



ANIVERSARIO

ISSN: 0798-1171 e-ISSN: 2477-9598

Depósito legal pp. 197402ZU34

Esta publicación científica en formato digital  
es continuidad de la revista impresa



# REVISTA DE FILOSOFÍA

Centro de Estudios Filosóficos  
"Adolfo García Díaz"  
Facultad de Humanidades y Educación  
Universidad del Zulia  
Maracaibo - Venezuela

**EDICIÓN  
ESPECIAL  
Nº2 - 2022**

**Revista de Filosofía**

Vol. 39, Edición Especial N°2, 2022, pp. 574-586

Universidad del Zulia. Maracaibo-Venezuela

ISSN: 0798-1171 / e-ISSN: 2477-9598

**Regulación emocional por excesiva conectividad a internet y vulnerabilidad del adolescente en el Perú**

*Emotional Regulation due to Excessive Internet Connectivity and Vulnerability of Adolescents in Peru*

**Edgar Melendres García**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3317-7705>

Universidad Nacional Mayor de San Marcos – Lima - Perú

[edgar.melendres@unmsm.edu.pe](mailto:edgar.melendres@unmsm.edu.pe)

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7314816>

**Resumen**

El internet es el desarrollo tecnológico más usado por los seres humanos, debido a que facilita la comunicación en los procesos sociales y productivos, sin embargo, el uso inadecuado puede ocasionar problemas de salud condicionados por factores asociados a la intensidad de uso y tipos de contenido. Por ello, esta investigación cualitativa-fenomenológica procura contrastar la regulación emocional de la conectividad y factores de vulnerabilidad ante *ciberabusos* del adolescente en Perú. Del resultado se tiene, que la existencia de regulación emocional –sobre todo parental- permite identificar predictores de significancia que conducen a combatir la adicción, implicando disminución de la exposición a factores riesgos que potencialmente condicionaría la vulnerabilidad del adolescente ante el *ciberbullying*, *grooming*, *sexting*, *phishing*, entre otros que pudiesen impactar negativamente el desarrollo de la personalidad. Se proponen formas alternativas de condicionamiento mental como vía para contrarrestar los tiempos de exposición a la red.

**Palabras clave:** vulnerabilidad; uso del internet; adolescente; Perú; regulación emocional.

Recibido 04-08-2022 – Aceptado 22-10-2022

**Abstract**

The internet is the technological development most used by human beings, since it facilitates communication in social and productive processes, however, inappropriate use can cause health problems conditioned by factors associated with the intensity of use and types of content. Therefore, this qualitative-phenomenological research seeks to contrast the emotional regulation of connectivity and vulnerability factors for adolescent cyber abuse in Peru. The result shows that the existence of emotional regulation -especially parental- allows us to identify significant predictors that lead to fighting addiction, implying a decrease in exposure to risk factors that would potentially condition the adolescent's vulnerability to cyberbullying, grooming, sexting, phishing, among other that could negatively impact the

development of personality. Alternative forms of mental conditioning are proposed as a way to counteract the times of exposure to the network.

**Keywords:** vulnerability; internet use; adolescent; Peru; emotional regulation.

## Introducción

La tecnología comunicacional se ha convertido en la base sólida del crecimiento y desarrollo humano, es por ello, que el uso del internet se ha incrementado a nivel gubernamental, empresarial, educativo, en hogares y hasta en uso comunitario. Sin embargo, a la par del beneficio social y económico ha sido también de uso problemático, pues ha traído adicción entre usuarios, condicionado por su aplicación intensiva, generando consecuencias negativas a nivel físico, emocional, social y funcional<sup>1</sup>. Este uso excesivo, masivo y muchas veces adictivo ha traído consecuencias en el desarrollo de la personalidad en adolescentes en muchos países y sobre todo en Latinoamérica, estos hechos no han sido estudiados nosológicamente a profundidad, es decir, no han sido descritos, caracterizados y clasificado como una patología que requiere con urgencia atención médica y psicológica<sup>2</sup>.

Por otro lado, en países como Perú los factores psicosociales asociados a la actividad de internet y sus potenciales regulaciones familiares en especial de jóvenes adolescentes, solo ha sido objeto de estudios e investigaciones por expertos en la materia, básicamente ejecutados en universidades, en este sentido, en el país aún falta mucho camino por recorrer en materia de salud mental, física y en aspectos relacionados con legislación asociada al tema de adictividad de adolescentes a internet. Un dato importante es que el 78.1% de personas en el mundo utiliza internet a diario, de este el 89,8% lo usa para comunicarse por correo y a nivel de Latinoamérica un 7,6% de personas están en riesgos o son vulnerables a la *ciberadicción* solo en redes sociales<sup>3</sup>. Este indicador en el Perú está muy cercano a la media latinoamericana, para el año 2021 un 65,7% de menores entre 6 y 17 años accedió a internet<sup>4</sup>. Por lo antes expuesto, esta investigación procura contrastar las regulaciones emocionales de adictividad a internet y sus consecuencias en los adolescentes en el país, proporcionando de

