

Artículo de Investigación

Tipos de adicciones presentes en estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba, Antofagasta 2023

Types of addictions present in kinesiology students at the University of Alba, Antofagasta 2023

Fernanda Cabello Rosas: Universidad del Alba, Chile.

fjrosas@udalba.cl

Darinka Guerra Cofré: Universidad del Alba, Chile.

dvguerra@udalba.cl

Adolfo Hidalgo Gómez¹: Universidad del Alba, Chile.

aahidalgo@udalba.cl

Fecha de Recepción: 11/06/2024

Fecha de Aceptación: 30/11/2024

Fecha de Publicación: 11/02/2025

Cómo citar el artículo

Cabello Rosas, F., Guerra Cofré, D. e Hidalgo Gómez, A. (2025). Tipos de adicciones presentes en estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba, Antofagasta 2023 [Types of addictions present in kinesiology students at the University of Alba, Antofagasta 2023]. *European Public & Social Innovation Review*, 10, 01-13. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1257>

Resumen

Introducción: Las adicciones más conocidas son a sustancias, pero la realidad es que también existen los comportamientos adictivos. Por esto se creó la hipótesis de que los estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba sede Antofagasta presentan varios tipos de adicciones siendo la más prevalente la nomofobia. **Metodología:** En este estudio de carácter cuantitativo descriptivo se presentan los resultados obtenidos por una encuesta realizada a 30 estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba sede Antofagasta. **Objetivo:** describir los tipos de adicciones que se presentan en dichos estudiantes. **Resultados:** indican que existe una gran dependencia a los aparatos electrónicos, predominando el celular, esto se evidencia, ya que los porcentajes son bastantes altos en comparación a la adicción a los videojuegos y drogas.

¹ Autor Correspondiente: Adolfo Hidalgo Gómez. Universidad del Alba (Chile).

Conclusiones: la drogadicción no es la adicción más prevalente entre los estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba, sede Antofagasta.

Palabras clave: adicciones; dependencia; prevalencia; drogas; drogadicción; aparatos electrónicos; nomofobia; videojuegos.

Abstract

Introduction: The most well-known addictions are to substances, but the reality is that there are also addictive behaviors. For this reason, the hypothesis was created that kinesiology students at the University of Alba in Antofagasta present several types of addictions, the most prevalent being nomophobia. **Methodology:** This quantitative descriptive study presents the results obtained by a survey carried out on 30 kinesiology students from the University of Alba in Antofagasta. **Objective:** describing the types of addictions that occur in these students. **Results:** indicate that there is a great dependence on electronic devices, predominantly the cell phone, this is evidenced, since the percentages are quite high compared to addiction to video games and drugs. **Conclusions:** drug addiction is not the most prevalent addiction among kinesiology students at the Universidad del Alba, Antofagasta campus.

Keywords: addictions; dependence; prevalence; drugs; drug addiction; electronic devices; nomophobia; video games.

1. Introducción

La drogadicción en Chile es un tema que ha generado preocupación y debate en la sociedad debido a su gran impacto en diversos aspectos, como la salud pública, la seguridad y el bienestar social.

El consumo de sustancias psicoactivas que incluyen desde drogas ilícitas como la marihuana y cocaína, hasta el consumo de medicamentos con receta ha generado desafíos significativos para el país. Estas problemáticas no solo se limitan a un grupo específico, si no que afectan a personas de distintas edades, géneros y estratos sociales; factores socioeconómicos y culturales que han contribuido al aumento de las adicciones generando una preocupación en las autoridades, profesionales de la salud y la comunidad en general.

Ahora bien, no tan solo el consumo de sustancias se considera nocivo, sino que también los comportamientos problemáticos y es por eso que, en el transcurso del tiempo, el concepto de adicción ha sufrido diversas modificaciones y ha sido ampliado para incluir así los comportamientos problemáticos como lo son la adicción al celular, videojuegos y pornografía; estos comportamiento al igual que las adicciones tradicionales son parte de las patologías que padecen hoy en día gran parte de los chilenos sin saberlo.

Entendiendo ya la nueva realidad de Chile con respecto a las adicciones, es que nuestro sistema de salud queda al debe al no actualizar la forma en que atacaran estos comportamientos problemáticos, ya que los programas de salud como *Elige vivir sin Drogas* no contemplan estas adicciones como tal y esto se debe al poco estudio sobre este tema en nuestro país. Es por esto por lo que nuestra principal motivación es exponer la nueva realidad que viven en relación con el uso de sus celulares, videojuegos y pornografía los adolescentes de la comuna de Antofagasta, Chile.

