

INSTRUMENTO SOBRE LAS ACTITUDES DE LOS ADOLESCENTES HACIA LOS MEDIOS N.0 (REDES SOCIALES, CELULAR Y VIDEOJUEGOS) Y SU INFLUENCIA EN LOS ESTILOS DE VIDA (HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA)

INSTRUMENT ABOUT TEENAGERS' ATTITUDES TOWARDS N.0 MEDIA (SOCIAL NETWORKS, CELLPHONE AND VIDEO GAMES) AND THEIR INFLUENCE IN THE LIFESTYLES (FEEDING HABITS AND PHYSICAL ACTIVITY)

Chipia, Joan¹; y Paredes, Yorman¹

¹ **Profesor de Bioestadística. Grupo de Investigación en Bioestadística Educativa. Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes.**

Resumen:

Objetivo: diseñar y determinar la validez de contenido y la confiabilidad de consistencia interna de un instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física). Metodología: enfoque de investigación cuantitativo y un diseño psicométrico. Resultados: Se validó por cinco expertos a través del Coeficiente de Validez de Contenido con un valor de 0,846 y una confiabilidad de consistencia interna por medio del Coeficiente Alfa de Cronbach de 0,875 aplicado a una muestra de 32 sujetos, ambos indican buenas medidas psicométricas. Conclusión: El instrumento diseñado, es válido y confiable, para el objeto que fue construido. Recomendaciones: Realizar análisis de reactivos con una muestra más grande; efectuar la validez de constructo con análisis de factores y la validez predictiva; aplicar el Instrumento para los fines y sujetos que fue desarrollado.

Palabras clave: medios N.0; actitudes; estilos de vida.

Abstract:

Objective: determine and design the content validity and reliability of an instrument's internal consistency about teenagers' attitudes towards N.0 media (social networks, cellphones and videogames) and their influence on lifestyles (feeding habits and physical activity). Methodology: quantitative research and a psychometric design. Results: Validated by five experts through the Content Validity Coefficient with a value of 0.846 and an internal consistency reliability through the Cronbach Alpha Coefficient of 0.875 applied to a sample of 32 subjects, both of which indicate good psychometric measures. Conclusion: The instrument designed, is valid and reliable, for the object that was constructed. Recommendations: Perform reagent analysis with a larger sample, construct validity with factor analysis and predictive validity, and apply the instrument for the purposes and subjects that was developed.

Keywords: N.0 media, attitudes, teenagers, lifestyles.

Introducción:

En los últimos años, el uso de Medios N.0 ha experimentado un crecimiento sin precedentes, especialmente en los jóvenes, la cuales fueron diseñadas para facilitar la vida, pero en algunas circunstancias pueden resultar en una complicación, que pueden acarrear en un uso excesivo de los Medios N.0 que se va ver reflejada en la salud en general y una pérdida de habilidades en el intercambio personal lo cual puede desembocar en una especie de analfabetismo relacional y facilitar la construcción de relaciones sociales ficticias. Pero no solo en la parte social puede verse afectada, en estudios epidemiológicos se han identificado factores entre ellos un elevado tiempo frente a los medios N.0 pueden predisponer el desarrollo de obesidad en los adolescentes (Guerra, Vila, Apolinaire, Cabrera, Santana y Almaguer, 2009).

La Internet proporciona diferentes beneficios, como el introducir distintas fuentes de conocimiento, convirtiéndose así en un instrumento para el aprendizaje y la formación intelectual, profesional y personal, apareciendo nuevos tipos de comunicación y relación, por ello, estos medios están aportado entretenimiento, diversión y esparcimiento. Pero con todas esas ventajas han aparecido un cierto grado de peligrosidad, derivado de un posible uso inadecuado, desmedido y sin control, siendo algunos de los más afectados los adolescentes, por el uso inapropiado de las tecnologías de la información y comunicación, generando impacto psicológico y conductual que pueden provocar. Las alteraciones comportamentales, la pérdida de control, el sentimiento de culpa, el aislamiento, los conflictos familiares o el descenso en el rendimiento académico son solo algunas de las consecuencias (Echeburúa y de Corral, 2010; Rial, Gómez, Varela y Braña, 2014)

Las principales señales de alarma que denotan una dependencia a los Medios N.0 y que pueden ser un reflejo de la conversión de una afición en una adicción son las siguientes Young

(1998): a) Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos; b) Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud; c) Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos; d) Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta; e) Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo; f) Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego; g) Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios; h) Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

El abuso de las tecnologías de la información y comunicación puede provocar una pérdida de habilidades en el intercambio personal (la comunicación personal se aprende practicando), desembocar en una especie de analfabetismo relacional y facilitar la construcción de relaciones sociales ficticias. Pero no solo en la parte social puede verse afectada, en estudios epidemiológicos se han identificado factores entre ellos un elevado tiempo frente a los medios N.0 pueden predisponer hábitos de alimentación no saludables que pueden desarrollar la obesidad en los adolescentes (Guerra, Vila, Apolinaire, Cabrera, Santana y Almaguer, 2009).