---

<sup>1</sup> Moreno, M. A., Jelenchick, L. A., & Christakis, D. A. (2013). Problematic internet use among older adolescents: A conceptual framework. *Computers in Human Behavior*, 29 (4): 1879–1887. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.01.053>, p. 1879

<sup>2</sup> Arrivillaga, C., Rey, L. & Extremera, N. (2021) Perfil emocional de adolescentes en riesgo de un uso problemático de internet. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(1): 47-53. DOI: 10.21134/rpcna.2021.08.1.6

<sup>3</sup> Alarcón-Allaín, G. & Salas-Blas, E. S. (2022) Adicción a redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior técnica. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 22(1): 152–166. DOI: <https://doi.org/10.21134/haaj.v22i1.640>

<sup>4</sup> Instituto Nacional de Estadística e Informática, INEI (2022) Estudio sobre conectividad a la red, Gobierno del Perú.

esta manera estrategias de regulación emocional, como factor crítico para atenuar la vulnerabilidad asociada. La metodología empleada se basó en el análisis de las variables bajo el enfoque hermenéutico de tipo documental, fundamentada en el análisis comparativo, crítico y reflexivo de la fenomenología.

### **Conectividad de jóvenes adolescentes en Perú**

La conectividad a internet en América Latina, estuvo marcada en los últimos años por un aumento de servicios y usuarios debido a la pandemia del Covid-19, inicialmente se produjo un impacto económico negativo, pues los modos de producción de bienes y servicios estuvieron parcialmente cerrados por la cuarentena, aplicada en pluralidad de formas en los países de la región, sin embargo, el uso de internet se vio incrementado precisamente por el cambio de paradigma de modos de adquisición de bienes y servicios necesarios para la subsistencia. Surge entonces el *delivery*, manteniéndose como una modalidad práctica de adquisición de productos, para generar la oportunidad de poner en marcha efectiva los protocolos sanitarios de bioseguridad. Esta condición provocó el aumento de la dependencia del internet en todos los segmentos de grupos etarios del mundo y la región no escapó a ello. La situación sanitaria plantea de manera inusitada, que no solo la compra de bienes y servicios dependieran de la red, también, el teletrabajo, el e-learning o educación a distancia y el incremento excesivo de conectividad de niños y adolescentes para entretenimiento.

La masificación del internet y su consecuente uso en adolescentes, interpuso el surgimiento de nuevas formas de relacionamiento social, crecimiento en la búsqueda de contacto social, organizacional y productivo, también propició una nueva visión del desarrollo humano, pues los contenidos para aprendizaje suponen tener conectividad, por lo que la educación y el desarrollo profesional cambió el enfoque tradicional de lectura de textos y se dirigió a la lectura electrónica y auditiva<sup>5</sup>. La misma forma de conectividad a internet ha evolucionado y cambiado vertiginosamente, en su reminiscencia solo era posible en computadoras, mientras que en la actualidad se ejecuta en gran porcentaje en dispositivos móviles, como el teléfono o *smartphones* y tabletas, con un mayor uso en el primero. Esta facilidad de posesión condicionó la aparición y crecimiento acelerado de las redes sociales que provocaron la conectividad global en tiempo real, suponiendo mayor gratificación y facilidad en el manejo para los usuarios.

Como complemento, el crecimiento del sector comunicación de la economía antes del evento sanitario venía marchando de manera exitosa, según el CEPAL para finales del año 2020 en Latinoamérica mantuvo un repunte significativo, donde la infraestructura en materia de telecomunicaciones y conectividad digital fue un sector privilegiado y marcó la pauta en ascenso, a la vez se mejoró la calidad del servicio<sup>6</sup>. La tecnología de internet se ha

---

<sup>5</sup> Esteves-Fajardo, Z. I., Garcés-Suárez, E. M., & Solís-Sierra, M. N. (2021). Globalización del saber: Nuevas formas de escritura determinadas por los medios digitales. *Revista de Filosofía*, LUZ, 38(99): 504 - 516. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5662731> , p. 572

<sup>6</sup> Agudelo, M., Eduardo Chomali, E. & Suniaga, J. (2020) Las oportunidades de la digitalización en América Latina frente al Covid-19. CEPAL, p. 2.

convertido en un recurso básico, importante y necesario en cada gobierno, organización y hogar, esta facilita la comunicación entre pares, produce el crecimiento de organizaciones y el entretenimiento en hogares, este último, muy utilizado por adolescentes y jóvenes contemporáneos. Su uso es tan frecuente, intensivo y recurrente, que los términos utilizados comúnmente para caracterizar la acción son, abuso y uso desadaptativo del internet<sup>7</sup>. Los estudios realizados en Europa indican que el mayor uso en materia de entretenimiento es en individuos entre 9 y 17 años de edad, en el continente son diferenciadas las formas de regulación familiar, siendo Alemania y Francia los países con más restricciones, sobre todo en las redes sociales<sup>8</sup>.

