



**BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
DE PUEBLA**

FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES

LIC. EN DERECHO

ALEJANDRA MONTES SOTELO:

“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES”

DHTIC

LIC. PAOLA ZURITA CAMPOS

H. PUEBLA DE ZARAGOZA A 03 DE ABRIL DE 2016

INDICE

RESUMEN	3
INTRODUCCIÓN	4
EL USO DE LAS REDES SOCIALES	4
ADICCIONES Y SUS CARACTERÍSTICAS.....	5
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES.....	5
CONCLUSIÓN	8
FUENTES CONSULTADAS.....	10

RESUMEN

Las redes sociales reflejan un complejo laberinto de conexiones que enlazan las personas que comparten información, ideas, percepciones, creencias, mitos, rumores, etc., en un tiempo real. El resultado es, que en la actualidad todo está conectado: personas, información, datos, eventos, lugares; todos con múltiples relaciones de interdependencia que forma una vasta red social.

El uso excesivo de las redes sociales, pueden causar adicción como cualquier otra sustancia o conducta típica. Éstas contribuyen a que la cohesión social se disperse, ya que el uso de las mismas se ha tergiversado, principalmente por los jóvenes. La fuerte capacidad adictiva de internet se acrecienta en gran medida por su amplia disponibilidad, el bajo costo y el fácil manejo.

Aunque no todos los investigadores en el área están de acuerdo de la condición de adicción de las redes sociales, sin embargo, por el uso excesivo del internet podemos inferir que es nocivo para el individuo siempre que éste le cause detrimento en su conducta.

ABSTRACT

Social networks reflect a complex maze of connections that link people who share information, ideas, perceptions, beliefs, myths, rumors, etc., in real time. The result is that today everything is connected: people, information, events, places; all with multiple interdependent relationships that form a vast social network.

Overuse of social networks, can be addictive as any other substance or typical behavior. They contribute to social cohesion disperses as the use thereof has been distorted, mainly by young people. The strong addictive internet capacity is increased greatly by its wide availability, low cost and easy handling.

Although not all researchers in the field agree on the condition of addiction social networks, however, overuse of the internet can infer that is harmful to the individual whenever this would cause detriment in their behavior.

Introducción

Desde tiempos remotos, se ha manifestado en el ser humano conductas diversas que atentan contra su constitución, desarrollo y socialización. Un ejemplo de ello es el consumo de tabaco, el cual fue por mucho tiempo “normal” en sus principios; sin embargo, al transcurso del tiempo se descubrió que tenía repercusiones en la salud.

En la actualidad, existen prácticas que son aceptadas por la sociedad, no obstante, esa condición no significa que dichas conductas no traigan consigo perjuicio para quien las lleva a cabo.

Tal es el caso del uso excesivo de las redes sociales, las cuales pueden causar adicción en jóvenes y adultos, como cualquier otra sustancia o conducta típica. Las redes sociales contribuyen a que la cohesión social se disperse, ya que el uso de las mismas se ha tergiversado, principalmente por los adolescentes.

El uso de las Redes Sociales

Según Del Fresno (2016), las redes sociales son plataformas tecnológicas en línea que se centran en síncrona y asíncrona en las interacciones humanas de manera local y global.

El Internet y su estructura han permitido el desarrollo y uso de estas plataformas, las cuales están diseñadas para soportar las interacciones sociales y dar lugar a una interacción compleja entre la comunicación, las prácticas sociales y la infraestructura de la tecnología. Las redes sociales reflejan un complejo laberinto de conexiones que enlazan las personas que comparten información, ideas, percepciones, creencias, mitos, rumores, etc., en un tiempo real. El resultado es, en la actualidad todo está conectado: personas, información, datos, eventos, lugares; todos con múltiples relaciones de interdependencia que forma una vasta red social.

Las redes sociales son particularmente útiles en el estudio múltiples tipos de fenómenos de influencia social y son útiles para el análisis de la difusión de información y la formación de opiniones y creencias.

El Análisis de Redes Sociales (Social Network Analysis o SNA) tiene cuatro características de importancia para este estudio:

- 1) se adopta una intuición estructural de las relaciones sociales;
- 2) que recoge y analiza relacional los datos de forma sistemática;
- 3) que se basa en matemática modelos que son fundamentales para la análisis y utiliza la tecnología y,
- 4) se crea y comparte visualizaciones de relaciones y patrones de interacción, que permitan la generación de puntos de vista estructurales significativas y su comunicación a los demás.

