

**FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS
SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA
INSTITUCIÓN ICOLVEN**



UNAC

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
COLOMBIA

AUTORES

**ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA
JULIANA MEJIA MUÑOZ
NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ENFERMERÍA
MEDELLÍN, COLOMBIA
2023**

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS
SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA
INSTITUCIÓN ICOLVEN

ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA
JULIANA MEJIA MUÑOZ
NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO

TRABAJO DE GRADO

ASESORA: MARY JOHANNA GUZMÁN LOAIZA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ENFERMERÍA
MEDELLÍN, COLOMBIA
2023



UNAC
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
COLOMBIA

Personería Jurídica reconocida mediante
Resolución No. 8529 del 06 de junio de 1983,
expedida por el Ministerio de Educación Nacional.
Carrera 84 No. 33AA-1 Medellín, Colombia
PBX: + 57 (4) 250 83 28
NIT: 860.403.751-3
www.unac.edu.co

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

NOTA DE ACEPTACIÓN

Los suscritos miembros de la comisión Asesora del Proyecto de investigación: **“Efectos de las TICs sobre el desarrollo de hábitos saludables en niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.”**, elaborado por las estudiantes ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA, JULIANA MEJÍA MUÑOZ, NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO, del programa de Enfermería, nos permitimos conceptuar que éste cumple con los criterios teóricos, metodológicos y de redacción exigidos por la Facultad de Ciencias de la Salud y por lo tanto se declara como:

APROBADO- SOBRESALIENTE

Medellín, 07 de junio de 2023

Ph.D. JORGE ANTONIO SÁNCHEZ BECERRA
Coordinador Investigación FCS

MARY JOHANNA GUZMÁN LOAIZA
Asesor

ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA
Estudiante

JULIANA MEJÍA MUÑOZ
Estudiante

NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO

Estudiante



DEDICATORIA

Dedicamos este proyecto principalmente a Dios por habernos dado la vida y permitirnos haber llegado hasta este momento tan importante de nuestra formación profesional.

De igual forma dedicamos esta tesis a padres, madres y hermanos, por ser el pilar más importante en este proceso y por demostrarnos siempre su cariño y apoyo incondicional. Nos han formado con buenos sentimientos, hábitos y valores. Lo cual nos ha ayudado a salir adelante en los momentos más difíciles.

Igualmente está dedicada a aquellos familiares que ya no se encuentran con alguna de nosotras en este mundo, pero siguen siempre presentes en nuestros corazones. Asimismo, sin duda alguna a nosotras, quienes conformamos un gran equipo, y logramos llegar hasta el final del camino.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, damos infinitas gracias a Dios, por habernos dado la fuerza y valor para culminar esta etapa de nuestras vidas.

Agradecemos también la confianza y el apoyo brindado por parte de nuestros padres, que sin duda alguna en el trayecto de nuestras vidas nos han demostrado su amor, corrigiendo faltas y celebrando triunfos.

De igual manera a nuestras docentes Beatriz Torres Avendaño, Johanna Guzmán, y Mavys Martínez Muñoz. Por su valiosa guía y asesoramiento en la realización de este proyecto de grado.

Gracias a la institución ICOLVEN, con cada uno de sus directivos especialmente a la rectora Lucy Amparo Cely, por habernos permitido realizar la investigación dentro de sus instalaciones.

Gracias a todas las personas que ayudaron directa o indirectamente en la realización de este proyecto.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	11
ABSTRACT	13
INTRODUCCIÓN	14
GLOSARIO	15
1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	20
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	20
1.2 JUSTIFICACIÓN	22
1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	25
2. MARCO CONCEPTUAL	26
2.1 MARCO TEÓRICO	26
2.2 MARCO REFERENCIAL	31
2.3 MARCO LEGAL	32
2.4 MARCO DISCIPLINAR:	34
3. OBJETIVOS	36
3.1 OBJETIVO GENERAL	36
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	36
4. METODOLOGÍA	37
4.1 ENFOQUE	37
4.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	37
4.3 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN	37
4.3.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN	37
4.3.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN	37
4.4 MUESTRA	37
4.5 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	38
4.6 ANALISIS DE CONFIABILIDAD	42
4.6.1 CONTROL DE ERRORES Y SEGOS	43
4.7 ESTRATEGIA DE ANALISIS DE DATOS	43
4.8 ASPECTOS ÉTICOS	43
4.8.1 PRIMER NIVEL: PRINCIPIOS ETICOS	43
4.8.2 SEGUNDO NIVEL: NORMAS ÉTICAS	44
4.8.3 TERCER NIVEL: COMITÉS DE ETICA	45
5. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	46

5.1 CRONOGRAMA	46
5.2 PRESUPUESTO	46
6. RESULTADOS	48
6.1 RESULTADOS DE ACUERDO AL OBJETIVO	50
6.1.1 ACCESIBILIDAD A LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS	50
6.1.2 CARACTERÍSTICAS DEL USO DE LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS	50
6.1.3 RUTINA DE HÁBITOS SALUDABLES	52
6.1.4 EFECTOS SOBRE LOS HABITOS SALUDABLES CON EL USO DE LAS TICS	53
7. DISCUSIÓN	55
8. CONCLUSIONES	57
9. RECOMENDACIONES	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59
ANEXOS	67
ANEXO 1: INSTRUMENTO:	67
EXPERTOS QUE VALIDAN EL INSTRUMENTO	73
EVIDENCIAS DE ENCUESTAS DE PADRES	74
EVIDENCIAS DE ENCUESTAS DE LOS NIÑOS	75
ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO	76
EVIDENCIAS DE CONSENTIMIENTO INFORMADO	78
ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LA INSTITUCIÓN	82
ANEXO 4: CERTIFICADO INSTITUCIONAL	84
ANEXO 5: DOCUMENTO DE ACEPTACIÓN DE PROYECTO DE GRADO	85
ANEXO 6: AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	86

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Tabla de variables.....	38
Tabla 2: Cronograma de actividades.....	46
Tabla 3: Tabla de presupuesto.....	46
Tabla 4: Distribución según la accesibilidad a los dispositivos electrónicos en la muestra, de los niños matriculados en la Institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023.....	50
Tabla 5: Distribución según las características del uso de los dispositivos electrónicos en la muestra, de los niños matriculados en la Institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023.....	51
Tabla 6: Distribución según la rutina de los hábitos saludables en la muestra, de los niños matriculados en la Institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023.....	52
Tabla 7: Distribución según los efectos sobre los hábitos saludables con el uso de las TICS, de los niños matriculados en la institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023.....	54
Tabla 8: Validación del instrumento.....	73

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Distribución porcentual por edad de la muestra, de los niños matriculados en la Institución Educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023	48
Figura 2: Distribución porcentual por género de la muestra, de los niños matriculados en la Institución Educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023	49
Figura 3: Distribución porcentual por estrato socioeconómico de la muestra, de los niños matriculados en la Institución Educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023	49

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Instrumento	73
Ilustración 2: Respuesta de la encuesta de padres	74
Ilustración 3: Encuesta para niños 1	75
Ilustración 4: Encuesta para niños 2	75
Ilustración 5: Consentimiento 1	78
Ilustración 6: Consentimiento 2	79
Ilustración 7: Consentimiento 3	80
Ilustración 8: Consentimiento 4	81
Ilustración 9: Consentimiento de la institución	83
Ilustración 10 Certificado Institucional	84
Ilustración 11: Certificado de aceptación	85
Ilustración 12: Autorización para repositorio institucional.	86

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTO:	67
EXPERTOS QUE VALIDAN EL INSTRUMENTO	73
EVIDENCIAS DE ENCUESTAS DE PADRES	74
EVIDENCIAS DE ENCUESTAS DE LOS NIÑOS	75
ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO	76
EVIDENCIAS DE CONSENTIMIENTO INFORMADO	78
ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LA INSTITUCIÓN	82
ANEXO 4: CERTIFICADO INSTITUCIONAL	84
ANEXO 5: DOCUMENTO DE ACEPTACIÓN DE PROYECTO DE GRADO	85
ANEXO 6: AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	86