En Perú, según cifras oficiales para el tercer trimestre del año 2021 el 55% de los hogares cuentan con internet, siendo la edad promedio de inicio de la conectividad a los 6 años, además cuenta con un crecimiento interanual de acceso a internet de 5,6% en último trimestre del año 2021, por otro lado, en los primeros tres meses del 2022, 73 de cada 100 personas de 6 y más años de edad accedieron a internet en el país, también indica el estudio que al menos un 94% de los hogares por lo menos un miembro de la familia posee un teléfono inteligente<sup>9</sup>. Estos datos convierten al país en una potencial sociedad para relacionarse a través de las redes, localizar contenidos y usar como herramienta de entretenimiento, permitiendo se incremente cada vez más su uso, sobre todo a través de dispositivos móviles –teléfono- siendo los adolescentes quienes acceden con mayor frecuencia, ocupando más horas diarias conectados buscando nuevas sensaciones y gratificaciones de uso del internet<sup>10</sup>. Estas estadísticas son indicadores tecnológicos que tiene un impacto social en los jóvenes adolescentes, pues estos representan población de alto riesgo, por estar propensos a abusos digitales, observancia de contenidos no aptos y a la adicción al internet.

Si bien son inciertas las cifras de jóvenes adolescentes que tiene adicción a internet en el Perú, las mismas pueden estar cercanas al promedio global de 2.6%, estos son indicadores críticos a estudiar, ya que la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo de la personalidad del individuo, en esta edad se alcanza la madurez cognitiva con el análisis de situaciones bajo razonamiento, por ello, es importante el manejo adecuado del internet, bajo el enfoque de motores de búsqueda para la construcción de contenidos educativos, entretenimiento sano y aspectos relacionados con la búsqueda curiosa de datos necesarios para mejorar la productividad. Es necesario que la sociedad peruana, a través de la familia

---

<sup>7</sup> Cebollero, A., Cano, J. & Orejudo, S. (2021) Abuso de Internet y adolescentes: gratificaciones, supervisión familiar y uso responsable. Implicaciones educativas y familiares. *Digital Education Review*, 39, 42-59. DOI: <https://doi.org/10.1344/der.2021.39.>, p. 44.

<sup>8</sup> *Ibíd.*, p. 45.

<sup>9</sup> Instituto Nacional de Estadística e Informática, INEI, ob. cit.

<sup>10</sup> Estrada-Araoz, E., Zuloaga-Araoz, M., Gallegos-Ramos, N. & Mamani-Uchasara, H. (2021) Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Rev. AVFT*, 40(1): 74-80. DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675699> , p. 75.

ejecute medidas reguladoras, ante el crecimiento del uso adictivo del internet por adolescentes observado en los últimos años. Esta etapa de la vida tiene una trascendencia social en lo colectivo e individual, representa la interdependencia social y creación del capital relacional, son premisas que condicionarán a los ciudadanos, ya que estos individuos en formación representan el futuro del país, allí se inserta la importancia de manejar adecuadamente el tema<sup>11</sup>.

También es cierto que la internet en Perú, como el en resto del planeta, ha permitido al adolescente un mayor crecimiento para el manejo de la era digital, explorando su personalidad y estableciendo patrones de diferenciación, a la par del autodesarrollo cognitivo, que lo incorporan a las nuevas tendencias globales de manejo social, que hoy día se ejecuta a través de redes, aplicaciones específicas y otras formas de producción y *marketing* digital. Esto supone, el manejo con mucho tacto y el establecimiento de restricciones dentro del seno de la familia en el uso de la red por los adolescentes, las cuales deben establecerse como normas parentales<sup>12</sup>. Es prácticamente un debate dialógico el uso del internet en adolescentes, por una parte, representa un enorme desafío, al tratarse del crecimiento psicosocial y de la personalidad que impacta en el desarrollo emocional del joven o permitir que sean ellos mismos, los que exploren el mundo de posibilidades infinitas que ofrece el internet para aprender información necesaria y pertinente con su educación.

Perú como país firmante de la Agenda 2030, tiene como meta en base a uno de los objetivos de desarrollo sostenible, lograr superar las desigualdades en el acceso a internet, en este sentido, a pesar que en el país para el año 2018 solo el 79% mantuvo acceso a la red, números que están situados dentro del umbral clasificatorio de buena prevalencia, sobre todo si consideramos que, entre el grupo etario de 6 a 18 años mantuvo un uso de internet del 79,8%, disminuyendo su uso de acuerdo a la edad hasta llegar al grupo etario de adultos mayores que solo mantuvo una prevalencia de 16,2%, indicando esto, una diferenciación pronunciada<sup>13</sup>. Con estos números la nación presenta una cobertura de uso de internet, que requiere mayor atención desde el punto de vista cuantitativo, del tipo de contenido y de calidad de interconexión, pues se observa en los últimos años, un crecimiento estadístico en el segmento de adolescentes, siendo estos los que mayoritariamente manejan las redes sociales, para efectos de comunicación entre pares, para entablar conversaciones digitales,

---

<sup>11</sup> del Barrio Fernández, Á. & Ruiz-Fernández, I. (2014) Los adolescentes y el uso de las redes sociales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1): 571-576. <https://core.ac.uk/download/pdf/72044509.pdf>, p. 572

<sup>12</sup> Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiná, M. & Vinas-Poch, F. (2018) Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar, Revista Científica de Educomunicación*, 26(56): 101-110. DOI: <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>, p. 103.