El Informe sobre Medición de la Sociedad de la Información suministrado por la International Telecommunication Union (2016) es el principal informe anual en el que se recogen datos fundamentales sobre las TIC, el cual fue publicado el 30 de noviembre de 2015 en el Simposio sobre los Indicadores de las Telecomunicaciones/TIC Mundiales (WTIS-15), que tuvo lugar en Hiroshima (Japón), siendo las principales conclusiones globales: actualmente están conectados 3 200 millones de personas (el 43% de la población); el número de usuarios de Internet en los

países en desarrollo casi se ha duplicado en cinco años; el número de abonos a la telefonía celular móvil ha pasado de 2.200 millones a 7.100 millones en 10 años; la disparidad entre las mujeres y los hombres que utilizan Internet es del 11%, entre 2013 y 2014, los precios de la banda ancha móvil descendieron más del 25% en los países menos adelantados; se considera que la Internet de la Cosas (IoT) y los grandes volúmenes de datos (Big Data) pueden ayudar a afrontar los principales desafíos del desarrollo.

En el marco de la informe de la Sociedad de la Información, se busca estudiar algunos de los principales medios digitales de comunicación, considerando como los medios N.0 como los instrumentos o formas de contenido que permiten el proceso comunicacional los cuales se encuentran basados en las TIC, en consecuencia, incluyen cualquier medio de comunicación e información que tengan la capacidad de conectividad, procesamiento y transmisión de datos, en dispositivos electrónicos fijos y móviles. Por su diversidad, en la presente investigación se estudiarán las redes sociales, el uso del celular y la utilización de los videojuegos.

Las redes sociales se definen como grupos o conjuntos de personas relacionadas por algún parentesco social o actividad común, aunque este tejido estructurado y complejo, está dominado en la actualidad por plataformas tecnológicas, lo que permite un mayor alcance, debido a que facilitan la comunicación e información a través de la Internet entre los participantes, lo que potencia las actividades del ser humano (Imaña, 2008). En el presente las redes sociales virtuales integran servicios que se encontraban dispersos (chat, blog, wiki, etc.), para compartir información textual y gráfica por medio de imágenes y vídeos (Chipia, 2013). Dentro de las múltiples redes sociales virtuales, las más populares son Facebook, Twitter, Instagram, Google +, YouTube, LinkedIn, Tumblr, entre otras; resulta oportuno señalar que el Facebook (2015) indica que hasta el 31 de diciembre el año 2015, existió más de 1.040 millones de usuarios

activos al día en promedio, 934 millones de teléfonos usuarios activos al día en promedio, más de 1.590 millones de usuarios activos y más de 1.440 millones de usuarios activos mensuales móviles, lo que explica que es un medio de comunicación que es utilizado por gran cantidad de usuarios y puede tener influencia en diferentes aspectos de la cotidianidad, incluyendo la salud.

Otro medio de comunicación utilizado en la actualidad es el celular, el cual según la Real Academia Española (2001) es un aparato portátil de un sistema de telefonía móvil. Aguado-Terrón y Martínez-Martínez (2009), señalan que el uso celular es un medio de consumo tecnológico denominado meta-dispositivo, debido a que incluye un conjunto de aplicaciones de cámara, agenda, TV, videoconsola, ordenador, reproductor de audio/vídeo, GPS, entre otros, convirtiéndose en un objeto cultural fuertemente ligado a la identidad del usuario y un medio para la producción, distribución y consumo de datos y contenidos. Es importante indicar que según We Are Social (2016a) en el mundo existen 3.419 millones de usuarios de Internet (lo cual representa una penetración del 46%), con 2.307 millones de usuarios de social media (penetración del 31%), con 3.790 millones de usuarios de celular (penetración 51%) y 1.968 millones de usuarios activos con celulares móviles sociales (penetración del 27%). Además We Are Social (2016b), enuncia que en Venezuela de 17,85 millones de usuarios de Internet (penetración del 57%), con 12 millones de usuarios de social media (penetración del 38%), con 30,77 millones de usuarios de celular (penetración 98%) y 8,4 millones de usuarios activos con celulares móviles sociales (penetración del 27%).