RESUMEN

En la actualidad la tecnología está casi por completo inmersa en nuestras vidas, y por ende en la de los niños, por medio de las estadísticas se ha evidenciado el aumento de las enfermedades no transmisibles y otras afectaciones en la salud. **El objetivo** del presente trabajo es analizar los efectos sobre los hábitos saludables con el uso de las TICS en niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN. **Con una población** de los padres y niños del grado 5° y 6° de la Instituto Colombo Venezolana ICOLVEN que deseen participar en la investigación. **Los métodos** de la presente investigación tienen un enfoque cuantitativo ya que, por medio de recolección de datos, con base en mediciones numérica y análisis estadístico, se puede establecer patrones de comportamiento y probar las teorías. **Con una muestra** de 51 padres y 51 niños matriculados en los grados 5 y 6 de la institución para el año 2023, la recolección de la información se realizó por medio de un instrumento de creación propia el cual fue validado por profesionales y una prueba piloto realizada en noviembre del 2022, el cual consta de dos encuestas, una para padres aplicada de forma virtual por Forms, y la otra en forma física para niños. **El análisis** se realizó por medio de tablas de frecuencia creadas en Excel. **Resultados:** El 85% de los niños cuenta con un celular inteligente, además la edad en la que obtuvieron el celular está entre 7 a 10 años que corresponde a un 73% con relación a un 27 % que equivale a niños que lo obtuvieron entre los 11 a 13 años de edad, evidenciándose que la edad en la que acceden a los aparatos tecnológicos es cada vez menor. se tiene que el 49% restante de la población no cuenta con un límite de tiempo en su uso. Del total de los participantes que realizaron la encuesta, el 46% de los niños cuentan con la red social de WhatsApp, así un 54% restante en otras redes sociales como Facebook, YouTube, Tik Tok, Twitter. El 88% de los niños realizan algún tipo de actividad física, el 60% con una intensidad de 3 o más días a la semana. **Discusión:** Según un artículo de las Naciones Unidas “en internet, los niños pueden acceder fácilmente a contenidos inadecuados para ellos, como imágenes violentas o pornográficas”, explica el informe. “Otra gran preocupación es la intimidación: padres e hijos a menudo no son conscientes de los grandes riesgos que supone compartir datos personales en la red” **Conclusiones:** se observa que el 100% de los niños encuestados cuentan con conexión a internet. Dentro del análisis, se encontró que el uso de los dispositivos electrónicos se debe principalmente a razones de entretenimiento con un 65,4% con relación a un 23,1% que lo usa con fines académicos. Los niños están haciendo uso de redes sociales inadecuadamente para su edad tales como Instagram con un 13%, Facebook con un 10% y Twitter con un 3%, plataformas que por políticas propias requieren un mínimo de 14 años para su uso.

PALABRAS CLAVE: Hábitos saludables, tecnología, niñez, afectación, salud.

ABSTRACT

Nowadays, technology is almost completely immersed in our lives, and therefore in the lives of children. Statistics have shown an increase in non-communicable diseases and other health problems. The objective of the present work is to analyze the effects on healthy habits with the use of ICTs in children of 5th and 6th grade of the ICOLVEN institution. With a population of parents and children of 5th and 6th grade of the Colombo-Venezuelan high school ICOLVEN who wish to participate in the research. The methods of the present research have a quantitative approach since, by means of data collection, based on numerical measurements and statistical analysis, patterns of behavior can be established and theories can be tested. With a sample of 51 parents and 51 children enrolled in grades 5 and 6 of the institution for the year 2023, the information was collected through an instrument of our own creation which was validated by professionals and a pilot test conducted in November 2022, which consists of two surveys, one for parents applied virtually by Forms, and the other in physical form for children. The analysis was performed by means of frequency tables created in Excel. Results: 85% of the children have a smart cell phone, and the age at which they obtained the cell phone is between 7 and 10 years old, which corresponds to 73% compared to 27%, which is equivalent to children who obtained it between 11 and 13 years old, showing that the age at which they have access to technological devices is getting younger and younger. Of the total number of participants who took the survey, 46% of the children use the WhatsApp social network, and the remaining 54% use other social networks such as Facebook, YouTube, Tik Tok, Twitter. 88% of the children perform some kind of physical activity, 60% with an intensity of 3 or more days a week. Discussion: According to a United Nations article, "on the internet, children can easily access content that is inappropriate for them, such as violent or pornographic images," the report explains. "Another major concern is privacy: parents and children are often unaware of the great risks involved in sharing personal data on the network" Conclusions: it is noted that 100% of the children surveyed have an internet connection. Within the analysis, it was found that the use of electronic devices is mainly due to entertainment reasons with 65.4% in relation to 23.1% who use it for academic purposes. Children are making use of social networks inappropriately for their age such as Instagram with 13%, Facebook with 10% and Twitter with 3%, platforms that by own politics require a minimum of 14 years of age for their use.

KEY WORDS: Healthy habits, technology, childhood, affectation, health.

INTRODUCCIÓN

Es indiscutible que, en la actualidad, la tecnología se ha convertido en una parte indispensable a la hora de realizar múltiples actividades, facilitando así la vida, lo cual es positivo, sin embargo, esto también genera efectos negativos, evidenciándose que, hay un aumento significativo de las tareas cotidianas, en las cuales se ha incrementado el uso de dispositivos electrónicos. De acuerdo a esto “el DANE reveló que, durante el año del inicio de la pandemia, el país obtuvo más de 950 mil nuevos hogares conectados a Internet, es decir casi un millón de familias que entraron a la era digital en 2020”. “Otro dato de interés fue el relacionado con el aumento en el uso del Internet por parte de los colombianos, en su mayoría jóvenes entre los 12 y 24 años (84.1 %), seguidos por los de 24 a 54 años (76.3 %)” “En cuanto al uso de dispositivos como las tabletas, el DANE revela que la finalidad de uso es de un 36,9 % para educación y 46,4 % para entretenimiento, cifra igualmente alta en el caso de teléfonos inteligentes o smartphones (59,1 %), trabajo (22,2 %) y educación (18,7%)” (1).

Debido a este aumento, la tecnología está llegando con mayor facilidad a los niños y niñas, cada vez a más temprana edad.

Ahora bien, la importancia de este tema radica en que los niños y niñas, han aumentado el uso de dichos dispositivos, dedicando cada vez menos tiempo, para realizar actividades que permiten la creación y fortalecimiento de hábitos saludables, reemplazándolo por pasar tiempo de ocio digital. Este pasatiempo fácilmente se convierte en sedentarismo tecnológico, que poco a poco genera consecuencias. “Muchos niños ya no salen a jugar como lo hacían antes, ahora sólo se quedan encerrados con los videojuegos o cualquier otro dispositivo tecnológico, por lo que pierden oportunidades importantes para practicar y dominar las habilidades interpersonales, de comunicación y movimiento” (2),

“Los medios y los dispositivos digitales son una parte integral de nuestro mundo de hoy. Las ventajas de estos dispositivos, si se utilizan de manera moderada y apropiada, pueden ser grandes. Pero, los estudios de investigación han revelado que pasar tiempo frente a frente con la familia, los amigos y los profesores cumple una función fundamental en promover el aprendizaje y el desarrollo saludable de los niños. Mantenga contacto frente a frente y no se pierda detrás de una corriente de contenido mediático y de la tecnología” (3).

Como se podrá observar, a lo largo del trabajo de investigación, no solamente se generan afecciones físicas sino también, mentales y emocionales. De aquí la importancia de realizar investigaciones en el tema, con el fin de identificar cuáles son las costumbres y hábitos que tienen los niños y cómo la tecnología forma parte de estos.

GLOSARIO

- **Abuso de la tecnología:** Para algunas personas, el uso de las nuevas tecnologías puede convertirse en un abuso e incluso en una conducta adictiva. En el momento que estas conductas gratificantes se viven como una necesidad imperiosa o se convierten en un comportamiento inevitable, podemos hablar de adicción (4).
- **Amistad:** La amistad es una relación afectiva que se puede establecer entre dos o más individuos, a la cual están asociados valores fundamentales como el amor, la lealtad, la solidaridad, la incondicionalidad, la sinceridad y el compromiso, y que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo (5).
- **Ansiedad:** La ansiedad es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés (6).
- **Apoyo social:** Una red de apoyo social está compuesta por amigos, familiares y pares. Una red de apoyo social es diferente de un grupo de apoyo, que suele ser una reunión estructurada liderada por un profesional de la salud mental (7).
- **Certidumbre jurídica:** la seguridad jurídica es el conocimiento y la certeza que tienen los gobernados de qué es lo que se estipula en la ley como permitido o prohibido y, cuáles son los procedimientos que se deben llevar a cabo en cada caso, según lo establecido en la constitución y demás reglamentos que conforman el marco legal de un país (8).
- **Crecimiento:** se refiere al aumento de tamaño, cantidad o intensidad de algo (9).
- **Crianza humanizada:** bidireccional reflexiva, basada en la búsqueda permanente de conocimientos que modifiquen y consoliden las actitudes y por lo tanto las prácticas. Además, tiene en cuenta a los niños, niñas y adolescentes fundamentalmente para el presente, así como para el futuro (10).
- **Comunicación:** La comunicación es el intercambio de información que se produce entre dos o más individuos con el objetivo de aportar información y recibirla. En este proceso intervienen un emisor y un receptor, además del mensaje que se pone de manifiesto (11).
- **Cyberbullying:** como una conducta agresiva e intencional, que se repite de forma frecuente en el tiempo, mediante el uso por parte de un individuo o grupo de dispositivos electrónicos sobre una víctima que no puede defenderse fácilmente por sí misma (12).