<sup>13</sup> Flores, J., Hernández, R. & Garay-Argandoña, R. (2020) Tecnologías de información: Acceso a internet y brecha digital en Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90): 503-519. LUZ, Venezuela. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559007>, p. 507.

presentar post o interrelacionarse en situaciones sucedidas en tiempos real, mientras que el uso de la red en los adolescentes para atender requerimientos educativos es muy bajo<sup>14</sup>.

Existen diferentes herramientas tecnológicas digitales para el acceso a internet, desde computadores de escritorio personales, tabletas, dispositivos de búsqueda de música, teléfonos inteligentes, consolas de videos juegos en línea, entre otros, los adolescentes muestran mayor interés por el uso de teléfonos y consolas de video juegos, el primero, para conectarse a través de redes sociales y el segundo, para entretenimiento en línea. El uso de estos dispositivos está cobrando un auge sin precedente en el mundo, hasta el punto de que la tecnología incluye una variedad de aplicaciones, que en realidad la función «comunicación telefónica» se está quedando atrás, y la interacción como entretenimiento y medio para explorar y aprender a través de aplicaciones y juegos se plantea como un objetivo prioritario<sup>15</sup>. Tanto así, que una investigación realizada en Lima Metropolitana y Arequipa para determinar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria mostró que un 81% presenta un nivel alto y medio de adicción, complementada con obsesión, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales<sup>16</sup>.

Pero en el Perú, no todo es conectividad total a internet, el país presenta una marcada diferenciación en acceso a las redes digitales, debido a los problemas sociales que enfrenta la economía, siendo uno de los mayores problemas la no tenencia de recursos económicos para recargar el saldo telefónico que, al no hacerlo recurrentemente, se limita el uso de las redes sociales y navegación por internet, esto es típico en zonas suburbanas y rurales. Traslándonos a otro aspecto de la descripción planteada, las múltiples desventajas y riesgos que corren los adolescentes en el Perú con el uso no supervisado de la red, según UNICEF, estos se pueden conceptualizar como: la utilización indebida de la información privada, el acceso a contenidos perjudiciales y exposición al acoso cibernético<sup>17</sup>. Otra alerta que representa un riesgo social para los adolescentes adictos al internet es que este grupo constituyen un sector que entabla pocas relaciones sociales con sus pares, solo lo hace de

---

<sup>14</sup> Adicionalmente el autor expresa...“*Las denominadas tecnologías digitales tienen significado cuando los individuos puedan hacer uso de las mismas de manera interconectada, es decir cuando accede a internet y con ello aprovechar dicho recurso en función de su realidad y requerimientos; por ello se deben de generar una serie de políticas y medidas económicas que tiendan a revertir el proceso de estática respecto al acceso a internet y en especial del equipamiento, en relación a la mejora o renovación de los mismos en la población...*” (Ibid., p. 517.)

<sup>15</sup> Rodado, Z., Jurado, L. & Giraldo, S. (2021) Uso excesivo de las redes sociales en adolescentes de 10 a 14 años. Un riesgo latente de la nueva era. *Revista Estudios Psicológicos*, 1(1): 33-49. DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2021.01.003>

<sup>16</sup> Carrasco-Riveros, T. & Pinto-Chávez, M. (2021) Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa. Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Escuela de Posgrado, Lima, p. 4

<sup>17</sup> UNICEF (2017) «Unicef pide proteger a los niños en el mundo digital al tiempo que se mejora el acceso a internet de los más desfavorecidos». <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/unicef-pide-proteger-los-ninos-en-el-mundo-digital-al-tiempo-que-se-mejora-el>

manera virtual, lo que convierte al individuo que está en pleno desarrollo emocional en tecnológicamente conectado, pero socialmente desconectado.

### **Factores de vulnerabilidad a la adicción a internet en los adolescentes**

La fase de desarrollo de la personalidad en un adolescente es una etapa crítica, pues, estos se enfrentan a grandes desafíos que comúnmente son campos desconocidos en lo social, afectivo y cognitivo, la ayuda y supervisión familiar es prioridad en esta etapa, por ello, el acompañamiento de los seres más cercanos hace más viable el desarrollo normal de la personalidad. Si durante la adolescencia los individuos no son orientados, corren riesgo psicosocial, poniendo en peligro la personalidad futura<sup>18</sup>. Estos momentos críticos son los espacios adecuados para la construcción conjunta de normas de aplicación en conjunto para el surgimiento de una personalidad adecuada que lo insertará en el medio social en la etapa de adultez. Es conveniente que el grupo familiar recree condiciones de uso del internet, video juegos y redes sociales, con estrategias que conduzcan a reconocer que el uso adictivo puede ser peligroso para el adolescente, pues, esta etapa de desarrollo individual es una forma de encubrir la depresión, la soledad, la falta de afectividad y comportamiento violento o agresivo propios de la pubertad.