Además de los medios digitales de comunicación antes señalados (redes sociales virtuales y celulares), en los adolescentes existe un aumento en la utilización de los videojuegos, el cual según la Real Academia Española (2001) es un dispositivo electrónico que mediante mandos apropiados, simula juegos en las pantallas de un televisor o de una computadora. En cuanto al

uso de los videojuegos la Entertainment Software Association (2015), resalta que 155 millones de estadounidenses juegan regularmente videojuegos, el 42% de los juegan durante al menos 3 horas a la semana, 4 de cada 5 hogares contienen un dispositivo de videojuegos, el jugador medio juego tiene 35 años, el 26% de los jugadores son menores de 18 años de edad y el 27% son mayores de 50 años, el 56% de los jugadores son hombres y 44% son mujeres, los consumidores estadounidenses gastaron 22.400 millones de dólares en juegos en el 2014.

Dada la relevancia de los Medios N.0 en la sociedad actual, se busca estudiar su influencia en algunos de los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física), definido en el ámbito de las ciencias de la salud, por Lalonde (1981) como el conjunto de decisiones de las personas que afectan a su salud y sobre las cuales ellas tienen algún control. En este sentido, Kickbusch (1986) señala que la Organización Mundial de la Salud (OMS) aportó una definición durante la XXXI Reunión del Comité Regional para Europa, que es “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales”, en vista de lo amplio del concepto, se busca investigar la influencia de los Medios N.0 en los estilos de vida relacionados con los hábitos alimenticios y la actividad física de los adolescentes.

Los hábitos alimenticios están directamente relacionados con la obesidad y la OMS (2015), define el sobrepeso y la obesidad como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La OMS (2014) define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Ello incluye las actividades realizadas al trabajar, jugar y viajar, las tareas domésticas y las actividades recreativas. La intensidad de las diferentes formas de actividad física varía según las personas. Para que beneficie a la salud cardiorrespiratoria, toda actividad debería realizarse

en periodos de al menos 10 minutos. La OMS recomienda: a) para niños y adolescentes 60 minutos diarios de actividad moderada o intensa; para adultos (18 o más años): 150 minutos semanales de actividad moderada.

En vista de las consideraciones anteriores, se plantearon como objetivos: a) Diseñar un instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios n.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física); b) Determinar la validez de contenido y la confiabilidad de consistencia interna de un instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios n.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física).

La investigación emplea como antecedentes a Hernández (2014) tuvo por objetivo evaluar las TIC que se están utilizando para la educación e información en salud, desde la opinión de los profesionales y los usuarios de los servicios y programas de Bienestar Universitario de dos universidades colombianas, en agosto de 2012 a junio de 2013. Se utilizó un método mixto, mediante un diseño explicativo secuencial, donde se incluyó la aplicación de cuestionarios y la realización de entrevistas y grupos focales. Se determinó que el 78,1% de los profesionales usa ampliamente las tecnologías tradicionales: diapositivas, teléfono, videos e impresos, pero hay poco uso de las nuevas TIC. Las que más se usan son los teléfonos móviles (92,2%) y el correo electrónico para comunicarse con los usuarios y enviarles mensajes educativos (69,2%). En la vida cotidiana los profesionales usan poco estas tecnologías, a diferencia de los jóvenes usuarios quienes emplean los teléfonos móviles (100%) y la Internet para buscar información (100%) y socializar mediante Facebook y Twitter (96,8%). Existe una opinión y un ambiente positivo para la integración de las nuevas TIC, aunque el 100% de los profesionales manifestó que no ha

recibido capacitación. Se obtuvo una perspectiva amplia acerca de las TIC más utilizadas y recomendadas para las actividades informativas y educativas en salud.

Otra investigación importante fue la realizada por Lorenzo-Romero, Gómez-Borja y Alarcón-del-Almo (2011), tuvo por objetivo desarrollar un modelo de relaciones causales que explique las variables que influyen o predicen el uso de las redes sociales virtuales a través de la contrastación de un modelo de aceptación de la tecnología (TAM). Para ello se diseñó, se realizó una validez de contenido y la confiabilidad de consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach, luego se aplicó una encuesta online a 399 usuarios de redes sociales virtuales en España entre los meses de marzo y abril de 2009. Los resultados muestran que la actitud hacia las redes sociales virtuales influye positiva y significativamente sobre la intención de usarlas. Esta investigación permitió profundizar en el conocimiento de los beneficios y utilidades que, sobre el tejido empresarial, aporta el uso de este tipo de herramientas sociales por parte del usuario.