A través de un estudio realizado con metodología cuantitativa y una recogida de datos por medio de encuestas describiremos los tipos de adicciones que presentan los estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba en la ciudad de Antofagasta, Chile, siendo este nuestro objetivo general del cual basaremos nuestros objetivos específicos.

Determinar la presencia de adicción al celular, reconocer las adicciones a las drogas e identificar la adicción a los videojuegos en los estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba de la comuna de Antofagasta, Chile. Estos forman parte de nuestros objetivos específicos de los cuales obtendremos datos duros para exponer de forma certera la realidad de jóvenes que se ven enfrentados a estos comportamientos problemáticos buscando así transparentar una realidad que está frente a nuestras narices pero que pasamos completamente por alto.

La profunda comprensión de las causas es crucial para desarrollar estrategias integrales que no sólo aborden el consumo de drogas, sino que también atacamos de forma completa estas nuevas adicciones conocidas como comportamientos problemáticos. Es necesario promover conciencia, educación y apoyo a quienes padecen de algún comportamiento adictivo, entendiendo a la persona como un ser holístico así no solo nos preocupamos de la persona afectada, sino que además de todo su entorno.

Este estudio presenta en primer lugar el planteamiento y definición del problema donde se expone de manera clara y con datos empíricos que muestran el vacío que genera la problemática existente, generando la pregunta rectora que orienta la investigación y planteando como hipótesis que los estudiantes de la carrera de kinesiología de la Universidad del Alba sede Antofagasta presentan varios tipos de adicciones siendo la prevalente la nomofobia; en segundo lugar, se desarrolla el marco teórico, y el correspondiente marco metodológico, donde se explica la metodología utilizada en esta investigación; se detalla el procesamiento, presentación y análisis de datos donde se analizan los antecedentes obtenidos a través de encuesta aplicada, entregando las conclusiones que fue posible obtener.

1.1. Estado de la cuestión

Según la Organización Mundial de la Salud, una adicción es una enfermedad física y psicoemocional, la cual se puede definir como una dependencia física hacia una sustancia, actividad o relación que impacta negativamente en la vida de la persona, deterioran las relaciones interpersonales e incluso pudiendo incapacitar para funcionar de manera efectiva en sus actividades cotidianas.

Por otro lado, para la Asociación de Medicina de la Adicción (ASAM), menciona que la adicción es una enfermedad crónica tratable que implica interacciones complejas entre los circuitos cerebrales, la genética, el medio ambiente y las experiencias de vida de un individuo.

Las personas con adicción usan sustancias o se involucran en comportamientos que se vuelven compulsivos y a menudo continúan a pesar de las consecuencias dañinas (Sociedad Americana de Medicina de la Adicción, 2019).

Ahora bien, cuando se habla de adicciones las personas rápidamente suelen relacionar estas con el alcoholismo, las drogas, tabaco y/o fármacos, pero como se ha mencionado anteriormente existen otros tipos de adicciones relacionadas no solo a sustancias, sino que también a comportamientos que generan dependencia, aunque suele no hablarse mucho de este tipo de adicciones.

Con el transcurso del tiempo el concepto de adicciones ha sufrido diversas modificaciones y ha sido ampliado para incluir comportamientos problemáticos. Los efectos relacionados con las adicciones a comportamientos problemáticos pueden ser similares a los producidos por adicciones a sustancias tradicionales siendo estas las consecuencias a nivel emocional, conductual y fisiológicas (Rojas Jara, 2018).

Sería idóneo que, así como existen estos programas para la prevención, promoción y disminución del consumo de sustancias, como lo es el programa *Estrategia Nacional de Drogas 2021 – 2030. Para un Chile que Elige Vivir sin Drogas*, existieran programas que abarquen otros tipos de adicciones, como por ejemplo la nomofobia.

Bajo esta lógica, Chile que es un país en vías de desarrollo cuenta con diversos planes, programas y estrategias para la prevención, diagnóstico y tratamiento de las adicciones a sustancias incluso pensando en una rehabilitación; no así para otros tipos de adicciones, quedando en evidencia una vez más la poca importancia y difusión que se le otorga a los demás tipos de adicciones que existen en la actualidad entre los adolescentes.

El Instituto Nacional de Comunicaciones (INC) junto con el *Think tank TrenDigital* de la Facultad de Comunicaciones UC para el proyecto Fondecyt *Ciberbullying en Chile* entregaron un informe con respecto al uso de tecnologías de información y comunicaciones los cuales revelaron que el 91% de los chilenos revisa su celular apenas tiene un tiempo libre, en tanto el 90% lo primero que hace al despertar en la mañana y lo último que hace en la noche es revisar su celular. La imposibilidad de estar lejos del celular es tal que el 83% de los chilenos se ha tenido que devolver a su casa a buscar su celular, no importando cuán lejos se encuentre e incluso el 57% sale a hacer actividad física con él, aunque resulte incómodo.