Se debe reconocer que el internet es parte importante de los individuos, sin diferenciar las edades de los mismos, sobre todo las redes sociales, que representan la nueva forma de relacionamiento social, aunado a esto, son de fácil uso para efectos de comunicación a través del intercambio de mensajes o de explorar otras experiencias con personas dentro del espectro cultural propio y también de otras latitudes y culturas. En definitiva, el adolescente se siente muy gratificado con la navegación en internet, videojuegos *online* y el manejo de redes sociales que actualmente están en el mercado como, *Google, YouTube, Facebook, Instagram, WhatsApp, Telegram, Tik Tok*, entre otras. Ciertamente, el internet ha sido un extraordinario, rápido y efectivo mecanismo de comunicación que ha agilizado y simplificado diversos procesos sociales y económicos, sin embargo, su uso excesivo amerita cuidados superiores, pues es causante de trastornos físicos y de la personalidad en el practicante, cuando se origina adicción y dependencia<sup>19</sup>. El manejo intensivo y adictivo del internet pudiese explicarse mediante la Teoría de Usos y Gratificaciones, donde el individuo requiere estar activo en la interacción con los medios masivos, ya que utiliza los contenidos para satisfacer sus necesidades de aprendizaje y entretenimiento.

Aunque el uso de las redes sociales y la navegación es de aplicación bidireccional, un mejor y mayor conocimiento del perfil psicosocial del adolescente, puede ser útil para

---

<sup>18</sup> Campos-Cornejo, L. (2015) Prototipos de personalidad, preocupaciones expresadas y síndromes clínicos en adolescentes de zonas marginales de la ciudad de Huánuco, 2015. *Investigación Valdizana*, 9(1): 37-42. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=586061449007>

<sup>19</sup> Chauhan, V., Kaur-Buttar, B. & Singh, R. (2017). Internet Addiction among Adolescents. *International Journal of Trend in Scientific Research and Development (IJTSRD)*, 1(6): 394-398. @www.ijtsrd.com, p. 397

comprender la adicción y emprender el desarrollo de una estrategia para la regulación de las actividades digitales intensivas<sup>20</sup>. Por ejemplo, el ambiente familiar puede representar un contexto social para la adicción a los videojuegos, puestos que los padres juegan un rol permisivo y hasta de soporte económico para la participación intensiva en estos, este ambiente colaborativo parental genera transformación de la conducta del adolescente, ya que involucra procesos **mentales que producen un aumento en las habilidades y destrezas para la actividad digital** recreativa<sup>21</sup>. En Perú, la composición psicosocial de la familia es compleja, es muy variada y está vinculada a la pluri y multiculturalidad existente en el país<sup>22</sup>, también por las condiciones socioeconómicas muy estratificadas, esto supone, un espectro de factores psicosociales variados y bien marcados del adolescente que sugiere diferencias sustanciales.

Uno de los riesgos a los cuales están sometidos los adolescentes en internet, es el acoso cibernético, el cual está considerado como un problema creciente y la exposición a este, genera al individuo en desarrollo, entrar al espacio de riesgos y por tanto a vulnerabilidad. A juicio de muchos expertos la adicción está vinculada a la autodefensa social, debido a la no protección parental, lo cual es común en la sociedad peruana. La adicción patológica trae como consecuencias, estados de ansiedad, momentos recurrentes de depresión, irritabilidad, agresividad y aislamiento social que separan al adolescente de las relaciones familiares y al ambiente escolar. Por ello, se debe reconocer la importancia del internet, sin embargo, el uso en menores debe ser manejado y supervisado, debido a que estas herramientas tecnológicas son necesarias para el desarrollo intelectual durante la formación educativa, por lo que su uso de forma consciente y controlada trae beneficios al adolescente<sup>23</sup>.

Otro aspecto importante a destacar es el tipo de contenido al que se exponen los adolescentes, dependiendo de este, el uso intensivo y adictivo de internet pudiese afectar el sistema cognitivo, por lo que el desarrollo cerebral estaría sometido a tensiones que impactan negativamente las conexiones neuronales<sup>24</sup>. Estas aseveraciones permiten explorar las características de las afectaciones del uso de internet intensivo, pudiendo incidir en tres aspectos fundamentales, la cognición social, la capacidad de atención y la memoria.

---

<sup>20</sup> Carrascosa, L., Cava, M., & Buelga, S. (2018). Perfil psicosocial de adolescentes españoles agresores y víctimas de violencia de pareja. *Universitas Psychologica*, 17(3), 1-10. DOI: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.ppaep>, p. 2

<sup>21</sup> Borisovna-Serguienko, K. (2018). Percepción del clima familiar y comportamiento psicosocial en un grupo de adolescentes con uso problemático de videojuegos. [*Tesis de Maestría*] Universidad Cayetano Heredia, Perú, p. 17

<sup>22</sup> Ídem.