- **Depresión:** trastorno mental caracterizado fundamentalmente por un bajo estado de ánimo y sentimientos de tristeza, asociados a alteraciones del comportamiento, del grado de actividad y del pensamiento (13).
- **Desarrollo:** El desarrollo es el curso de los cambios en la conducta sensorio motriz, la respuesta emocional, la inteligencia, el lenguaje y el aprendizaje (14).
- **Desgaste ocular:** enfermedad frecuente que se produce cuando los ojos se cansan debido al uso intenso como, por ejemplo, cuando se conduce distancias largas o se mira la pantalla de la computadora o de otros dispositivos digitales (15).
- **Disciplina científica:** formas de organización del conocimiento que pueden justificarse por criterios temáticos u ontológicos, así como por criterios históricos y también socio institucionales o por una combinación de los tres (16).
- **Educación:** formación práctica y metodológica que se le da a una persona en vías de desarrollo y crecimiento. Es un proceso mediante el cual al individuo se le suministran herramientas y conocimientos esenciales para ponerlos en práctica en la vida cotidiana (17).
- **Emociones:** reacciones que todos experimentamos: alegría, tristeza, miedo, ira... Son conocidas por todos nosotros, pero no por ello dejan de tener complejidad. Aunque todos hemos sentido la ansiedad o el nerviosismo, no todos somos conscientes de que un mal manejo de estas emociones puede acarrear un bloqueo o incluso la enfermedad (18).
- **Enfermedad crónica:** Las enfermedades crónicas casi siempre se presentan en adultos mayores y a menudo se controlan, pero no se curan. Los tipos más comunes de enfermedades crónicas son el cáncer, la cardiopatía, el accidente cerebrovascular, la diabetes y la artritis (19).
- **Estrabismo:** problema que afecta a la coordinación de los movimientos de los ojos, de modo que cada uno de ellos mira en una dirección diferente. La desviación puede ser permanente o puede aparecer y desaparecer, aparentando normalidad en algunas ocasiones (20).
- **Experimentar:** Probar y examinar [las condiciones o propiedades de una cosa] por la práctica o la experimentación. Notar, sentir en sí [un cambio o modificación orgánica o afectiva]; sentir los efectos [de un cambio cualquiera] (21).
- **Exposición a pantallas:** Se ha demostrado que los problemas visuales de hoy en día comienzan en edad temprana, principalmente por la alta exposición a la pantalla de niños pequeños. La exposición a la luz azul de

las pantallas daña los ojos, también a los adultos, pero hay que considerar que los niños aún están desarrollando su visión, por lo que hay que cuidarla en mayor medida (22).

- **Hábitos saludables:** Un hábito saludable es aquel comportamiento o conducta que realizamos y que afecta de forma positiva en nuestro bienestar físico, mental y social. En general, los hábitos saludables se refieren a la alimentación, a la higiene y al deporte (23).
- **Hipermetropía:** es un trastorno común de la vista en la que puedes ver claramente objetos distantes, pero los objetos cercanos pueden resultar borrosos. El grado de tu hipermetropía afecta tu capacidad de enfoque (24).
- **Humanos unitarios:** La teoría de los seres humanos unitarios, propuesta por Martha Rogers en 1983 (7), describe la enfermería como una ciencia y un arte, sugiere que la práctica es la forma como se utiliza el conocimiento de enfermería, es decir la ciencia y el uso creativo de este conocimiento se evidencia en el arte de la práctica (25).
- **Inocencia:** En su sentido más amplio, la inocencia se vincula a la falta de culpabilidad en relación a cualquier tipo de pecado, falta o crimen. De este modo, la inocencia aparece asociada a un estado puro del alma (26).
- **Juegos:** Su función principal es proporcionar entretenimiento y diversión, aunque también puede cumplir con un papel educativo. Se dice que los juegos ayudan al estímulo mental y físico, además de contribuir al desarrollo de las habilidades prácticas y psicológicas (27).
- **Mal uso de la tecnología:** Existe un trastorno de adicción a internet (TAI) derivado del abuso. Pérdida del sentido de la realidad. Dificultades en aprendizajes. Problemas en la lectura, la escritura y el desarrollo del pensamiento abstracto (28).
- **Necesidad de información:** carencia de conocimiento sobre un fenómeno. Y por su parte el fenómeno de la determinación de las necesidades consta de tres fases: el surgimiento de las necesidades, el comportamiento informativo y la satisfacción de las necesidades (29).
- **Niñez:** La niñez es la etapa del desarrollo humano que abarca desde el nacimiento hasta la entrada a la pubertad o adolescencia, momento que puede variar entre los 12 y 13 años según la persona (30).
- **Nomofobia:** Esta adicción llamada nomofobia consiste en el miedo irracional a no tener el móvil o a estar incomunicado a Internet. Ha ido en aumento en los últimos años debido a la mayor facilidad de adquisición de smartphone y al auge de las redes sociales (31).

- **Ocio digital:** El ocio digital es, precisamente, todo aquel pasatiempo que una persona puede disfrutar desde sus dispositivos móviles. Eso sí, así se trate de su teléfono celular o su computador, el dispositivo tiene que estar conectado a la red para poder aprovechar todo lo que el ocio digital tiene para ofrecer (32).
- **Pandimensionalidad:** dominio infinito, sin límites, y expresa, de la mejor manera posible, la idea de un todo unitario. Rogers la define como un dominio no lineal que carece de atributos espaciales o temporales (33).
- **Preadolescencia:** se suele considerar como la etapa del crecimiento en la que se pasa de la niñez a la adolescencia. La duración de esta fase del desarrollo humano se sitúa entre los 10 y los 13 años, aunque depende en gran medida del sexo; en las mujeres se suele dar entre los 10 y los 12 años y en los hombres entre los 12 y los 14 (34).
- **Presencia virtual:** La presencia digital engloba todo el material de tu empresa que esté publicado en internet, desde newsletters, imágenes, blogs, tu página web y hasta las redes sociales que tengas activas y donde generes contenido. Existen diversas herramientas y conceptos que te ayudarán a obtener una presencia online exitosa (35).
- **Prevención:** Se refiere a la preparación con la que se busca evitar, de manera anticipada, un riesgo, un evento desfavorable o un acontecimiento dañoso. Pueden prevenirse enfermedades, accidentes, delitos, etc. (36).
- **Promoción:** Promoción es la acción de promocionar una persona, cosa, servicio, etc. Tiene como objetivo promover y divulgar productos, servicios, bienes o ideas, para dar a conocer y persuadir al público de realizar un acto de consumo (37).
- **Pubertad:** Pubertad es el momento de la vida cuando un niño o una niña madura sexualmente. Es un proceso que suele ocurrir entre los 10 y 14 años para las niñas y entre los 12 y 16 para los varones. Causa cambios físicos y afecta a niños y niñas de manera distinta (38).
- **Sedentarismo tecnológico:** La alteración de la rutina, el sueño, la creatividad, el declive del juego, la falta de imaginación, las habilidades de lenguaje, la función ejecutiva, la memoria episódica, la atención, la velocidad de procesamiento, la memoria de trabajo, entre otras cosas, se han visto alteradas cuando existe el llamado sedentarismo tecnológico (39)
- **Tecnologías blandas:** tecnología blanda a todos aquellos conocimientos, disciplinas, procedimientos y metodologías relacionadas con las interrelaciones humanas y los procesos sociales que las rigen (40).

- **Tecnologías duras:** conjunto de conocimientos organizacionales, administrativos y de comercialización, excluyendo del grupo a todos aspectos meramente técnicos (40).
- **TICS:** Las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC), son el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas informáticos, aplicaciones, redes y medios; que permiten la compilación, procesamiento, almacenamiento, transmisión de información como: voz, datos, texto, video e imágenes (41).
- **Trastorno adictivo comportamental:** Las adicciones comportamentales son conductas repetitivas que resultan placenteras y que generan una pérdida de control y por supuesto, dependencia. Por parte de la persona que tiene una adicción comportamental, existe una incapacidad para repartir el tiempo en actividades varias y se centra en una sola actividad (42).
- **Trastorno mental:** “un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad” (43).