Adicciones y sus características

Según la RAE, una adicción es conceptualizada como la dependencia de sustancias o actividades nocivas para la salud o el equilibrio psíquico.

De igual forma, Alonso-Fernández (2003) define a la adicción como "serie de comportamientos pulsionales, sistemáticos e incontrolables, elaborados sobre una plataforma existencial dominada por la relación de entrega de objeto químico o social".

Lo que caracteriza a una adicción es la pérdida de control y la dependencia. En estos casos el comportamiento esta desencadenado por una emoción que puede oscilar desde un deseo intenso hasta una auténtica obsesión, que puede ser capaz de originar un fuerte malestar, llamado síndrome de abstinencia cuando se deja de practicarlo.

Adicción a las Redes Sociales

Todas las adicciones, ya sea química o conductual, comparten ciertas características, incluyendo la prominencia, el uso compulsivo (pérdida de control), modificación del estado de ánimo y el alivio de la angustia, tolerancia y abstinencia, y la continuación a pesar de las consecuencias negativas.

En 1995, el psiquiatra Ivan Goldberg fue el primer experto que expuso la adicción a Internet basándose, principalmente, en los criterios diagnósticos del abuso de sustancias. La conducta placentera que genera el disfrute de las redes sociales puede desencadenar un comportamiento adictivo por parte del usuario, cuyas consecuencias psíquicas, físicas afectan al ámbito laboral, familiar y social.

Así mismo, la Sociedad Americana de Medicina de la Adicción (ASAM) propone una nueva definición de la adicción, como un trastorno cerebral crónico, proponiendo oficialmente, por primera vez, que la adicción no se limita al uso de sustancias.

Sin embargo, algunos investigadores y profesionales de la salud mental ven el uso excesivo de Internet como un síntoma de otro trastorno como la ansiedad o la depresión en lugar de una entidad separada. La adicción a Internet podría ser considerado un trastorno de control de impulsos.

La reciente publicación del manual Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM), en su quinta edición, editado por la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (2014), no incluye la adicción a Internet en los diagnósticos de desórdenes mentales, aun habiendo sido recomendada su inclusión.

Cabe destacar que, el DSM-V ha comenzado a reconocer como desórdenes algunas derivaciones específicas del empleo de esta tecnología. En esta quinta edición se ha aceptado como adicción el uso del juego desde Internet, incluyéndolo en la sección 3, la categoría de los trastornos que requieren más atención.

Siendo que el uso de Internet no ha sido incluido en dicha publicación, en la última edición del DSM, un amplio sector defiende la presencia de conductas anómalas en relación a su consumo abusivo, incluso manifiestan la posibilidad de adicción a la misma.

Prieto y Moreno (2015) enuncian una serie de características que van en relación a esta probable patología el uso de redes sociales, determinando las siguientes:

- Obsesión constante
- Conspiración para consumir
- Pérdida o incumplimiento de responsabilidad en la vida
- Consecuencias negativas graves
- Autoengaño o negación
- Continuación del uso a pesar de las consecuencias

La fuerte capacidad adictiva de internet se acrecienta en gran medida por su amplia disponibilidad, el bajo costo y el fácil manejo. En donde su acceso se encuentra por doquier: en la casa, la escuela, el trabajo, espacios públicos e incluso sitios como restaurantes o bares.

Es importante que las personas identifiquen estas características y comparen su comportamiento en torno al mismo. De modo que, al reconocerlas podrán determinar si presentan riesgo de adicción o si, por consiguiente, se encuentran dentro de una.

Requesens (2012), manifiesta que para evitar caer en la adicción a las redes sociales es preciso reducir los factores de riesgo que pueden ser personales, familiares y/o sociales. Dentro de los cuales menciona que la autoestima es base fundamental para evitar adicciones de tipo conductual en niños y adolescentes. Así mismo, menciona una serie de estrategias a implementar para elevarla:

- Tolerar los fracasos
- Aceptar los errores
- Proponerse metas alcanzables
- Relacionarse con los demás
- Controlar las emociones
- Solucionar solo lo que puede solucionarse
- Atender a lo positivo de uno mismo
- No estar comparándose constantemente con los demás
- Realizar actividades agradables
- Mimarse a sí mismo.