<sup>23</sup> Esteves, Garcés & Solís, ob. cit., p. 515.

<sup>24</sup> Firth, J., Torous, J., Stubbs, B., Firth, J. A., Steiner, G., Smith, L., Alvarez, M., Gleeson, J., Vancampfort, D., Armitage, C. & Sarris, J. (2019). The "online brain": how the Internet may be changing our cognition. *World Psychiatry*, 18(2): 119-129. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.20617> p. 119

Esto supone cambios importantes en las prácticas sociales como recurrencia prejuiciosa de las redes sociales y el uso de navegadores para localizar contenidos perjudiciales. Estas pautas sociales marcan un ritmo de conducta inapropiada, afectando la personalidad y a la vez ejerciendo una continua negación ante las acciones de regulación, provocando en algunos casos la sustitución de la civilidad por la violencia<sup>25</sup>.

Como se mencionó anteriormente las prácticas comunes en adolescentes son, interactuar en videos juegos, navegación en páginas web y uso de redes sociales, que muchos de ellos, lo ejecutan a partir de la media noche como estrategia para evitar la supervisión. Esta frecuente acción de amanecer conectado produce trastornos del sueño en edad temprana, esto sugiere aún más, mecanismos de supervisión parental para evitar esta práctica en este uso problemático del internet, ya que el adolescente está expuesto a situaciones peligrosas de riesgos, como, contenidos abusivos o perjudiciales que afectarían aún más el estado conductual y emocional típico de este grupo etario. Otras prácticas comunes que ocurren a los adolescentes son situaciones virtuales problemáticas, como: el *ciberacoso*; el *ciberbullying*, el *grooming*, *sexting*, *pishing* –anglicismos que han sido tipificados y estudiados en países desarrollados- entre otros, los cuales generan traumas sociales y psicológicos<sup>26</sup>.

Estos riesgos se pueden caracterizar en base a experiencias recientes y estudios realizados por investigadores, que no necesariamente están tipificados como delitos en las leyes de muchos países, entre las especificaciones están, el *ciberacoso* o acoso por las redes entre adolescentes y adultos; el *ciberbullying*, que es acoso virtual entre los mismos adolescentes; el *grooming*, entendido como la acción deliberada y patológica de un adulto varón o mujer de acosar sexualmente a adolescentes a través de internet por un medio digital; el *sexting*, que consiste en difundir en la redes actividad sexual, como contenidos, imágenes y videos, y el *pishing*, que consiste en obtener a través de internet datos privados de usuarios, como cuentas bancarias y otros<sup>27</sup>. Es aquí donde juega un rol importante la familia, desde el enfoque de proveer información al hijo sobre estos recientes conceptos surgidos en la era digital, la prevención por tanto juega un rol activo, donde la participación conjunta familiar proporciona la disminución de vulnerabilidad a estos riesgos virtuales.

Estas modalidades de abusos cibernéticos no son consideradas aún como delitos en muchos países afectando a muchos niños y adolescentes en el mundo. En un estudio realizado en el Perú, muestra que un 14,5% de menores de edad han acordado citas por

---

<sup>25</sup> Pincay-Chiquito, M., Esteves-Fajardo, Z. & Huerta-Cruz, S. (2022) Desarrollo de capacidades cognitivas superiores en favor de sociedades democráticas. *Revista de Filosofía*, Universidad del Zulia, 39(101): 430-442. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.6784315>, p. 55

<sup>26</sup> Viñas-Poch, F. (2009) Uso autoinformado de Internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9(1): 109-122. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2873403> p. 119

<sup>27</sup> Arias-Cerón, M., Buendía-Eisman, L. & Fernández-Palomares, F. (2018). Grooming, Cyberbullying y Sexting en estudiantes en Chile según sexo y tipo de administración escolar. *Revista Chilena de Pediatría*, 89(3): 352-360. DOI: <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062018005000201>, p. 353

internet con adultos desconocidos, lo que representa una cifra muy alta como indicador global, además de ese porcentaje la mitad no informó a nadie antes de concretar la cita, el estudio también concluyó que un 44% de menores de edad han sido acosados sexualmente de manera *online*<sup>28</sup>, el estudio se basó en relacionar la variable desinformación con el diagnóstico situacional del *grooming* en el país. En Perú y toda Latinoamérica en general, se han evidenciado casos que han denominado «*sextorsión*», el cual es un chantaje bajo amenaza de publicar en las redes sociales actividades privadas en donde la víctima ha enviado imágenes y videos a desconocidos, donde se presenta en actitud erótica, insinuando sexualidad o realizando relaciones sexuales, casi siempre este hecho delictivo es ejecutado por adultos a adolescentes, cayendo en el campo del *grooming* y *sexting*<sup>29</sup>.