Además se relaciona el estudio de Zapata y Labrador (2011), el cual presentó el desarrollo y validación de una escala de actitud hacia el uso de redes sociales y buscadores en línea con reclutadores de Recursos Humanos en Puerto Rico. El propósito de la investigación fue establecer las propiedades psicométricas de la escala con un estudio piloto y poder determinar cómo se comportaba la escala. Las puntuaciones de validez de contenido fueron de .99 y de confiabilidad fueron de .89, ambas indican buenas medidas psicométricas. Las puntuaciones preliminares de la escala, mostraron que los reclutadores de recursos humanos tienen buena actitud hacia el uso de redes sociales, como proceso de selección de personal y por lo menos han utilizado alguna vez páginas de redes sociales y buscadores en línea durante procesos de

selección de personal. Se recomienda ampliar la muestra y hacer nuevos estudios con el instrumento.

Resulta de interés señalar el artículo de investigación documental de Etxeberria (2008) se señala que los videojuegos es una realidad en la sociedad actual y constituyen el 54% del consumo del ocio audiovisual e interactivo en España. Uno de los aspectos a tener en consideración de cara a la educación de los niños es el hecho de las implicaciones del consumo en relación a los videojuegos. La violencia en los videojuegos es uno de los principales tópicos en la literatura sobre el estudio de los efectos de los videojuegos en la conducta infantil. Sin embargo, no se trata únicamente de proteger a los menores de los riesgos del uso de los videojuegos sin control o cuidado por parte de los padres o los educadores. Desde hace muchos años, a pesar de sus riesgos, los videojuegos se vienen utilizando como un medio más en la educación.

Metodología:

Enfoque de investigación cuantitativo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014); diseño psicométrico el cual consiste en la construcción, validación y un estudio piloto de un instrumento sobre la influencia de los medios N.0 (redes sociales, celular y videojuegos) en la obesidad, actividad física y actitudes de los adolescentes (Aiken, 2003).

Variables de investigación: a) Uso de los medios N.0 (redes sociales, celular, videojuegos); b) Actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0; c) Estilos de vida (hábitos de alimentación, actividad física).

Muestra para la prueba piloto: 32 estudiantes entre tercero, cuarto y quinto año de dos Liceos de Educación Media del municipio Libertador, estado Mérida.

Procedimiento: Se diseñó un instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios n.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física), para ello el instrumento aporta información tanto de medidas corporales (peso, talla y cintura) como de antecedentes familiares, actividad física, redes sociales, juegos de vídeo, uso de celulares y actitudes de los estudiantes hacia dichos medios de comunicación, con el objetivo de determinar la influencia de las redes sociales, juegos de videos y aplicaciones de celulares en el nivel de salud de los adolescentes.

El instrumento (Anexo A), está diseñado está dividido en 8 partes donde el adolescente encuestado tiene que responder preguntas de selección simple y en algunos casos desarrollar la información solicitada con una respuesta muy breve, la división del instrumento se realizó en base a los datos demográficos, escala de Graffar, antecedentes familiares, información de salud del entrevistado, información del uso de los medios de comunicación N.0 (redes sociales, videojuegos y celular), actitudes y conocimiento acerca del uso de los medios de comunicación N.0 tanto en la vida diaria como en las implicaciones que tienen sobre la salud.

En la elaboración del instrumento de medición antes mencionado se procedió a determinar y definir las variables que se pretenden medir en base a los objetivos planteados y se propusieron indicadores representativos y se procedió a estructurar el instrumento lo cual permite una adecuada aplicación donde se estandarice la recolección de información, para luego determinar la validez y confiabilidad del mismo.

Al momento de la recolección de datos es importante la construcción de un instrumento, el cual permita recabar información válida y confiable. Porque el valor de un estudio depende de que esta información sea el refleje el evento a investigar, dándole una base real para obtener un resultado e investigación de calidad (Corral, 2009).

Para proceder si el instrumento tiene validez se recurrió a juicio de expertos para que certifiquen que los ítems son claros y tienen coherencias con el trabajo a desarrollar; en otras palabras, se estimó la posibilidad de algún error en la distribución del instrumento a través del Coeficiente de Validez de Contenido. Posteriormente se evaluó la confiabilidad del instrumento, ya que es indispensable poner a prueba el cuestionario sobre un pequeño grupo es por ello que se desarrolló una prueba piloto con 32 adolescentes en dos liceos del municipio Libertador, estado Mérida y de esta manera se estimó la confiabilidad del instrumento, por medio del Coeficiente Alfa de Cronbach. Es oportuno indicar que antes de la aplicación se entregó consentimiento informado (Anexo B).