Conclusión

Las redes sociales son un elemento de gran importancia social en la actualidad, ya que permiten la comunicación instantánea con otras personas de manera local y global. Son útiles pues los internautas pueden compartir intereses. Sin embargo, el uso excesivo de las mismas ha devenido en que las personas se aíslen y desarrollen una dependencia extrema.

No todos los investigadores en el área están de acuerdo de la condición de adicción de las redes sociales, sin embargo, por el uso excesivo del internet podemos inferir que es nocivo para el individuo siempre que éste le cause detrimento en su conducta.

Lo característico de la adicción a Internet y a las redes sociales es que ocupa una parte central de la vida del que la padece, debido a su bajo costo y fácil acceso; sin embargo, realmente se utilizan como pantalla para escapar de la vida real y mejorar el estado de ánimo del usuario.

Es crucial que las personas reflexionen sobre el tema y su comportamiento con en torno al mismo, así podrán concluir si presentan riesgo de adicción o si, por consiguiente, se encuentran dentro de una.

Desde mi punto de vista, es importante que los individuos conozcan la información acerca de las adicciones al uso de internet y redes sociales, de tal modo podrán prever caer en las mismas.

De igual forma, considero que para los adultos es mucho más fácil identificar si presenta alguna de las características antes mencionadas, por lo que, es crucial que los padres de familia se abstengan de otorgar a sus hijos gran número de tecnologías para su recreación. Así como estén al pendiente de los sitios web que los menores visitan, las publicaciones que realizan y los contactos que mantienen en las redes sociales.

Es importante, además, que se evite rotundamente enviar mensajes de texto y/o llamadas a los miembros de la familia que se encuentren físicamente en el mismo espacio geográfico, así como utilizar dispositivos en aéreas

comunes como la sala, la cocina o el comedor, de tal modo que se inculque la comunicación directa.

Igualmente, es primordial que en la casa o en la escuela se difunda la realización de actividades al aire libre como juegos, deportes, pintura, música o juegos de mesa.

Hay que tener en cuenta, limitar el uso de las tecnologías móviles dentro de las instituciones educativas, que distraigan a estudiantes y/o maestros y con la finalidad de incentivar la comunicación entre éstos y aquéllos.

“La prevención de la adicción a las redes sociales está en nuestras manos”.

Fuentes Consultadas

1. Alonso-Fernández, Francisco. (2003). Las nuevas adicciones. Madrid: Tea.
Recuperado de:
https://books.google.com.mx/books?id=HXzu_8pmXUsC&pg=PA58&dq=las+nuevas+adicciones&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwiD97vZifTLAhUFuYMKHdJ6AnAQ6AEIKDAA#v=onepage&q=las%20nuevas%20adicciones&f=false
2. Cash, H, et al. (2012). Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice. US National Library of Medicine National Institutes of Health. Recuperado de:
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3480687/>
3. Del Fresno García, Miguel et al. (2016). Identificando a los nuevos influyentes en tiempos de Internet: medios sociales y análisis de redes sociales. España: Revista Española de Investigaciones Sociológicas. Recuperado de:
http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_153_021452167988569.pdf
4. Guerreschi, Cesare. (2007). Las nuevas adicciones: internet, trabajo, sexo, teléfono celular, compras. México: Lumen.
5. Prieto Gutiérrez, Juan José y Moreno Cámara, Alicia. (2015). Las redes sociales de internet ¿una nueva adicción? Argentina: Revista Argentina de Clínica Psicológica. Recuperado de:
<http://www.bibliotecas.buap.mx/portal/search/index/c2luZHJvbWUgZGUgYWJzdGluZW5jaWE=>
6. Requesens Moll, Ana y Echeburúa Odriozola, Enrique. (2012). Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Madrid: Pirámide. Recuperado de:
https://books.google.com.mx/books?id=IL2UBQAAQBAJ&pg=PA164&dq=Adicci%C3%B3n+a+las+redes+sociales+y+nuevas+tecnolog%C3%ADas+en+ni%C3%B1os+y+adolescentes.&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwi8i6GMiPTLAhVBmYMKHX0_BYkQ6AEIzAA#v=onepage&q=Adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales%2

[0y%20nuevas%20tecnolog%C3%ADas%20en%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.&f=false](#)