### **Regulación emocional por el uso adictivo de internet**

El ser humano como individuo en constante desarrollo en las diferentes etapas de su vida, es proclive a cambios, expresados en transformaciones físicas del cuerpo y relaciones sociales, debido a que está vinculado a un entorno con personas que andan en busca de la madurez, explorando de alguna manera llegar a la autonomía e identidad personal. La etapa de adolescencia es quizás el periodo donde se producen los saltos y transformaciones mayores, requiere de ingentes cuidados, pues, esta etapa puede conducir a situaciones que en ocasiones producen desvíos de la personalidad, por lo que necesitan de estrategias de regulación emocional para perseguir un desarrollo normal. La etapa de adolescencia se caracteriza por las experiencias más intensas y de persistentes emociones requiriendo por parte de la relación parental, dos tipos de controles: el conductual y el psicológico<sup>30</sup>. El conductual se refiere a la implantación de normas y reglas por parte de los padres, mientras que el control psicológico está sujeto a la modelización y trato de los padres para fomentar la personalidad y las relaciones sociales de los hijos.

La regulación emocional es importante para enfrentar las situaciones de riesgos, así como también, prepararse para la acción una vez que el individuo esté inmerso en una situación, esto supone el aprendizaje de estrategias para el desenvolvimiento y la toma de decisiones que procure salir ileso de la exposición al riesgo<sup>31</sup>. Tal es el caso de la exposición a los efectos perjudiciales producidos por el uso excesivo y adictivo del internet, que no solamente pueden trastornar la personalidad por efectos del ciberacoso o cualquier amenaza digital, sino que también pueden producirse trastornos musculoesqueléticos y visuales,

---

<sup>28</sup> Fernández-Flores, L. & Pérez-Chira, L. (2019) *Grooming* y desinformación en estudiantes de secundaria del Centro Educativo Grupo Científico del Distrito de Independencia, Lima 2019. Universidad Tecnológica del Perú., p. 14

<sup>29</sup> Rojas-Díaz, J. S., & Yepes-Londoño, J. J. (2022). Panorama de riesgos por el uso de la tecnología en América Latina. *Trilogía Ciencia Tecnología Sociedad*, 14(26): 1-40. DOI: <https://doi.org/10.22430/21457778.2020>

<sup>30</sup> Cfr. Espinoza-Bataz, A., Mendoza-Espinoza, M. & Villalba-Azamar, H. (2020) Prácticas parentales en la regulación emocional de adolescentes. *Revista electrónica de Psicología Itzacala*, 23(1): 400-417. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin>, p. 403

<sup>31</sup> *Ídem*.

pues los adolescentes comúnmente toman una posición corporal incómoda durante muchas horas y a la vez exponen los ojos al brillo de la pantalla del dispositivo. Los adolescentes crean el hábito de no control del tiempo y las horas cuando están conectados, relegando así sus principales ocupaciones escolares, el cuidado de su cuerpo y hasta su alimentación, aquí es donde debe estar la regulación emocional parental.

Es tan importante la regulación emocional en el adolescente cuando está inmerso en el uso del internet de manera adictiva que, algunos investigadores han determinado nosológicamente como patologías asociadas al uso de los *smartphones* u otros dispositivos tecnológicos, como fatiga muscular, el síndrome del túnel carpiano relacionado con el uso intensivo de dispositivos electrónicos, la tenosinovitis o inflamación del tendón de la muñeca, la epicondilitis que es dolor cuando los tendones del codo se sobrecargan, por efecto de exposición a movimientos repetitivos de la muñeca y el brazo, además, otras patologías de carácter tecnológicas como, síndrome de *blackberry thumb*, que es el uso excesivo de celulares, *whatsappitis* caracterizado por la inflamación del tendón de la muñeca y de la membrana sinovial que lo recubre, producto del uso continuo de esta red social y dolores musculares en la parte superior del cuerpo conocida como *text neck*<sup>32</sup>.

La afectación más riesgosa en adolescentes donde la regulación emocional ha sido dificultosa aplicación está asociada a la surgencia de *nomofobia*, que es el miedo compulsivo a quedarse sin dispositivo electrónico<sup>33</sup>, este trastorno incrementa la vulnerabilidad social y psicológica del adolescente, provoca complicaciones en la autorregulación y regulación parental y puede constituirse en el inicio de desviaciones conductuales crónicas. Este síndrome es muy frecuente con el uso de las redes sociales, es considerado uno de los factores de riesgos más altos en las patologías relacionados con el uso de las TIC en adolescentes, debido a que son tan gratificantes y adictivas, que su interrupción trae consecuencias negativas en el funcionamiento psicosocial del individuo<sup>34</sup>. Es que las redes sociales surgen como mecanismos de comunicación y entretenimiento tan fácil y directo, que ha atrapado también a los padres de los adolescentes, los jóvenes son eufóricos al usar estas tecnologías, al igual que sus padres, por lo tanto, no puede haber regulación emocional, cuando también se está inmerso en la adicción.