Resultados:

Se utilizó el Coeficiente de Validez de Contenido (CVC), desarrollado por Hernández (2011), para determinar la validez de contenido de cada ítem, así como la validez total de instrumentos de recolección de datos, además de establecer el nivel de concordancia de los jueces, mediante la técnica de juicio de experto. Sobre la base de lo planteado por el autor, se realizó el proceso de validación por medio del CVC, los puntajes asignados por los cinco (5) jueces que cumplían con ser profesores con un título de especialidad o superior, los cuales para el momento tenían más de 10 años de experiencia y con conocimientos en tecnologías de la información y comunicación.

Los evaluadores tomaron en cuenta una escala tipo Likert (1=Inaceptable, 2=Deficiente, 3=Regular, 4=bueno, 5=excelente) en los 88 ítems del Instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física), luego de su procesamiento se calculó el CVC y arrojó un valor corregido de 0,8469, lo que significa en términos cualitativos una validez de contenido excelente.

Se calculó el Coeficiente de Alfa de Cronbach, para determinar la confiabilidad de consistencia interna del Instrumento, con una muestra piloto ($n=32$). Es preciso señalar que el Coeficiente antes mencionado, depende de los puntajes y sujetos en un momento determinante en base a la matriz varianza-covarianza, mediante un procedimiento iterativo, lo cual maximiza las varianzas (Hernández, 2011). Se obtuvo el Coeficiente Alfa de Cronbach con el programa SPSS versión 22, resultando un valor de 0,875, lo cual indica una confiabilidad muy alta.

Discusión:

Los resultados en cuanto a la validez de contenido concuerdan con los presentados por Solá y Labrador (2011), sin embargo, en la presente investigación se obtuvieron resultados con una menor validez, debido a que con la misma cantidad de jueces (5) se obtuvo un valor de 0,8469, mientras que en el antes señalado se halló un valor de 0,99.

Resulta necesario indicar que la investigación de Lorenzo-Romero y otros (2011), solamente efectuó una validez cualitativa. Con el resultado anterior se establecieron las características psicométricas preliminares del Instrumento, lo cual muestra que la escala presenta las características psicométricas deseables que debe tener todo instrumento de medición y así poder medir las variables en estudio basado en el proceso de selección de personal.

En relación a la confiabilidad de consistencia interna a través del Coeficiente Alfa de Cronbach, los datos muestran una confiabilidad de 0,89 en el estudio de Solá y Labrador (2011) y en la investigación de Lorenzo-Romero y otros (2011) un resultado mayor a 0,87 en 4 de los 5 factores considerados, situación similar a este trabajo, porque se obtuvo un valor de 0,875, lo que indica que el Instrumento es confiable, o sea que es consistente.

Conclusiones:

La validez de contenido del Instrumento diseñado (Anexo A), muestra que a través del juicio de expertos y con el cálculo el Coeficiente de Validez de Contenido, indicó un valor de 0,8469, lo que significa de manera cualitativa una validez de contenido excelente, por tanto, el instrumento mide lo que pretende medir, en cuanto uso de los medios N.0 (redes sociales, celular, videojuegos); actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0; estilos de vida (hábitos de alimentación, actividad física).

La confiabilidad de consistencia interna mostró un resultado del Coeficiente Alfa de Cronbach de 0,875 para la muestra de 32 estudiantes en estudio, lo que explica una fiabilidad alta, en otras palabras, el Instrumento permite obtener resultados consistentes.

El Instrumento sobre las actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0 (redes sociales, celular y videojuegos) y su influencia en los estilos de vida (hábitos de alimentación y actividad física), es válido y confiable, para el objeto que fue construido.

Recomendaciones:

Realizar análisis de reactivos con una muestra más grande, se requiere llevar a cabo la validez de constructo con análisis de factores y la validez predictiva.

Aplicar el Instrumento para los fines y sujetos que fue desarrollado, porque la posible relación existente entre uso de los medios N.0 (redes sociales, celular, videojuegos); actitudes de los adolescentes hacia los medios N.0; estilos de vida (hábitos de alimentación, actividad física), debe ser abordada de manera metacéntrica.

La aplicación de este instrumento es posible que traiga como beneficio la prevención y detección de las actitudes de los adolescentes inadecuadas hacia los medios N.0, puesto que es una situación frecuente y común en nuestra sociedad en especial hacia los cambios en estilos de

vidas, de esta forma se implementarían programas que prevengan los problemas de salud que pueden acarrear el uso desmedido de medios N.0.