Paralelamente la Organización Mundial de la Salud (OMS) el año 2018 reconoció el comportamiento sexual compulsivo como un trastorno adictivo al incluirlo en la 11° edición de la Clasificación Internacional de los Trastornos Mentales - CIE. La conducta sexual compulsiva (CSC) en adolescentes es una problemática cada vez más prevalente. Diversos estudios muestran que puede producir consecuencias perjudiciales en los adolescentes como la desregulación emocional, mayor soledad, así como distintos cuadros psicopatológicos (OMS, 2022).

2. Metodología

Este estudio se basa en el paradigma positivista, que permite medir, verificar y comprobar la hipótesis planteada, a través de técnicas estadísticas para el procesamiento de la información, así como niega o trata de eliminar el papel de la subjetividad del investigador. El positivismo se basa en la idea de que el conocimiento es válido y confiable cuando se obtiene a través de la observación empírica y la aplicación de métodos científicos.

2.1. Tipo de estudio

De acuerdo con la temporalidad, es un estudio transversal, ya que, analiza datos recopilados en un periodo acotado de tiempo, en una muestra o subconjunto predefinido.

En cuanto a la ejecución, es un estudio no experimental, ya que, se realiza sin manipular deliberadamente la variable, los datos se presentan en la realidad sin la intervención directa del investigador.

Por último, de acuerdo con el análisis de los datos corresponde a un estudio de tipo descriptivo, como resultado de la aplicación de la estadística descriptiva.

2.2. Población y muestra

La población objetivo corresponde a 134 estudiantes de la carrera de kinesiología de la Universidad del Alba sede Antofagasta.

Como criterio de inclusión se consideran a estudiantes de primero a cuarto año de la mencionada carrera y como criterio de exclusión se consideran a estudiantes que se encuentran en terapia psicológica.

La muestra corresponde a una de tipo no probabilística casual, determinada por la facilidad de acceso a la población objetivo, quedando conformada por 30 alumnos equivalente al 22% de la población.

2.3. Procedimiento e instrumento de medición

Como consideración ética el procedimiento se inicia con la formalidad del consentimiento informado, el que permite asegurar la participación voluntaria, en este caso de estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba sede Antofagasta.

Se elige la encuesta como instrumento de recolección, dado que su flexibilidad en cuanto a formato permite abarcar en profundidad los datos necesarios de recolectar.

En este estudio se diseña el instrumento considerando las preguntas guías de investigación, las subvariables, número de reactivos o ítems y reactivos para cada subvariable.

Tabla 1.

Elementos considerados en la elaboración de la encuesta.

| Preguntas guías | Subvariables | N° de reactivos | Reactivos |
|--|------------------------|---------------------|--|
| ¿Se presenta adicción al celular en los estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba en la ciudad de Antofagasta, Chile? | Adicción al celular | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 | 1. ¿Tienes celular? 2. ¿Cuánto tiempo usas tu celular en el día? 3. Si no tienes tu celular cerca, ¿cómo te sientes? 4. ¿Cómo prefieres comunicarte con tus familiares y amigos? 5. Cuando estas en clases, ¿usas el celular? 6. Al dormir, ¿dónde dejas tu celular? 7. ¿En qué lugar te preocupas de cargar tu celular? |
| ¿Se manifiesta adicción a las drogas en estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba en la ciudad de | Adicción a las drogas. | 8, 9, 10, 11, 12 | 8. ¿Has consumido algún tipo de droga? 9. Si tu respuesta fue sí, ¿a qué edad fue la primera vez que consumiste? 10. ¿Has sentido la necesidad de consumir algún tipo de sustancia? 11. En caso de consumir alguna |

| | | | |
|---|----------------------------|------------------------------------|---|
| Antofagasta, Chile? | | | sustancia, ¿cómo te sientes al consumirla? 12. En caso de consumir alguna sustancia, ¿con qué frecuencia lo haces? |
| ¿Se evidencia adicción a los videojuegos en estudiantes de kinesología de la Universidad del Alba en la ciudad de Antofagasta, Chile? | Adicción a los videojuegos | 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 | 13. ¿Tienes videojuegos? 14. En caso de tener videojuegos, ¿cuánto tiempo destinas a participar en videojuegos? 15. En caso de tener videojuegos, ¿te preocupa no tener conexión a internet para poder jugar? 16. En caso de tener videojuegos, ¿has dejado de lado actividades para jugar? 17. Si tu respuesta fue sí, ¿cuál actividad? 18. ¿Ves vídeos de otras personas jugando? 19. Si tu respuesta fue sí, ¿cuánto tiempo destinas en ver vídeos de otras personas jugando? 20. Si tu respuesta fue sí, ¿qué sientes al ver cómo otras personas juegan? 21. En caso de tener videojuegos, ¿qué sientes cuando pierdes en el juego? |

Fuente: elaboración propia.