En una investigación realizada en Perú en el año 2013 para establecer la relación existente entre la agresividad y la adicción al internet en estudiantes de educación secundaria, se encontró que existe relación directa entre ambas variables, también se concluyó que los adolescentes varones tienden a ser más agresivo física y verbalmente que

---

<sup>32</sup> Cfr. González, E., López, M., González, S., García, G. & Álvarez, T. (2019). Principales consecuencias para la salud derivadas del uso continuado de nuevos dispositivos electrónicos con PVD. *Revista Española de Salud Pública*, 93: 1-11. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272019000100011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272019000100011), p. 5

<sup>33</sup> *Ibid.*, p. 7

<sup>34</sup> Granados, B., Quintana, C. & Rey, L. (2020) Regulación emocional y uso problemático de las redes sociales en adolescentes: el papel de la sintomatología depresiva. *Salud y Drogas* 20(1):77-86. DOI:10.21134/haaj.v20i1.473, p. 77

las mujeres<sup>35</sup>. Estos datos soportan la hipótesis que los factores de riesgos aumentan cuando no existe regulación emocional parental, y aún más, estos siguen creciendo cuando los padres presentan también adicción a las redes sociales, característica que es propia de las generaciones *millennials* y *baby boomer*. Para el año 2016, los *ciberdatos* aumentaron en todo el país, en una publicación del diario oficial de gobierno del Perú, reveló que 1.200.000 adolescentes peruanos, es decir el 16.2%, están en riesgo de presentar una conducta adictiva a internet, esta es más frecuente en el nivel socioeconómico A y B con 23 %, donde el rendimiento escolar está siendo afectado negativamente por esta causa, en general el promedio del país es mayor que el promedio para la Unión Europea que es de 13,9%<sup>36</sup>.

## Conclusiones

Si bien el advenimiento del internet y de las tecnologías comunicacionales ha traído grandes beneficios y progreso a la humanidad, el uso en adolescentes cuando no existe regulación emocional parental es un factor de riesgo, lo que potencialmente convierte a este grupo etario en un segmento de población vulnerable. Por ello, los padres dentro del seno de la familia deben identificar factores emocionales diferenciados, para poder determinar – a través del monitoreo constante- el uso problemático y adictivo del internet, este se identifica con predictores conductuales de significancia<sup>37</sup>, como frecuente uso de internet fuera de casa, aislamiento durante el manejo de redes, signos de adicción y análisis del comportamiento conductual durante las jornadas postconexión. Sin embargo, la valoración de emociones ajenas –aun siendo hijos- es una decisión delicada que requiere soporte profesional, pues las múltiples situaciones de afectación y acoso digital, como el *ciberbullying*, *grooming*, *sexting*, *pishing* y la *sextorsión* situaciones típicas de ataque a los adolescentes, nosológicamente presentan diversas variantes y sus efectos sobre niños y adolescentes aún no han sido estudiadas a profundidad.

Para el caso de Perú, estas *ciberamenazas* se acercan tipificadamente a crímenes virtuales frecuentemente vinculados a redes sociales, que se instrumentalizan con robo de identidad, engaño, robo de información, pornografía infantil y otros abusos, donde el adolescente no cuenta con la preparación suficiente para enfrentar estos retos. Por ello, el campo de la Psicología, recomienda dos acciones importantes para poder contrarrestar los tiempos de exposición a la conectividad digital, una, sistematizar las conductas observadas parentalmente, con la ayuda y soporte de un profesional del área para crear mecanismos de evaluación con el acompañamiento terapéutico para combatir la adicción al contenido

---

<sup>35</sup> Matalinares, M., Arenas, C., Díaz, G., Dioses, A., Yarlequé, L, Raymundo, O., Baca, D., Fernández, E., Uceda, J., Huari, Y., Villavicencio, N., Vargas, P., Quispe, M., Sánchez, E., v. Leyva, V. Díaz, A., Campos, A. & Yaringaño, J. (2013) Adicción a la internet y agresividad en estudiantes de secundaria del Perú. *Revista IIPSI*, 16(1): 75 – 93. Facultad de Psicología. UNMSM, Lima

<sup>36</sup> El Peruano (2016) Estudio sobre adicción de adolescentes entre 13 y 17 años en Perú. Órgano oficial del gobierno de Perú

<sup>37</sup> Arrivillaga, Rey & Extremera, ob. cit., p. 51

problemático en internet como instrumento para la práctica preventiva, el otro punto se refiere, a la creación por parte de familiares de juegos y entretenimiento al aire libre para sus hijos, como formas alternativas del desarrollo mental y psicológico.



---

**REVISTA DE FILOSOFÍA - EDICIÓN ESPECIAL N°2 - 2022**

*Esta revista fue editada en formato digital y publicada en noviembre de 2022 por el Fondo Editorial Serbiluz, Universidad del Zulia. Maracaibo-Venezuela*

**[www.luz.edu.ve](http://www.luz.edu.ve) [www.serbi.luz.edu.ve](http://www.serbi.luz.edu.ve)  
[www.produccioncientificaluz.org](http://www.produccioncientificaluz.org)**