1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Es evidente que el uso de la tecnología es indispensable para la vida de los jóvenes y adultos de la sociedad actual, especialmente en los niños siendo ellos los que normalmente tienen más conocimiento del uso de estos; “Los avances tecnológicos en los últimos años han sido una fase fundamental en la vida diaria del ser humano, sin embargo, los niños se sienten atraídos por los nuevos aparatos electrónicos y quieren que ellos hagan parte de su cotidianidad, sin tomar en cuenta los peligros y afectaciones que puede traer consigo el no control de la utilización de la tecnología”. Por el uso excesivo de las pantallas y aparatos tecnológicos ha evidenciado los grandes efectos negativos en la salud en la salud que esta conlleva (44).

No se puede ocultar que en la actualidad los niños nacen en ambientes completamente tecnológicos, “desde el momento en que cientos de millones de niños llegan al mundo, están inmersos a encontrar comunicación y conexiones digitales. A medida que los niños crecen, la capacidad de utilizar la digitalización para dar forma a sus experiencias de vida crece con ellos, ofreciéndoles oportunidades aparentemente ilimitadas para aprender, socializar y para ser transmitidos a otros” (45).

Como lo demuestra una investigación realizada en Arequipa Perú, “El 12% de la muestra estudiada presentaba una alteración ligera en la conducta y el 4% una alteración moderada en la conducta, mientras que el 84% de la muestra, la alteración de la conducta no está constatada, nos indicaría que existe un 16% de conductas disruptivas en la población; por lo que podríamos afirmar que existen niños y niñas que presentan conductas disruptivas y que además ellos tienen el mayor consumo de esta nuevas tecnologías” (46).

Se asume que hay interrogantes sobre el tiempo que pasan frente a la pantalla conectados, aunque todavía se debaten, siendo cada vez más inciertas. Esto es así porque no hay un acuerdo claro sobre el tiempo en que pasa de ser moderado a ser excesivo; el concepto de ¿cuánto es demasiado? Es una cuestión personal que depende de la edad del niño, y de sus características individuales. A muchos niños en contextos de alta conectividad les resulta difícil estimar cuánto tiempo pasan con la tecnología digital, ya generalmente la utilizan todo el tiempo (47).

De igual forma, un estudio realizado en Colombia nos muestra mediante estadísticas que “un 84% de los niños y jóvenes colombianos de entre 9 y 16 años ya tiene perfiles en las principales redes sociales, a pesar de que estos sitios solo permiten su apertura a partir de los 13 años. Este es uno de los resultados de un reciente estudio elaborado por Exabit y Tigo-Une, en instituciones educativas de Medellín, Bogotá, Barranquilla, Bucaramanga, Cartagena, Cali, Pereira y Manizales” (48).

Por otro lado

“El estudio, realizado en conjunto con la universidad Eafit, confirma que el dispositivo preferido para conectarse es el teléfono inteligente, que usa un 75% de los encuestados, frente a 55% que lo hace a través de tabletas y 28%, desde computadores portátiles. Su red social preferida es Facebook (la usa el 37%), seguida de WhatsApp (26%), Messenger (8%), Instagram y YouTube (7% cada una). Los niños y adolescentes se conectan a Internet, en promedio, 3 horas y 31 minutos cada día, aunque aquellos en el límite inferior de edad solo lo hacen durante 1 hora y 46 minutos, mientras que los de más edad pasan hasta 5 horas en línea” (48).

Acorde con lo anterior, “los peligrosos comportamientos o actitudes riesgosas de la relación de los niños y jóvenes con internet, ha demostrado que un 49% se siente disgustado cuando no se ha podido conectar, 43% ha intentado sin éxito navegar menos, 31% ha descuidado a su familia por estar conectado a internet y 20% se ha quedado sin comer o dormir por estar en la red” (48).

Además, se evidencia que el uso excesivo de los aparatos electrónicos causa daños psicológicos en los niños, tales como la depresión, ya que ellos si no tienen a su alcance tabletas o celulares se frustran. A Partir de esto también empiezan a confundir entre la realidad y la fantasía creando conflictos en su interior (49).

Es un hecho que estos dispositivos inteligentes como fueron mencionados anteriormente, se han convertido en indispensables para el aprendizaje, y por medio de ellos se puede brindar la educación que los niños y jóvenes necesitan en este tiempo de modernidad; pero esto también tiene su contraparte ya que si no se hace un uso adecuado veremos problemas como los que mencionaremos a continuación.

La Revista: Caribeña de Ciencias Sociales cita:

“Estudios realizados por (Grant, 2010) señalan que el niño que usa las nuevas tecnologías, lo hace para divertirse, comunicarse, jugar y disfrutar con dicha actividad, está haciendo un uso normal de éstas; pero, cuando la tecnología pasa de ser un medio a convertirse en un fin, se plantea que puede estar desarrollándose un trastorno adictivo comportamental, es decir que se comienza a tener la pérdida de control sobre una conducta que genera la aparición de consecuencias adversas y un fallo en la resistencia al impulso o tentación de realizar un acto dañino para él mismo u otros” (50).

Así mismo, Nadia Goren, psicóloga infantil, manifiesta que “el abuso de esta herramienta, sobre todo en la infancia, es la que conlleva a una adicción en el futuro. Los niños que dedican más de dos horas de su día a estas actividades pueden presentar una baja en el rendimiento de sus actividades escolares” (51).

Por otro lado, un artículo de la RL (La República) dice que “los niños de 10 a 16 años, al día usan internet en un aproximado de 2 a 5 horas”. Puntualmente en Antioquía nos dice que “en Medellín el uso del celular es de 79% por un promedio de 3 horas diarias” (52).

A la situación anterior se suman los problemas que afectan exclusivamente la salud; para ello citamos un estudio realizado por El hospital infantil de Medellín, publicado en el 2017, dicho estudio expresa algunos de los efectos adversos del uso a temprana edad de la tecnología tales como “Las consolas de videojuegos y las Tablet son por excelencia las plataformas más usadas por los niños y niñas y es aquí donde pueden surgir diversos tipos de desgaste ocular.” Además, menciona algunos problemas por el uso prolongado tales como “fatiga visual, sensación de cuerpo extraño en el ojo” “y /o empeorando problemas como Hipermetropía o estrabismo” (53).

Lo anterior muestra de manera contundente lo vulnerables que son los niños frente a estos dispositivos inteligentes. Tomando en cuenta tanto las estadísticas mencionadas anteriormente como las consecuencias del uso inadecuado, se evidencia la falta de estudios de este aspecto en la institución educativa ICOLVEN, ya que no se encontró ningún referente anterior.

1.2 JUSTIFICACIÓN

Según la OMS “se ha demostrado que la actividad física regular ayuda a prevenir y controlar las enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes y varios tipos de cáncer. También ayuda a prevenir la hipertensión, a mantener un peso corporal saludable y permite el mejoramiento de la salud mental, la calidad de vida y el bienestar” (54).

Es indiscutible el hecho de que los seres humanos debemos realizar ejercicio físico para llevar una vida relativamente estable, si en cuanto a salud física y mental nos referimos. En igual o mayor proporción es indispensable evitar el sedentarismo en la infancia, con ejercicio físico se estimula el crecimiento y el desarrollo en los niños, tanto con el entrenamiento guiado como con los juegos en los que participan del entorno.

Apoyando lo anterior, Sanitas España, nos dice que inculcar a los niños la práctica regular de ejercicio físico desde muy pequeños, no sólo favorece su desarrollo físico y cognitivo, sino que les aporta otros beneficios importantes a corto, mediano y largo plazo (55).

De la misma manera, se ha demostrado que la recreación es el medio más efectivo para promover el ejercicio físico en la infancia; evitando enfermedades como la obesidad, hipertensión arterial, entre otras. La Unicef Boliviana muestra cómo esto se puede llevar a cabo por medio de un proyecto que fue realizado, este es llamado: “¡Listos a Jugar! Es una iniciativa educativa y de comunicación para promover hábitos de vida saludables en niñas y niños de 3 a 6 años, a través de contenidos transmitidos en video de manera entretenida y educativa” (56).

En referencia a las TICS, estas han cambiado el estilo de enseñar y producir conocimiento; ofrecen recursos que facilitan la realización de múltiples tareas en la educación como medio didáctico para estimular la atención de niños y niñas en proceso escolar. Estas tecnologías apoyan procesos por medio del internet de información, programas o software, redes sociales y tabletas inteligentes. Según el Ministerio de Educación Nacional de la mano con el Ministerio de las TICS, tienen como políticas la modernización de los recursos didácticos que los docentes utilizan en el interior de las aulas, para generar aprendizajes significativos (57).

Cabe recalcar que el incumplimiento de las recomendaciones actuales sobre actividad física provoca más de 5 millones de muertes en todo el mundo, cada año en todos los grupos de edad. Actualmente, más del 23% de los adultos y del 80% de los adolescentes no realiza suficiente actividad física. Si se establecen a una edad temprana, las costumbres relativas a la actividad física saludable, el sedentarismo, y el sueño ayudan a moldear los hábitos a lo largo de la infancia; la adolescencia y la edad adulta (58).

