenido de Sociedad Paraguaya de Estudios sobre Sexualidad Humana - SPESH: <http://www.sexualidadhumana.org/>

VII CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Gómez, F. A. (2017). efectos psicológicos del abuso de las tecnologías de la información y comunicación (tic) en adolescentes de una secundaria del municipio de soledad graciano sánchez en san luis potosí. San Luis Potosi: Congreso Nacional de Investigación Educativa COME.

INE, I. N. (2017). *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. Año 2017*. España: INE.

Luque, L. E. (2006). *ESTUDIO SOBRE EL MIEDO A LA TECNOLOGÍA EN ADULTOS MAYORES*. Buenos Aires: Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur.

Pacheco, W. (20 de 02 de 2018). *VIX™*. Obtenido de Adicción a internet: conoce las estadísticas en todo el mundo: <https://www.vix.com/es/btg/tech/14574/adiccion-a-internet-conoce-las-estadisticas-en-todo-el-mundo>

Síbilía, P. (2005). *El hombre postorgánico, Cuerpo, subjetividad tecnologías digitales*. Buenos Aires: FONDO DE CULTURA ECONÓMICA.

YERALDIN BARBOSA MORENO, L. B. (2015). *IMPULSIVIDAD, DEPENDENCIA A INTERNET Y TELEFONIA MOVIL EN UNA MUESTRA DE ADOLESCENTES DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ*. Bogota: FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES FACULTAD DE PSICOLOGÍA.

RESEÑA

JOHN JAIRO ORTEGA ARIAS

Soy Colombiano, estudiante de último año de psicología represento a la universidad autónoma del sur UNASUR, de la ciudad de asunción Paraguay, con experiencia Técnica de Asesoría Mantenimiento Reparación y ensamble de Computadores, consultor y propietario de la empresa ASTICS, disertante de Tecnología de Punta, Sistemas de Seguridad y Docente con 23 años de Experiencia.

Es un orgullo y un Honor poder presentar este trabajo investigativo y ser partícipe del VII congreso internacional de psicología y educación 2018, en Santa Marta Colombia, como tema de interés mundial para la vida del ser humano, con mayor relevancia en los campos que he trabajado y actualmente estudio.



CONGRESOS PI
by PSYCHOLOGY INVESTIGATION



CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGIA Y EDUCACION

QUERÉTARO, MÉXICO
2019