2.4. Metodología de análisis de los datos

Para esta investigación se utilizó el análisis estadístico descriptivo, considerando que el análisis de frecuencias es un estadístico que evidencia la cantidad de veces que una variable toma un valor determinado, expresado como un número o como una proporción.

Las tablas de frecuencia se trabajan con cuatro categorías: frecuencia absoluta de intervalos (f), frecuencia relativa absoluta (f_i), frecuencia absoluta acumulada (F_a) y frecuencia relativa acumulada (F_i).

El procesamiento y análisis es factible de realizar a través del programa SPSS.

3. Resultados

Entender que la drogadicción no es la adicción más prevalente de los jóvenes hoy en día es importante porque esto cambiará la forma en que los programas de salud se crean, dándole no solo espacio a la rehabilitación por consumo de drogas sino también un espacio donde la rehabilitación en jóvenes con nomofobia o adicción a los videojuegos sea efectiva entendiendo como afecta las distintas aristas de la vida de estos jóvenes y poniendo freno a que estos comportamientos adictivos no perduren durante su vida. A continuación, se exponen las siguientes tablas; la primera corresponde al enunciado *¿tienes celular?*, con su respectiva interpretación, en segundo lugar, se encuentra la tabla con el enunciado *¿cuánto tiempo usas tu celular en el día?*, estas dos mencionadas se dirigen a indagar sobre la nomofobia.

Por otro lado, sigue el enunciado número ocho correspondiente a la pregunta *¿has consumido algún tipo de droga?*, la cual lleva a indagar sobre el consumo de sustancias. Por último, la tabla

que busca indagar acerca del uso de videojuegos, la cual tiene como enunciado *¿tienes videojuegos?*

Los 5 ejemplos que se dictan en este párrafo buscan relacionar las distintas adicciones investigadas en los encuestados, ya que contienen las preguntas claves que se utilizaron para encaminar este estudio.

Tabla 2 Enunciado 1: *¿Tienes celular?*

| Descriptores | f | fi | P (%) | FA | FI |
|--------------|----|----------|-------------|----|-------|
| Sí | 29 | 0,966 | 96,7% | 29 | 0,966 |
| No | 1 | 0,033 | 3,3% | 30 | 1 |
| Total | | 1 | 100% | | |

Fuente: elaboración propia.

Interpretación: según los datos obtenidos, el 97% de los estudiantes encuestados afirma tener celular, mientras que el 3% restante niega tener dicho aparato electrónico.

Tabla 3. Enunciado 2: *¿Cuánto tiempo usas tu celular en el día?*

| Descriptores | f | fi | P (%) | FA | FI |
|--------------|----|----------|-------------|----|-------|
| > de 1 hora | 2 | 0,066 | 6,7% | 2 | 0,066 |
| 2 - 5 horas | 12 | 0,4 | 40% | 16 | 0,466 |
| > de 6 horas | 16 | 0,533 | 53,3% | 32 | 1 |
| Total | | 1 | 100% | | |

Fuente: elaboración propia.

Interpretación: cabe señalar que la totalidad de los encuestados responde. Según los datos obtenidos, el 7% de los estudiantes encuestados refiere utilizar el celular menos de 1 hora al día, por otro lado, el 40% refiere utilizar el dispositivo móvil entre 2 y 4 horas diarias, mientras que el 53% de los encuestados dice utilizar el celular más de 6 horas al día.

Tabla 4. Enunciado 8: *¿Has consumido algún tipo de droga?*

| Descriptores | f | fi | P (%) | FA | FI |
|--------------|----|----------|-------------|----|-----|
| Sí | 15 | 0,5 | 50% | 15 | 0,5 |
| No | 15 | 0,5 | 50% | 30 | 1 |
| Total | | 1 | 100% | | |

Fuente: elaboración propia.

Interpretación: se puede visualizar en el gráfico que la mitad de los encuestados, es decir, el 50% de ellos afirma haber consumido algún tipo de droga, mientras que el 50% restante niega haber consumido algún tipo de droga.

Tabla 5. Enunciado 13: *¿Tienes videojuegos?*

| Descriptores | f | fi | P (%) | FA | FI |
|--------------|----|----------|-------------|----|-----|
| Sí | 15 | 0,5 | 50% | 15 | 0,5 |
| No | 15 | 0,5 | 50% | 30 | 1 |
| Total | | 1 | 100% | | |

Fuente: elaboración propia.