Seguidamente el patrón de actividad general a lo largo de las 24 horas del día es clave: hay que reemplazar los periodos prolongados de actividades sedentarias frente a una pantalla por juegos más activos, velando al mismo tiempo por que tengan un sueño suficiente y de buena calidad. El tiempo dedicado a la tecnología, puede ser utilizado a leer, contar cuentos, cantar, y jugar en compañía del cuidador; siendo esto muy importante para el desarrollo de los niños (58).

Es indispensable que los niños y adolescentes comprendan la importancia de evitar enfermedades en su edad adulta; por eso es pertinente poder usar los recursos tecnológicos para transmitir de manera eficaz una sana alimentación a través de mensajes y videos que sean entendibles para las familias y niños. Que no tengan mucho contenido o sean muy extensos, deben ser muy dinámico, sencillo, de fácil comprensión, acorde al nivel sociocultural de los receptores (58).

Esto debe ir alineado hacia lo estipulado en la ley 1616 del 2013 cuyo planteamiento muestra “El objeto de la presente ley es garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental” para poder dar cumplimiento debemos cuidar en todos los ámbitos a nuestros niños en lo que respecta a la tecnología, tanto en tiempo como en contenido, tomando en cuenta que esto termina afectando de forma más concurrente a los más pequeños (59).

Por esto hacemos hincapié en el uso adecuado de la tecnología haciendo parte de una crianza humanizada, lastimosamente este no es un tema del que la población general conozca mucho. Una investigación realizada en Medellín manifiesta: “En nuestra Encuesta de Percepción Ciudadana Medellín 2017

encontramos que el obstáculo más grande en la crianza humanizada es aprender a vivir juntos en familia” (60).

Por otra parte, “aunque el internet y las ofertas de ocio digital han estimulado una enorme creatividad y ampliado el acceso de los niños a una gran cantidad de contenido enriquecedor y entretenido, tales tecnologías han ampliado enormemente las plataformas para la libre expresión de ideas, también han agravado la propagación de un discurso de odio y de otros contenidos negativos que pueden moldear la visión que nuestros hijos tienen tanto del mundo como de sí mismos” (45).

Como se menciona en el artículo Niños En Un Mundo Digital

“Para los niños desfavorecidos, como por ejemplo los niños que viven con discapacidades, la conectividad puede significar la diferencia entre la exclusión social y la igualdad de oportunidades. Para los niños en tránsito, puede significar un viaje más seguro, la oportunidad de mantenerse en contacto con los miembros de su familia; oportunidades educativas en un país extranjero. A medida que los niños llegan a la edad adulta y entran al mundo del trabajo, la conectividad puede significar cada vez más la diferencia entre la capacidad de ganarse la vida o no. Aquellos con acceso a tecnologías digitales y a las aptitudes necesarias para hacer el mejor uso de ellas, disfrutarán de una ventaja sobre aquellos que no lo están” de aquí la importancia de una educación en el uso correcto (17).

Ahora bien, en Antioquia se conoce algunos estudios que nos permiten ver cómo la tecnología puede ser usada de forma correcta y para los fines adecuados, pero en la institución donde se llevará a cabo este proyecto no se encontró algo concreto.

Por todo lo mencionado anteriormente se puede inferir que este proyecto es viable, tanto por el lugar donde se llevará a cabo debido a la gran población infantil y adolescente que se alcanzará, como por la necesidad de conocimiento respecto a esto, siendo un tema de actualidad de gran importancia, del cual cabe destacar que aplicado adecuadamente será de gran utilidad para los niños, adolescentes y para la comunidad educativa en general.

Para cumplir este objetivo, se tienen todos los recursos humanos, económicos y tecnológicos necesarios para llevar a cabo con éxito la investigación. Así podremos brindar un impacto positivo a dicha población, mostrando un uso correcto y coherente de la tecnología respecto a los hábitos saludables, que permitan mitigar las consecuencias de su mal uso y por consiguiente aportar para mejorar la sociedad.

En consecuencia, en la Institución Educativa ICOLVEN, se hace necesario valorar cómo se encuentran en este tema, si se tiene dicha problemática y así aportar a la solución mostrando alternativas y formas de uso adecuados.

1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los efectos sobre los hábitos saludables con el uso de las TICS en niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN?

2. MARCO CONCEPTUAL

Para entrar en materia, se intervendrán los temas macro de la presente investigación, y así tener una visualización de un todo.

2.1 MARCO TEÓRICO

Niños de 8 a 12 años:

En primer lugar, se tomará como sujeto de estudio a los niños escolares aproximadamente de 8 a 12 años, una población categorizada como vulnerable e inocente, pero indiscutiblemente con muchas capacidades intelectuales y sociales.

Primeramente, se valorará cómo es el desarrollo físico - motor que pueden manifestar en estas edades los niños y las actividades que implementan en su vida cotidiana.

Los niños de 9, 10 y 11 años siguen creciendo en altura y peso a un ritmo normal, aunque en estos años es cuando suele aparecer el fenómeno de los “estirones”. Por norma general, los chicos suelen ser más altos y pesados que las chicas. Y en esta etapa se produce un hecho muy importante: el desarrollo empieza a ser diferente en niños que en niñas (61).

A partir de los 10 u 11 años en las chicas se inicia el desarrollo del pecho, las caderas se ensanchan, la musculatura se afina... Sin embargo, el desarrollo de estos caracteres sexuales en chicos es algo posterior. Este desarrollo físico distinto en chicos y en chicas tiene su reflejo a nivel psicológico (61).

A medida que los niños crecen, se puede notar que desarrollan habilidades nuevas y emocionantes. Si bien los niños pueden progresar a velocidades diferentes y tener intereses diversos, los siguientes son algunos de los hitos comunes que los niños pueden alcanzar en este grupo etario: **Niños de 8 a 9 años:** más graciosos con los movimientos y las capacidades; saltan, brincan y persiguen; se visten y acicalan solos completamente; pueden usar herramientas (es decir, martillo, destornillador). **Niños de 10 a 12 años:** se desarrollará el resto de los dientes de adultos; les gusta coser y pintar (62).

Una parte muy importante del crecimiento es la capacidad de interactuar y socializar con otros. Durante los años escolares, los padres verán una transición en su hijo a medida que pasa de jugar solo a tener múltiples amigos y grupos sociales. Si bien la amistad se torna más importante, el niño sigue apreciando a sus padres y le gusta la idea de ser parte de una familia (62).

Si bien todos los niños son únicos y desarrollan personalidades diferentes, las siguientes son algunas de las características comunes que pueden estar presentes en el niño: **Niños de 8 a 9 años:** les gusta la competencia y los juegos; comienzan a mezclar amigos y juegan con niños del sexo opuesto; pudorosos acerca del cuerpo; disfrutan de clubes y grupos, tales como Niños exploradores o Niñas exploradoras; se empiezan a interesar en relaciones entre niños y niñas, pero no lo admiten. **Niños de 10 a 12 años:** los amigos son muy importantes, puede que tengan un mejor amigo; aumenta el interés en el sexo opuesto; sus padres les agradan y los respetan; disfrutan de hablar con los demás (62).

Por ende, cuando nos referimos al comportamiento también es probable que el niño muestre ya claras señales de una creciente independencia de la familia y un mayor interés en los amigos. Tener buenas amistades es muy importante para el desarrollo del niño; sin embargo, la presión de sus pares puede ser muy fuerte en esta etapa. Los niños que se sienten bien consigo mismos son más capaces de resistir la presión negativa de los pares y toman mejores decisiones por sí mismos (63).

En esta etapa de su vida, es importante que los niños adquieran el sentido de la responsabilidad mientras van desarrollando su independencia. También podrían comenzar los cambios físicos de la pubertad, especialmente en las niñas. Otro cambio significativo para el cual los niños deben prepararse a esta edad es el comienzo de la escuela secundaria (63).

Asistir al colegio no sólo aumenta los niveles de conocimiento de los niños, sino que además los ayuda a desarrollar importantes habilidades sociales y a aprender cómo relacionarse con personas distintas a su familia. Los niños y niñas comienzan a formar parte de grupos de amigos de su edad, donde existe confianza y apoyo mutuo (64).

Así, cuestiones como las burlas, por alguna condición física, por la forma de hablar, por tener un poco más de peso, por no ser bueno en algún deporte... Todo ello puede provocar reacciones impredecibles en los niños incluso problemas de aislamiento con respecto a sus amigos o, peor aún, odiándose a sí mismos por ser como son (64).

El niño/a se valora a sí mismo y es capaz de comunicar sus sentimientos en distintas situaciones. Comprende de mejor manera los sentimientos y emociones de otras personas, entendiendo que uno puede experimentar más de una emoción al mismo tiempo.