Instrumento:

**INSTRUMENTO SOBRE LAS ACTITUDES DE LOS ADOLESCENTES HACIA LOS MEDIOS N.0
(REDES SOCIALES, CELULAR Y VIDEOJUEGOS) Y SU INFLUENCIA EN LOS ESTILOS DE VIDA
(HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA)**

Fecha: _____ Código: _____

Instrucciones generales:

- a) Complete toda la información solicitada.
b) Marque con una equis (X) o escriba, según corresponda.

1. Datos demográficos

1.1 Nombre de la Institución Educativa:	1.2. Tipo de Institución: Pública Privada	1.3. Año que cursa: _____
1.4. Sexo: Masculino Femenino	1.5. Edad (años cumplidos)	
1.6. Tipo de Familia: Nuclear Extensa Uniparental (presencia solo del padre o madre)		

2. Escala de Graffar

2.1. Profesión del jefe de familia	2.2. Nivel de instrucción de la madre	2.3. Fuente de ingreso familiar	2.4. Tipo de vivienda
1. Universitario	1. Universitario	1. Fortuna Heredada	1. Mansión o Pent-house
2. Técnico Superior (Graduado Politécnica)	2. Técnico Superior o Secundaria Completa	2. Honorarios Profesionales	2. Quinta o Apartamento
3. Técnico Inferior (No Graduado, INCE)	3. Secundaria Incompleta	3. Sueldo Mensual	3. Casa o Apartamento con buenas condiciones sanitarias
4. Obrero Especializado (Plomero, Carpintero)	4. Primaria o Alfabeta	4. Salario Semanal	4. Vivienda de interés social con déficit de algunas condiciones sanitarias
5. Obrero No Especializado	5. Analfabeta	5. Donaciones	5. Rancho o casa de vecindad

3. Antecedentes familiares

3.1. Obesidad: Si No	3.2. Hipertensión arterial: Si No	3.3. Diabetes: Si No
3.4. Infarto: Si No	3.5. Dislipidemia (retención de lípidos): Si No	3.6. Asma: Si No
3.7. Otros (señale):		

4. Información de Salud

4.1. Peso (Kg): _____	4.2. Estatura (m): _____	4.3. Índice de Masa Corporal: _____	4.4. Circunferencia abdominal: _____
4.5. ¿Presenta alguna enfermedad en la actualidad? Si ___ No ___ ¿Cuál o cuáles?			
4.6. ¿Hace alguna actividad física? Si ___ No ___ En caso afirmativo, señale las 3 principales actividades físicas que realiza: a) _____ b) _____ c) _____ Tiempo de la actividad física (minutos) _____ N° de veces por semana _____			
4.7. Señale las comidas que realiza durante el día: Desayuno Almuerzo Merienda Cena			
4.8. Se alimenta en las horas recomendadas (Ejemplo: Almuerzo a las 12 del mediodía) Si ___ No ___			

5. Información sobre los medios de comunicación N.0

5.1. Redes sociales virtuales

5.1.1. ¿Utiliza redes sociales virtuales? Si ___ No ___ En caso afirmativo:
5.1.2. ¿Cuáles redes sociales utiliza? Facebook Twitter Instagram YouTube Otra (señale) _____
5.1.3. ¿Cuánto tiempo utiliza Facebook? N° de horas por día _____ N° de veces por día _____
5.1.4. ¿Cuánto tiempo utiliza Twitter? N° de horas por día _____ N° de veces por día _____
5.1.5. ¿Cuánto tiempo utiliza Instagram? N° de horas por día _____ N° de veces por día _____
5.1.6. ¿Cuánto tiempo utiliza YouTube? N° de horas por día _____ N° de veces por día _____
5.1.7. ¿Cuánto tiempo utiliza otra red social? N° de horas por día _____ N° de veces por día _____

5.2. Videojuegos

5.2.1. ¿Juega con alguna consola de mesa? Si ___ No ___ En caso afirmativo: N° de horas por día _____ N° de veces por semana _____

5.2.2. ¿Cuál (es) consola (s) de mesa usa? Playstation Xbox 360 Nintendo 64 Nintendo Game Cube
5.2.3. ¿Juega en el computador? Si No N° de horas por día N° de veces por semana
5.2.4. ¿Usa el computador para jugar vía online? Si No
5.2.5. ¿Juega en alguna consola que detecta movimiento? Si No ¿Cuál consola que detecta movimiento usa? Wii Xbox One Otra (señale): N° de horas por día N° de veces por semana
5.2. 6. ¿Juega en alguna consola portátil? Si No ¿Cuál Consola Portátil usa? DS PSP PSPVita GameBoy N° de horas por día N° de veces por día
5.2.7. ¿Tiene tablet? Si No ¿Desde qué edad? N° de horas por día N° de veces por semana