Interpretación: se puede visualizar en el gráfico que la mitad de los encuestados, es decir, el 50% de ellos afirma tener videojuegos, mientras que el 50% restante niega tenerlos. Se puede evidenciar a través del gráfico que no hay diferencias entre ambas respuestas obtenidas.

4. Discusión

El estudio de comportamientos adictivos es crucial para comprender las complejidades que rodean las adicciones, ya que estas son un desafío significativo para la salud pública y el bienestar individual.

Este estudio no solo se centra en la comprensión de las causas y mecanismos subyacentes de la adicción, sino también en la identificación de estrategias efectivas de prevención para no llegar al punto de no retorno en el caso de las adicciones.

Es por esto por lo que, a través de este estudio es que revela la realidad de los estudiantes de kinesiólogía de la Universidad del Alba sede Antofagasta para así comprobar efectivamente la presencia de comportamientos adictivos como lo son la nomofobia; esta fue la primera arista que se indaga con 9 preguntas dentro de la encuesta.

El 96,7% de los encuestados cuentan con un teléfono celular en su poder siendo casi la totalidad de los estudiantes participantes del estudio, lo que significa que si se extrapola este dato con los entregados por el INE en junio de este año donde mencionan que existe más de 33 millones de celulares en Chile lo que se considera un número alto para la cantidad de habitantes que somos.

Ahora bien, la cantidad de horas que se está en el celular también es gravitante a la hora de medir una adicción, y los datos revelados en la encuesta se condicen con lo que se pensó al iniciar este estudio. El 53,5% de los encuestados permanece más de 6 horas frente a la pantalla de su celular lo que es 1/4 del día habitual de una persona, prácticamente se asemeja a una jornada laboral de 8 horas.

Al ya pasar tanto tiempo con este aparato es que generan un vínculo que de alguna forma termina por afectar a nivel emocional y es así como lo reveló el 66,7% de los estudiantes que mencionan sentirse ansioso cuando no tienen su celular a su lado o en la vista para ser utilizado, esto probablemente se deba al uso excesivo del celular, uso que está de alguna forma reglamentado por La *American Academy of Pediatric* que menciona y aconsejan que el uso máximo que debemos darle al teléfono celular es de no más de 2 horas al día un número bastante inferior al obtenido en la encuesta.

Otro punto importante a mencionar es el uso del celular en el salón de clases, cosa que en los años 90 estaba totalmente prohibido y situación que se respetaba; si bien sigue estando prohibido el celular en salas de clases el 73,7% de los encuestados menciona utilizar su celular en horario de clases sin escrúpulo lo que de alguna forma termina por mermar el aprendizaje aunque no lo noten, posiblemente este nuevo comportamiento perjudique los métodos antiguos de enseñanza y de alguna forma deban los profesores adaptarse a esta nueva realidad tomando las medidas pertinentes en el caso; poniéndose en el caso que estos jóvenes quienes asisten 6 - 8 horas al día de clases de lunes a viernes utilizan todas las horas de su día estudiantil en estar constantemente revisando su celular y al llegar a casa dejan cargando su celular no lejos de ellos, ya que esto los pone ansioso, si no que junto a ellos mismos en su velador, así lo reveló el 70% de los encuestados quienes cargan su celular al lado de la cama antes de ir a dormir y posiblemente no se considera esta clase de comportamientos como

patológicos si suma la cantidad de horas versus el daño que genera en los jóvenes este comportamiento, es que se evidenciará que existe un prejuicio real hacia el estudiante.

Lo obtenido en el presente estudio se condice con los resultados obtenidos en el estudio *nomofobia y su relación con las habilidades sociales en adolescentes* realizada por Richard Salcedo en el año 2022 en Ecuador. El estudio tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la nomofobia y las habilidades sociales en los adolescentes de una Unidad Educativa de la ciudad de Ambato, Ecuador. Para este propósito se aplicó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) en la versión en español y el test Escala de habilidades sociales a 171 estudiantes, de los cuales 86 son mujeres y 85 varones.

El estudio tiene un enfoque cuantitativo; es de tipo descriptivo y correlacional. Se empleó un tipo de muestreo no probabilístico. Los resultados obtenidos indican que el 69% de los participantes presentan un nivel medio en relación con el desarrollo de las habilidades sociales. Con respecto a la relación entre variables, se observa que la nomofobia y las habilidades sociales tienen una correlación negativa leve ($p < 0.05$, $Rho = -0.427$). Por tanto, cuanto mayor sea el nivel de nomofobia, menor sería la capacidad para desarrollar las habilidades sociales en los sujetos evaluados (Cardena, 2022).