El desarrollo del lenguaje permite que el niño o niña exprese de mejor manera lo que está sintiendo, lo que se ve estimulado por la mayor cercanía con otras personas, especialmente las de su misma edad. Otro aspecto característico de esta edad es que la actitud de años anteriores del niño o niña centrada en sí mismo/a, va cediendo a una mayor conciencia de los otros (64).

La Tecnología:

La tecnología es conocida como un producto o solución conformado por un conjunto de instrumentos, métodos y técnicas diseñados para resolver un problema.

Generalmente, “se asocia la tecnología con el saber científico y la ingeniería; sin embargo, tecnología es toda noción que pueda facilitar la vida en sociedad, o que permita satisfacer demandas o necesidades individuales o colectivas, ajustadas a los requerimientos de una época específica”.

Por otro lado, “la tecnología también se refiere a la disciplina científica enfocada en el estudio, la investigación, el desarrollo y la innovación de las técnicas y procedimientos, aparatos y herramientas que son empleados para la transformación de materias primas en objetos o bienes de utilidad práctica”.

Actualmente, se reconoce la clasificación de la tecnología en dos categorías: tecnologías duras y tecnologías blandas.

Duras: Es todo producto, solución o componente tangible cuya creación proviene de la transformación de materiales.

Blandas: Es todo el conocimiento o metodología que ha sido creado para mejorar las dinámicas sociales. Se le llama así porque se genera a partir de las llamadas ciencias blandas, como la psicología, la economía, las letras, la estadística, las ciencias sociales, etc. (65).

Por otro lado, los niños y adolescentes menores de 18 años representan aproximadamente uno de cada tres usuarios de internet en todo el mundo. Llevando a que se presenten todas estas desventajas a continuación.

En las últimas investigaciones un número mayor de pruebas empíricas revelan que los niños están accediendo a internet a edades cada vez más tempranas. “En algunos países, los niños menores de 15 años tienen la misma probabilidad de usar internet que los adultos mayores de 25 años”.

Las tecnologías digitales pueden brindar oportunidades económicas al proporcionar a los jóvenes servicios de capacitación y búsqueda de empleo, y al crear nuevos tipos de trabajos.

Igualmente “la tecnología digital también puede hacer que los niños sean más susceptibles de sufrir daños en línea y fuera de línea. Los niños ya vulnerables pueden correr un mayor peligro de sufrir algún tipo de daño, incluida la pérdida de privacidad”.

En otras palabras, las TICS están intensificando los riesgos tradicionales de la niñez, “como la intimidación, y fomentando nuevas formas de abuso y explotación infantil, como el material con un contenido de abuso sexual infantil

hecho a medida de los usuarios y la transmisión en vivo de actos de abuso sexual infantil”.

Ciertas personas sin escrúpulos pueden comunicarse más fácilmente con niños desprevenidos a través de sus perfiles en las redes sociales y los foros de juego anónimos y sin protección, esto dejando en evidencia las desventajas que podemos encontrar en un mal uso de la tecnología (45).

Sin embargo, la tecnología contiene ventajas muy positivas para el desarrollo intelectual, físico y social.

Asimismo, como lo expresa Mario Fernández, neurocientífico de la Universidad Autónoma de Madrid, “lo primero que hay que hacer es entender que la tecnología ha venido para quedarse. Si a tu hijo no le das un móvil cuando el resto de compañeros lo tienen, entonces le estás perjudicando. Lo que hay que hacer es enseñarle que esto es una herramienta, no un fin”. Y Salmerón añade: “Sería un error intentar aislar al niño de algo que le va a llegar, y que puede provocar riesgos mayores. La tecnología es algo que va a necesitar” (66).

Hábitos saludables

“Los hábitos de vida saludable son el conjunto de prácticas alimentarias, de higiene, cuidado personal, autorregulación, relaciones interpersonales, actividad física y descanso que nos ayudan a vivir una vida más saludable” (56).

Durante la infancia se forman los hábitos, entre estos hábitos que se van formando tenemos la autorregulación, la cual es de suma importancia cuando el niño crece. Ya que por medio de este hábito podrá tomar decisiones importantes en su vida que permitirá regular la exposición a hábitos dañinos. “La autorregulación es el área que enfatiza un conjunto de destrezas transversales que cumplen un importante papel en el mantenimiento de los hábitos saludables. Este conjunto de destrezas ayuda a las niñas y niños a captar señales de su entorno y modular su comportamiento de acuerdo a ellas”. Como se verá más adelante cualquier cambio del entorno como los hábitos afectan directamente el bienestar físico y emocional (56).

Ahora bien, si no se maneja un uso adecuado de las TICS, el uso no controlado de estas perjudicará el desarrollo de hábitos saludables tales como:

- Alimentación saludable.
- Cuidado personal.
- Conciencia del cuerpo.
- Actividad física (56).

El periódico El Colombiano publicó un artículo donde menciona la importancia de enseñar a los niños a cuidarse de la tecnología y la información que por medio de ella reciben. “El 70 % de los padres de familia sienten que los niños están bien informados sobre los problemas relacionados con la seguridad en línea,

según un estudio de Google”. además, dice, “En esta investigación se encontró que la edad en la que se le entrega el primer celular es entre los 9 y 10 años. “Es una decisión netamente de los padres de familia, al ser una guía de sus hijos deben tener el conocimiento suficiente sobre los aspectos de seguridad en línea para ayudarlos a enfrentar los retos del mundo digital”. Sin embargo, se encuentra poca información respecto a alguna preocupación de los padres y los hábitos de sus hijos y cómo estos se ven modificados con el uso de las TICS (67).

El artículo concluye diciendo “Hay que entender que toda herramienta online que hoy tenemos para que nuestros hijos accedan debe tener un uso sano, positivo y constructivo, entonces el reto de los padres es precisamente que los hijos lo usen de esa manera” (67).

Ahora bien, qué tanto afectan las tecnologías actuales a los hábitos saludables que por conexión propia afectan la salud, según la OMS “a nivel global la población está en riesgo de padecer algún tipo de enfermedad crónica; como resultado de la disminución del gasto de energía y consecuentemente aumento en la grasa corporal, producto de falta de actividad física y/o comportamientos sedentarios”.

“El sedentarismo es un problema a nivel mundial, ya que las sociedades actuales se caracterizan por sustituir el tiempo libre dedicado a la práctica de actividad física por el uso de tecnologías (televisión, computadora, Tablet, celular, Internet, redes sociales, entre otros), lo que recientemente se ha denominado como “sedentarismo tecnológico”, y que tiene presencia importante, tanto en los hogares como en los recintos educativos” (68).

Con lo anterior podemos concluir en que no solo es importante preocuparnos solamente del riesgo que corren los niños con toda la información y la influencia que residen por medio de la tecnología, sino que también es importante entender que se debe incentivar la formación de hábitos saludables que generen barreras contra consecuencias como las diferentes enfermedades mencionadas anteriormente y también fomentar una relación social adecuada que más adelante será fundamental para el futuro joven del país y la formación de una mejor sociedad.

“Nuestro bienestar general está determinado por las experiencias físicas y emocionales que tenemos a diario. Como la tecnología sigue siendo una parte tan importante de nuestras vidas, desde la forma en que representamos quiénes somos hasta las interacciones que tenemos con los demás, también tiene un impacto en nuestro bienestar” (69).

2.2 MARCO REFERENCIAL

A nivel mundial algunos investigadores reconocen que el uso excesivo de la tecnología digital puede contribuir a la depresión y a la ansiedad infantil. Por el contrario, los niños y adolescentes consideran que es un medio dinámico y atractivo que les permite entablar las amistades y recibir el apoyo social.

Una investigación realizada en España en el año 2016 enunció que “Los adolescentes creían que la tecnología les podría ayudar a resolver dudas, encontrar respuestas y aprender sobre hábitos saludables en aspectos tan variados como dieta, ejercicio físico, sexo, emociones o estudios. Consideraron que la tecnología les puede ayudar a sentirse mejor con ellos mismos y más conectados con otros ayudando a adquirir buenos hábitos rutinarios o a mejorar su salud emocional y su bienestar, reforzando su autoestima gracias a mensajes motivacionales. A su vez, se consideró útil la presencia virtual de expertos que les ayude a despertar la superación personal y les proporcione recompensas y/o reconocimiento, a la vez que les resuelva posibles dudas”.

Asimismo, los resultados obtenidos permiten tener una primera aproximación entre la salud y la tecnología en adolescentes y hasta qué punto los dispositivos electrónicos, juegos, redes sociales o aplicaciones móviles pueden jugar un papel relevante en el fomento de hábitos de vida saludables. La tecnología puede contribuir a mejorar los hábitos de vida de los jóvenes, a la vez que puede contribuir a mejorar su autoestima (70).