5.3. Celular

5.3.1. ¿Tiene celular?: Si No En caso afirmativo: ¿Desde qué edad? ¿Tipo de celular que usa? Táctil Teclas
5.3.2. ¿Con qué frecuencia utiliza el celular? N° de horas por día N° de veces por día
5.3.3. ¿Utiliza WhatsApp? Si No N° de horas por día N° de veces por día
5.3.4. ¿Utiliza redes sociales en el celular? Si No N° de horas por día N° de veces por día

6. Información sobre las actitudes ante los medios de comunicación N.0

Opciones de selección

1 = Completamente en desacuerdo.	2 = Moderadamente en desacuerdo.	3 = Ligeramente en desacuerdo.
4 = Ligeramente de acuerdo.	5 = Moderadamente de acuerdo.	6 = Completamente de acuerdo.

Ítems: Marque con una X la opción que exprese su opinión

	1	2	3	4	5	6
6.1. Considero que las funciones de las redes sociales resultan útiles para mí						
6.2. Usar las redes sociales favorece la interacción con otros usuarios						
6.3. Usar las redes sociales permite acceder a mucha información						
6.4. En general, encuentro las redes sociales de gran utilidad						
6.5. La interacción con las redes sociales es clara y comprensible						
6.6. Es divertido participar en las redes sociales						
6.7. Estoy de acuerdo con la existencia de redes sociales						
6.8. Es agradable conectarse a las redes sociales						
6.9. Utilizar las redes sociales me parece una idea positiva						
6.10. Conozco los riesgos que implica el uso de redes sociales						
6.11. Considero que los videojuegos resultan útiles para mí						
6.12. Usar los videojuegos favorece la interacción con otros usuarios						
6.13. Usar los videojuegos permite acceder a mucha información						
6.14. En general, encuentro los videojuegos de gran utilidad						
6.15. La interacción con los videojuegos es clara y comprensible						
6.16. Es divertido participar en los videojuegos						
6.17. Estoy de acuerdo con la existencia de los videojuegos						
6.18. Es agradable conectarse a los videojuegos						
6.19. Utilizar los videojuegos me parece una idea positiva						
6.20. Conozco los riesgos que implica el uso de los videojuegos						
6.21. Considero que las funciones de los celulares resultan útiles para mí						
6.22. Usar los celulares favorece la interacción con otras personas						
6.23. Usar los celulares permite acceder a mucha información						
6.24. En general, encuentro el celular de gran utilidad						
6.25. La interacción con los celulares es clara y comprensible						
6.26. Es divertido participar en los celulares						
6.27. Estoy de acuerdo con la existencia de los celulares						
6.28. Es agradable conectarse a los celulares						
6.29. Utilizar los celulares me parece una idea positiva						
6.30. Conozco los riesgos que implica el uso de los celulares						

7. Actitudes sobre el uso de los medios N.0 en la vida diaria

7.1. Durante la semana realiza otras actividades Si No ¿Cuál o cuáles? Caminar Paseos Compartir con la familia Trotar Salidas con amigos Otra: (señale)
7.2. Tiene algún hobby: Si No ¿Cuál o cuáles? Leer Manualidades Bailar Música Dibujar Otro (señale)

7.3. ¿Qué piensa hacer luego de culminar el Bachillerato? Estudiar Trabajar No tengo idea	
7.4. ¿Cuántas horas duerme por noche? _____	7.5. Cuando no puede conciliar el sueño utiliza: Redes Sociales Celular Video Juegos Ninguno
7.6. Considera que pierde la noción del tiempo cuando está usando: Redes sociales Video Juegos Celular Ninguno	
7.7. Cuando está en alguna actividad ¿piensa en las redes sociales? Si No En caso afirmativo, señale durante qué tipo de actividades piensa en las redes sociales: Estudiando Deportes Salidas con amigos Comiendo Reunión Familiar	
7.8. Su representante se molesta o queja por el uso de: Redes sociales Si No Video Juegos Si No Celular Si No	
7.9. ¿Miente a su representante o padres sobre el tiempo que usa las redes sociales? Si No	
7.10. ¿Cómo se siente cuando usa redes sociales? Regular Bien Relajado Tranquilo En paz Irritable Triste Vacío Estresado Rabioso	
7.11. ¿Cómo se siente cuando no usa redes sociales? Regular Bien Relajado Tranquilo En paz Irritable Triste Vacío Estresado Rabioso	
7.12. ¿Cómo se siente cuando usa el celular? Regular Bien Relajado Tranquilo En paz Irritable Triste Vacío Estresado Rabioso	
7.13. ¿Cómo se siente cuando no usa el celular? Regular Bien Relajado Tranquilo En paz Irritable Triste Vacío Estresado Rabioso	
8. Conocimiento de las implicaciones de los medios N.0 sobre la salud	
Opciones de selección	
1 = Ninguna.	2 = Algunas.
3 = Muchas.	
Ítems	1 2 3
8.1. Conozco las implicaciones que tiene sobre la salud el uso de celular	
8.2. Conozco las implicaciones que tiene sobre la salud el uso de redes sociales	
8.3. Conozco las implicaciones que tiene sobre la salud el uso de videojuegos	
8.4. Señale 5 implicaciones negativas que tienen sobre la salud el uso de redes sociales, celulares y videojuegos	
a) _____	b) _____
d) _____	e) _____