Considerando que el interés de este estudio se genera por la necesidad de visualizar este tipo de adicción en Chile, y comprobando que es el prevalente en la población en estudio, en la realidad cabe hacer notar que ya en el año 2013 en Australia se presentó por primera vez la palabra *phubbing* en el famoso diccionario *Macquarie*, este concepto surge de la unión de los términos *phone* (teléfono) y *snubbing* (despreciar); aludiendo a la conducta de ignorar a la otra persona durante una conversación por utilizar el teléfono celular interfiriendo así en la comunicación interpersonal. El *phubbing* tiene una estructura multidimensional, puesto que estos dispositivos inteligentes tienen diferentes funciones; así, este término se refiere a la adicción al teléfono celular y con ello a los beneficios que este le brinda como: internet, redes sociales (Facebook y Twitter los más habituales) y los videojuegos, juegos en línea o de la computadora; considerando la adicción a estos factores como predisponentes para el desarrollo de esta afección (Berrios-Borjas, 2017).

Por otro lado, se ha logrado un avance al incluirse dentro del *Manual de Diagnósticos y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM-V)* en mayo del 2013, el término NOMOFOBIA derivado del inglés *no mobile phone phobia*, que se refiere a la sensación antes mencionada que relataban algunos jóvenes como nerviosismo, malestar, ansiedad o angustia de no mantener contacto con un teléfono celular o computadora.

Esta engloba diferentes patrones de comportamiento tales como invertir demasiado tiempo en uno o más dispositivos, tener consigo siempre un cargador ante el miedo a no poder usar el teléfono celular por batería baja o que se apague, no poder emplear por falta de señal o intentar por todo medio posible el uso del dispositivo en situación o lugares prohibidos, además de preferir este medio de comunicación para interactuar con otras personas disminuyendo así la ansiedad que algunos poseen ante la comunicación directa (Berrios-Borjas, 2017).

Diversas investigaciones han estudiado estas nuevas patologías, revelando que más de 300 millones de británicos sufren de nomofobia; además existen casos clínicos reportados en Estados Unidos y Europa. En algunos países como Paraguay se han reportado cifras en las que el 15% de muy nuevo y actual.

Esta herramienta ha penetrado al 49,7% de la población mundial, con una penetración de un 88,1% en Norteamérica, un 77,4% en Europa, un 68,1% en Australia y Oceanía y un 59,6% en

Sudamérica y el Caribe. Dentro de Latinoamérica continental, Chile presenta la segunda mayor tasa de penetración de Internet con un 79,9% de acceso, superado por Ecuador con un 83,8% y seguido por Argentina con un 74,9% (Hernández Contreras, 2018).

Aterrizando la temática en Chile, actualmente el internet se ha convertido en una forma habitual de comunicarse y acceder a diferentes fuentes de información. Entre un 60-70% del total de la población chilena posee acceso a Internet y es utilizado especialmente por niñas/os y adolescentes entre los 15-24 años. Respecto al año 2004 menos del 50% de los estudiantes tenía acceso a internet, no obstante, esta cifra se vio aumentada con el pasar de los años puesto que en el año 2017 el 94% de los estudiantes tenían acceso a internet según el estudio de subsecretaría de Telecomunicaciones del 2017. Reportó además que el 90% de los estudiantes utiliza internet para realizar tareas y trabajos escolares (Fuenzalida-Hernández, 2020).

Las mismas autoras describen que, sin embargo, el uso de internet no siempre tiene un lado positivo como dijimos anteriormente; el hecho de que internet se haya vuelto tan accesible y que los padres posean pocas o nulas estrategias de supervisión sobre sus hijas/os deja a los menores expuestos a utilizar inadecuadamente. De hecho, existe una brecha digital generacional, ya que tanto los niños/as y adolescentes son considerados como *nativos digitales* y en muchas ocasiones son ellos mismos quienes les enseñan a sus padres a utilizar internet, generando una alteración en la jerarquía familiar. Un estudio realizado por Livingstone y Smith (2014) reportó que más del 30% de los menores de 18 años no poseía instrucción ni supervisión por parte de sus padres para manejar de forma segura internet.

Pese a estos avances en el conocimiento del fenómeno, las pautas para diferenciar la adicción al smartphone de conductas normotípicas aún no se incluyen en los manuales de diagnóstico internacionales, ya que todavía no se ha establecido de forma específica el límite entre la conducta normal y patológica, aspecto que podría dificultar la reformulación de programas de atención a las adicciones en la atención primaria de salud.

La realidad evidenciada en el área de la adicción a los videojuegos es un tanto similar a la de la adicción al celular, siendo ésta un poco más baja en sus resultados, por ejemplo, solo un 11,8% de los encuestados permanecen más de 6 horas jugando videojuegos online lo que significa una disminución rotunda en comparación a la cantidad de horas frente a un celular, posiblemente esto se deba a que los videojuegos están en casa y durante el día no permanecen tantas horas, ya que asisten a universidades y casas de estudios.