La investigadora Patricia Jaramillo también descubrió que usar las tecnologías adecuadamente logra facilitar a los estudiantes el acceso a información y comunicación, con lo que se puede obtener que ellos aprendan y construyan conocimiento sobre las áreas, desarrollen habilidades para manejar información y trabajar en colaboración. Es importante que los estudiantes desarrollen competencias para reconocer la necesidad de la información, ya que es necesaria para responder a un problema en particular (71).

En Colombia a medida que las personas van creciendo, el tiempo que destinan a navegar en internet aumenta. “El promedio nacional de las horas diarias en internet es una hora con 46 minutos para los niños de 9 a 10 años, 2 horas y 34 minutos para los niños de 11 a 12 años, 4 horas con 19 minutos para quienes tienen entre 13 y 14 años, y de 5 horas y 5 minutos para los jóvenes de 15 y 16 años”

De este modo cabe mencionar que el aumento de horas se debe en buena medida a que, por lo general, a mayor edad se tienen más dispositivos, de los cuales se puede acceder a distintos sitios. Esto hace complicado contabilizar con exactitud cuánto tiempo pasa un niño o adolescente en un dispositivo electrónico (52).

No obstante, al volver a la normalidad, después de lo vivido en la pandemia; para las familias y la escuela esto sin duda representó retos de gran magnitud. El tiempo de exposición a las pantallas facilitó mucha comunicación y cercanía. Sin embargo, dejó adicciones y otras enfermedades.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) como la Academia Americana de Pediatría han establecido recomendaciones sobre el tiempo de pantalla en los niños y niñas: “evitar el uso de pantallas antes de los 18 meses, limitarlo a una hora entre los dos y cinco años, y establecer horarios a partir de los seis. Además de la poca evidencia que respalda esas recomendaciones, una investigación reciente nos muestra que el enfoque de screen time puede llegar a ser irreal en la práctica, generando agotamiento, culpa y frustración por parte de los padres y cuidadores primarios” (72).

Recapitulando entre los 5 y 6 años el globo ocular está comenzando su etapa de madurez y en las primeras fases de la escolarización se aprenden cosas nuevas. Llevando a la exigencia del sistema visual. Por tanto, cualquier alteración debe ser fácilmente identificable por los adultos que rodean a los niños y niñas.

Por consiguiente, al pasar gran cantidad de horas frente a la pantalla puede ocurrir lo que los expertos llaman “defectos de graduación o en su estado más avanzado: miopía, en la que el paciente ve bien de cerca pero no de lejos; esto es provocado por el esfuerzo de tratar de enfocar de cerca para así poder ver mejor la pantalla, por eso es recomendable que cada media hora de juego el niño o niña descansen al menos 5 minutos”.

Nada de esto quiere decir que los niños y niñas no deban tener acceso a la tecnología, sino que es responsabilidad de los padres y cuidadores tomar precaución y poner una serie de límites que generen una conducta positiva hacia este tipo de dispositivos (53).

2.3 MARCO LEGAL

Como se mencionó en los capítulos anteriores, toda actividad realizada por medio de la tecnología debe regirse según algunos reglamentos, a continuación, se mencionan las leyes y decretos que reglamentan el uso de la tecnología.

Decreto 591 del 26 de febrero de 1991: Por el cual se regulan las modalidades específicas de contratos de fomento de actividades científicas y tecnológicas”.

Decreto 585 del 26 de febrero de 1991: Por el cual se crea el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, se reorganiza el Instituto Colombiano para el Desarrollo de la Ciencia y la Tecnología-Colciencias- y se dictan otras disposiciones.

Decreto 393 del 08 de febrero de 1991: Por el cual se dictan normas sobre asociación para actividades científicas y tecnológicas, proyectos de investigación y creación de tecnologías.

Ley 679 de 2001: A través de la Dirección de Vigilancia y Control, se verifica que los proveedores del servicio de Internet cumplan con sus obligaciones para evitar que se pongan en peligro derechos constitucionales de los niños, niñas y adolescentes, como su libertad e integridad sexual (73).

Ley 679 de 2001: A través de la Dirección de Vigilancia y Control, se verifica que los proveedores del servicio de Internet cumplan con sus obligaciones para evitar que se pongan en peligro derechos constitucionales de los niños, niñas y adolescentes, como su libertad e integridad sexual (73).

Ley 1098 del 08 de noviembre de 2006: Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia; con la convención sobre los Derechos del Niño y teniendo como foco la experiencia de América Latina (74).

Ley 1286 del 2009: “Por la cual se modifica la Ley 29 de 1990, se transforma a Colciencias en Departamento Administrativo, se fortalece el Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación en Colombia y se dictan otras disposiciones”.

Decreto 1082 del 2015: “Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del sector Administrativo de Planeación Nacional”

Ley 1978 del 25 de julio del 2019. “Por la cual se moderniza el Sector de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones -TIC, se distribuyen competencias, se crea un Regulador Único y se dictan otras disposiciones”
“La presente Ley tiene por objeto alinear los incentivos de los agentes y autoridades del sector de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC), aumentar su certidumbre jurídica, simplificar y modernizar el marco institucional del sector, focalizar las inversiones para el cierre efectivo de la brecha digital y potenciar la vinculación del sector privado en el desarrollo de los proyectos asociados, así como aumentar la eficiencia en el pago de las contraprestaciones y cargas económicas de los agentes del sector” (75).

La ley 1955 de 2019 Por el cual se expide el Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022. “Pacto por Colombia, Pacto por la Equidad”. Manifiesta “Uno de los propósitos del Gobierno Nacional en materia TIC es que el país esté conectado al 100%, cerrar la brecha digital, mejorar la participación en los estratos de menor ingreso y llevar conectividad a estas comunidades a la mayor velocidad posible; de esta manera el Plan Nacional Decenal de Educación está articulado con estas iniciativas y propone:

1. Garantizar la infraestructura tecnológica y las condiciones físicas y de conectividad de los establecimientos educativos oficiales en todo el territorio nacional, priorizando las zonas con mayores necesidades.
2. Garantizar la infraestructura tecnológica pertinente y adecuada para favorecer la inclusión en procesos de aprendizaje de todas las poblaciones.

3. Propiciar la incorporación de las TIC en el Sistema Educativo para contribuir de forma directa en la mejora de la cobertura con calidad de la educación.
4. Fomentar la gestión del conocimiento a partir del uso apropiado de las TIC.” entre otros. Estos además de garantizar una conectividad nacional y las instituciones educativas, también hace hincapié en el uso apropiado de las TIC (76).

Ley 1051 del 2019: “Por la cual se crea el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación, se fortalece el Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación y se dictan otras disposiciones”.

Decreto 2226 de 2019: Por medio del cual se establece la estructura del Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación y se dictan otras disposiciones”.

Decreto 081 de 2022: “Por el cual se designan unos miembros del Consejo Nacional de Bioética” (77).

Estas son las leyes y decretos que reglamentan el crecimiento, uso adecuado y cualquier tipo de acción que se lleve a cabo por medio de la tecnología.

2.4 MARCO DISCIPLINAR:

La presente investigación tiene como base la teoría de Martha E. Rogers llamada “Seres humanos unitarios” dice: “La práctica profesional en enfermería busca promover la entre hombre y entorno, para reforzar la coherencia y la integridad del campo humano, además de dirigir y redirigir el patrón de los campos humano y del entorno para lograr el máximo potencial de salud” (78).

“La ciencia de Rogers se fundamentó en la antropología, la psicología, la sociología, la astronomía, la religión, la filosofía, la historia, la biología, la física, las matemáticas y la literatura, para así crear un modelo de seres humanos unitarios y su entorno como campos de energía esenciales para el proceso vital” (78).

Como conceptos para entender su teoría son los siguientes:

El campo de energía: “Campo es un concepto de unidad y energía viene a ser la naturaleza dinámica del campo. Se identifican dos tipos de campos: el campo humano y el campo del entorno. «En concreto, los seres humanos y su entorno son campos de energía». Y nos explica: “Cada campo del entorno es específico para un campo humano determinado. Ambos campos cambian de modo continuo, creativo e integral”.(78)

El universo de sistemas abiertos: “El concepto del universo de sistemas abiertos sostiene que los campos de energía son infinitos, abiertos y se integran entre sí” de este modo el campo del ser humano y su entorno mantienen en continuos procesos de sistemas abiertos (78).

El patrón: es el método por el cual se identifican los campos de energía y cada cambio del entorno humano, “Las manifestaciones emergen como un proceso mutuo entre el ser humano y su entorno. Estas manifestaciones hacen referencia a “comportamientos, cualidades y características de cada campo” (Clarke, 1986). “El patrón cambia continuamente y puede manifestar enfermedad, malestar o bienestar. El cambio que sufre el patrón es continuo, innovador y relativo” (78).