Referencias:

Aguado-Terrón, J. y Martínez-Martínez, I. (2009). De la Web social al Móvil 2.0: el paradigma 2.0 en el proceso de convergencia mediática de la comunicación móvil. *El profesional de la información*, 18 (2), 155-161.

Aiken, L. (2003). *Test psicológicos y evaluación* (11a Ed.). México D.F.: Pearson Educación.

Chipia, J. (2013). Redes sociales virtuales para la educación y el cambio de ocio digital al ocio productivo. *Eduweb*, 7 (1), 129-140.

Corral, Y. (2009). Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos. *Revista Ciencias de la Educación*, 19 (33), 228-247.

Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95

- Entertainment Software Association (2015). *2015 sales, demographic and usage data essential facts about the computer and video game industry*. Washington: Autor.
- Etxeberria, F. (2008). Videojuegos, consumo y educación. *Revista Electrónica Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*, 9 (3), 14-28.
Recuperado de:
http://campus.usal.es/~teoriaeducacion/rev_numero_09_03/n9_03_etxeberrria.pdf
- Facebook (2015). *Company Info: Facebook Newsroom*. Recuperado de:
<http://newsroom.fb.com/company-info/>
- Guerra, C., Vila, J., Apolinaire, J., Cabrera, A., Santana, I. y Almaguer P. (2009). Factores de riesgo asociados a sobrepeso y obesidad en adolescentes. *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos Medisur*, 7(2) 25-34
- Hernández, F. (2014). Uso e integración de las TIC en dos servicios de salud de bienestar universitario. *Hacia la promoción de la salud*, 19(1), 99-113.
- Hernández, R. (2011). *Instrumentos de recolección de datos en ciencias sociales y ciencias biomédicas*. Mérida: Consejo de Publicaciones de la Universidad de Los Andes.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6a. Ed.). México D. F.: Mc Graw Hill.
- Imaña, T. (2008). Facebook, tejiendo la telaraña de las redes sociales. *Razón y Palabra*, 13 (1), mayo-junio.
- Kickbusch I. (1986). Life-styles and health. *Social Science & Medicine*, 22(2), 117-24.
- International Telecommunication Union (2016). Medición del desarrollo de las TIC: Nuevas tendencias, nuevos desafíos. *UIT*, 2016 (1), 3-7.

- Lalonde, M. (1981). *A new perspective on the health of Canadians*. Ottawa: Minister of Supply and Services Canadá.
- Lorenzo-Romero, C., Gómez-Borja, M.A. y Alarcón-del-Amo, M.C. (2011). Redes sociales virtuales, ¿de qué depende su uso en España? *INNOVAR*, 21(41), 145-157.
- Organización Mundial de la Salud (2014). *Actividad física*. Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>
- Organización Mundial de la Salud (2015). *Obesidad y sobrepeso*. Recuperado: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
- Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Real Academia Española* (22a. Ed). Madrid: Espasa.
- Rial, A., Gómez, P., Varela, J. y Braña, T. (2014). Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de Psicología*, Mayo-Agosto, 642-655.
- We Are Social (2016a). *Digital in 2016*. London: Autor. Recuperado de: <http://www.slideshare.net/wearesocialsg/digital-in-2016>
- We Are Social (2016b). *2016 Digital Yearbook*. London: Autor. Recuperado de: <http://www.slideshare.net/wearesocialsg/2016-digital-yearbook>
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.
- Zapata, A. y Labrador, E. (2011). Desarrollo de una escala de actitudes hacia redes sociales en selección de personal. *Revista Iberoamericana De Psicología: Ciencia y Tecnología*, 4(2), 35-40.