Algo que sí llama mucho la atención y de alguna forma se condice con el resultado obtenido del uso del celular en clases, es que el 80% de los encuestados mencionó ser capaz de dejar de estudiar para un prueba con tal de estar jugando vía online siendo esta una alerta temprana para darse cuenta, que posiblemente los estudiantes no le están tomando el peso a lo que significa realmente estudiar a un nivel universitario, un nivel donde se debe estar constantemente estudiando y repasando para poder rendir a un alto nivel que es lo esperado tanto por las familias de estos jóvenes, así como por los docentes mismos.

Se podría incluso hacer responsables de estos comportamientos al estilo de vida que nos dejó la pandemia, en la cual todo fue de forma online y que en resumidas cuentas terminaba por ser algo más fácil que lo presencial y tradicional.

Para tener una vara con que comparar los comportamientos adictivos tanto al celular como a los videojuegos es que también se ahonda en la adicción a las drogas considerada como una adicción *tradicional* debido a que se presenta por muchos años a través de la historia y es por esto que pese a que los programas de salud en Chile están totalmente enfocados en el tema

drogadicción es que este estudio revela que no es necesariamente la adicción más prevalente, más bien solo el 50% de los encuestados confiesa haber consumido algún tipo de estupefaciente a la edad de más de 15 años siendo el 100% de los consultados. Ahora bien, es igualmente preocupante, ya que se entiende que las drogas son nocivas para los jóvenes pero lo que sí se puede recalcar es que su prevalencia es menor comparada a la prevalencia del uso de un celular así como el de videojuegos y probablemente lo que haga falta es tener datos duros con mayores estudios los cuales pongan en la palestra estos 2 comportamientos adictivos (nomofobia y videojuegos) y se les dé cabida en los programas de salud para así poder atacarlos desde su raíz; se debe hacer hincapié en que estos comportamientos adictivos no se normalicen y se ponga freno ante situaciones que sobrepasan lo ya considerado adictivo.

Entender que la drogadicción no es la adicción más prevalente de los jóvenes hoy en día es importante porque esto cambiará la forma en que los programas de salud se crean, dándole no solo espacio a la rehabilitación por consumo de drogas sino también un espacio donde la rehabilitación en jóvenes con nomofobia o adicción a los videojuegos sea efectiva entendiendo como afecta las distintas aristas de la vida de estos jóvenes y poniendo freno a que estos comportamientos adictivos no perduren durante su vida.

5. Conclusiones

Este estudio exhaustivo respalda la premisa inicial de que la drogadicción no es la adicción más prevalente entre los estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba, sede Antofagasta.

Los resultados de las encuestas muestran claramente una alta prevalencia de nomofobia, confirmando la hipótesis inicial sobre la adicción al celular. Contrariamente, respecto a la adicción a las drogas, los hallazgos revelan que un significativo porcentaje de estudiantes consume sustancias psicoactivas con frecuencia, experimentando ansiedad como resultado, lo que constituye un factor de riesgo relevante.

Además, una proporción significativa de los encuestados admite consumir sustancias diariamente, aunque no se especifica cuáles, subrayando los efectos perjudiciales tanto físicos como mentales y sociales de estos hábitos.

Los resultados sugieren que diversos factores de riesgo, como el consumo frecuente de drogas y la sensación de necesidad compulsiva de consumir, contribuyen a la adicción entre los estudiantes de kinesiología en esta institución. Estos hallazgos subrayan la importancia de implementar intervenciones educativas y preventivas efectivas para abordar estas problemáticas en el ámbito universitario.

Si bien se puede interpretar de los resultados que hay un alto índice de personas consumidoras, los números con respecto a la nomofobia son el doble de alto que la adicción a las drogas.

¿Se evidencia adicción a los videojuegos en estudiantes de kinesiología de la Universidad del Alba en Antofagasta? Los resultados obtenidos muestran una incidencia positiva en la prevalencia de este comportamiento adictivo, aunque no supera a la adicción al celular. Es preocupante cómo afecta la vida estudiantil, dado que descuidar los estudios por jugar puede tener un impacto significativo en el rendimiento académico, especialmente considerando la complejidad del proceso universitario.

La hipótesis inicial del estudio afirmaba que "los estudiantes de la carrera de kinesiología de la Universidad del Alba, sede Antofagasta, presentan varios tipos de adicciones, siendo la más prevalente la nomofobia". Los datos recopilados confirman esta hipótesis de manera contundente, destacando una fuerte dependencia hacia el dispositivo móvil. Esto se refleja en aspectos psicológicos como la ansiedad experimentada cuando el celular no está disponible. Además, el hecho de que la mayoría de los estudiantes encuestados admiten usar sus dispositivos durante las clases sugiere efectos negativos en su rendimiento académico, dado que esto puede distraer y disminuir su atención en el aula.

Es crucial profundizar en la temática de los comportamientos adictivos y en cómo los programas de salud pueden abordarlos. Obtener más información sobre los factores de riesgo, los tipos de personalidades propensas a estas adicciones, los mecanismos de autocontrol, las técnicas de rehabilitación, entre otros aspectos, permitirán mejorar significativamente los esfuerzos para combatir esta creciente problemática. Lamentablemente, parece que estamos perdiendo esta batalla contra las adicciones, que han evolucionado hacia nuevas formas como la dependencia tecnológica.

Estos comportamientos adictivos pueden considerarse la nueva forma de drogadicción en la era digital, una realidad contemporánea que parece destinada a perdurar en el futuro cercano. Con la tecnología arraigada en la vida cotidiana, es esencial aprender a utilizarla de manera saludable y equilibrada, sin caer en la esclavitud ante la tecnología.

6. Referencias

- Barrios-Borjas, D., Bejar-Ramos, V. y Cauchos-Mora, V. (2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: phubbing y nomofobia. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 55(3), 205-206. <https://www.redalyc.org/pdf/3315/331553232008.pdf>
- Salcedo-Cardena, R. y Lara-Salazar, C. (2022). *Nomofobia y su relación con las habilidades sociales en adolescentes*. Universidad Técnica de Ambato. <https://lc.cx/mmYWIs>
- Fuenzalida-Hernández, C., Pino-Abarca, Y. y Ulloa-Fulgeri, J. (2020). *La adicción a la red social Instagram y su relación con el promedio general de las y los estudiantes de tercero medio de un centro educacional de la comuna de Teno, Talca*. Universidad de Talca, Chile.
- Hernández-Contreras, C. y Rivera-Ottenberger, D. (2018). Adaptación Transcultural y Evaluación de las Estructuras Factoriales del test de Adicción a Internet en Chile: Desarrollo de una Versión Abreviada. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 4(49). <https://www.redalyc.org/journal/4596/459657524013/>
- OMS (2022). *Trastornos mentales*. <https://lc.cx/tlua6i>
- Rojas-Jara, C., Henríquez, F., Sanhueza, F., Núñez, P., Inostroza, E., Solís, A. y Contreras, D. (2018). *Adicción a internet y uso de redes sociales en adolescentes: una revisión*. <https://www.aesed.com/upload/files/v43n4-2-rrss.pdf>
- Sociedad Americana de Medicina de la Adicción (2019). ASAM ORG. <https://www.asam.org/>

AUTORES/AS:

Fernanda Cabello Rosas

Universidad del Alba, Chile.

Estudiante de 5to año de la carrera de enfermería en Universidad del Alba, sede Antofagasta. Actualmente cursando el internado profesional en el área extrahospitalaria. En el transcurso de la carrera he participado de manera activa en plazas ciudadanas y puntos de vacunación entregando un amplio conocimiento a los ciudadanos, además de realizar mi internado intrahospitalario en el Hospital Regional de Antofagasta Leonardo Guzman en el área de urgencias. En cuanto a mis aptitudes cuento con la capacidad de trabajar en equipo y adaptarme a diferentes ambientes de manera efectiva.

rosas.cabello09@gmail.com

Darinka Guerra Cofre

Universidad del Alba, Chile.

Estudiante de quinto año de enfermería en Universidad del Alba Antofagasta, Chile. Actualmente cursando el último año de la carrera, realizando la práctica profesional en el área extrahospitalaria. A lo largo de la carrera he participado en distintos eventos solidarios y aportando como futura profesional en stands de primeros auxilios en eventos deportivos de mi ciudad. También cuento con cursos nacionales e internacionales como ACLS los cuales me han ayudado a crecer como futura profesional y así poder entregar una atención segura y de calidad a mis pacientes.

dvguerra@udalba.cl

Adolfo Hidalgo Gomez

Universidad del Alba, Chile.

Estudiante de quinto año de enfermería en Universidad del Alba La Serena, Chile.

Actualmente cursando el último año de carrera, realizando la práctica profesional en el área extrahospitalaria. Durante la carrera profesional he tenido la grata experiencia de participar en prácticas de neurorehabilitación en Clínica Los Coihues en Santiago de Chile y realizar el internado intrahospitalario en el servicio de Neurocirugía en el Hospital San Pablo de Coquimbo, lo cual me ha ayudado a enriquecer aún más mis conocimientos y el trato con el usuario, creciendo como profesional y brindando una atención oportuna segura y de calidad.

aahidalgo@udalba.cl