Pandimensionalidad: “El término pandimensional aporta un dominio infinito, sin límites, y expresa, de la mejor manera posible, la idea de un todo unitario”. Con respecto al metaparadigma enfermero, para Rogers la enfermería es “profesión aprendida y es tanto una ciencia como un arte,” “El fin de la enfermería es fomentar la salud y el bienestar en todos los individuos. El arte de la enfermería viene a ser el uso creativo de la ciencia de la enfermería que serviría para provocar una mejora en las personas (Rogers, 1994b). “La práctica profesional enfermera intenta fomentar una interacción armoniosa entre el campo del ser humano y el de su entorno, con el propósito de reforzar la integridad del campo humano” (78).

La definición del concepto de persona es la siguiente: “sistema abierto en proceso continuo con el sistema abierto, que es su entorno”. “las personas y su entorno se interpretan como campos irreducibles de energía que durante su evolución, se integran entre sí y usan continuamente la creatividad” (78).

Con respecto al término de salud Rogers “Utiliza el término salud pasiva para simbolizar un estado bueno de salud y la ausencia de enfermedad y dolencias graves (Rogers, 1970). “Su modo de fomentar una buena salud connota una tendencia a ayudar a los demás con las oportunidades que brinda tener una coherencia rítmica”. “Los acontecimientos que suceden a lo largo del proceso vital indican la magnitud del índice de salud que adquiere el hombre de acuerdo con ciertos sistemas de valores” (78).

Así mismo con relación al entorno: “Cada campo del entorno es específico para su campo humano. Ambos cambian de un modo continuado y creativo”. “Los campos del entorno son infinitos y su modificación siempre es innovadora e impredecible y se caracteriza por una diversidad en aumento” (78).

Esta investigación busca encontrar cómo la tecnología puede o no afectar a los niños, por esto se cree que la teoría de Rogers permite afianzar y entender cómo el entorno tecnológico actual ejerce influencia en el campo de energía de cada humano y como entender a través de esta teoría si se afecta el entorno y por consiguiente afectarse la persona.

Entendiendo más concretamente esta teoría, apoya la investigación ya que permite entender la estrecha relación que tiene el ambiente tecnológico en el que crecen los niños y las posibles manifestaciones en la salud de los mismos. No se puede hacer un cambio del entorno sin que se vea afectada la salud positiva del individuo (78).

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Analizar los efectos sobre los hábitos saludables con el uso de las TICS en niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar cómo es la accesibilidad a los dispositivos electrónicos de los niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.
- Establecer características del uso de los dispositivos electrónicos de los niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.
- Describir la rutina de los hábitos saludables de los niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.
- Establecer los efectos sobre los hábitos saludables con el uso de las TICS en los niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.

4. METODOLOGÍA

4.1 ENFOQUE

“La investigación cuantitativa es un método de investigación que utiliza herramientas de análisis matemático y estadístico para describir, explicar y predecir fenómenos mediante datos numéricos” (79).

Tomando en cuenta lo anterior, la presente investigación tiene un enfoque cuantitativo ya que, por medio de recolección de datos, con base en mediciones numérica y análisis estadístico, se podrá establecer patrones de comportamiento y probar las teorías

4.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Es una investigación tipo descriptivo, ya que el interés principal es relatar las características primordiales de una población. Se contará con encuestas de prevalencia y pruebas diagnósticas. Se utilizará una investigación retrospectiva tratando de ver lo que ya ha ocurrido anteriormente, y transversal. Con el fin de poder recolectar estadísticas que nos den datos y características para nuestro fenómeno en estudio.

4.3 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN

Padres y niños del grado 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN que deseen participar en la investigación.

4.3.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Padres y niños que deseen y autoricen la participación en la presente investigación
- Niños que hagan parte de los grados 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN

4.3.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Niños que no tengan ningún tipo de dispositivo electrónico a su disposición de los grados 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN.

4.4 MUESTRA

“El muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo en la cual el investigador selecciona muestras basadas en un juicio subjetivo en lugar de hacer la selección al azar” (80).

De acuerdo a esta definición la selección de muestra en esta investigación se hará de forma no probabilística.

4.5 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Descripción del instrumento: Es un recurso que como investigadoras se va a utilizar para abordar los problemas y así poder extraer información de ellos. La cual va ser por medio de dos encuestas una que es dirigida a los padres de familia que cuenta con dos secciones una acerca de los datos sociodemográficos y la siguiente sobre preguntas que dan respuesta a la investigación. El abordaje de los niños en cuestión. Sera un formulario en papel para facilidad de los ellos que solo contara con una sección de preguntas para conocer la percepción de cómo se ven afectados. Asimismo, la información será de forma electrónica para los padres, con el objetivo de recoger la información necesaria. (ver anexo)

A continuación, se evidencia la tabla de variables con la cantidad de preguntas respectivas y sus respuestas. (ver tabla 1)

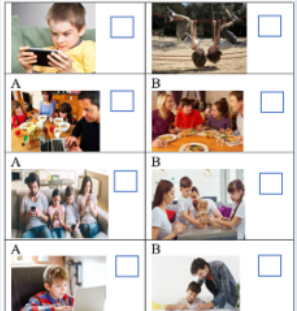
Tabla 1: Tabla de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN	NATURALEZA	NIVEL DE MEDICIÓN	UNIDAD DE MEDIDA	CATEGORIA O VALOR
Genero	Identificar el género de los niños	CUALITATIVA	Nominal	X	1: Femenina 2: Masculina 3: No binario (No se identifica con ninguna de las anteriores)
Edad	Conocer la edad de los niños	CUANTITATIVA	Razón	Edad	
Estrato socioeconómico	Conocer el estrato socioeconómico de la vivienda de los niños	CUALITATIVA	Ordinal	X	1. 1 2. 2 3. 3 4. 4 5. 5 6. 6
Convivencia	Identificar con quien conviven los niños	CUALITATIVA	Nominal	X	1. Papá 2. Mamá 3. Hermanos 4. Abuelos 5. Padrastro/Madrastra 6. Ti@s 7. Otros
Grado escolar	Conocer el nivel académico de los niños	CUALITATIVA	Ordinal	X	1: 5 a 2: 5 b 3: 6 a 4: 6 b
Celular propio	Identificar los niños que tienen celular propio y cuales no	CUALITATIVO	Nominal	X	1: Si 2: No

Gama	Conocer Que gama de celulares tienen los niños	CUALITATIVO	Ordinal	X	1: Baja 2: Media 3: Alta 4: No aplica
Plan datos	Evidenciar si los niños tienen plan de datos en sus celulares	CUALITATIVO	Nominal	X	1.Si 2.No
Obtención celular (edad)	Mostrar a que edad se obtuvo el celular	CUALITATIVO	Ordinal	X	<ul style="list-style-type: none"> • 1-3 • 4-6 • 7-10 • 11-13 • No aplica
Aparatos electrónicos	Conocer si los niños cuentan con alguno de los aparatos electrónicos	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Tablet ○ Computador portátil o de mesa ○ Consola de video Juegos ○ Televisor
Reglas de uso	Identificar si tienen reglas al uso del aparato electrónico	CUALITATIVO	Nominal	X	1. Si 2. No
Tiempo Límite	Conocer si se tiene límite de tiempo en el uso de celulares	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Si ○ No
Cuanto tiempo límite	Identificar cuanto es el tiempo límite que usan los niños	CUALITATIVO	Ordinal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ 1-2 horas ○ 3-4 horas ○ 5 o más ○ No tiene tiempo límite.
Importancia del celular (hijo)	Concretar cual es la importancia del celular para su hijo	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Tareas ○ Contacto con los amigos ○ Llamadas ○ Redes sociales ○ Juegos <p>Otros, ¿Cuáles?</p> <hr/>
Cambios en su hijo	Evidenciar cuales son los cambios en los niños desde que obtuvieron un aparato electrónico	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pérdida del apetito ○ Dificultad para conciliar el sueño ○ Diminución en la concentración ○ Poca interacción con su entorno ○ Bajo rendimiento académico

					<ul style="list-style-type: none"> ○ Poco interés en el ejercicio físico ○ Otros, ¿Cuáles? <hr/>
Importancia del celular (familia)	Mostrar cuanta importancia hay para la familia el celular	CUALITATIVO	Ordinal	X	1. Escala del 1 al 10 <hr/>
Obediencia	Evidenciar como reaccionan los niños al dar la orden de soltar el celular	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Inmediatamente ○ Se demora para obedecer ○ No obedece ○ Le es indiferente
Tiempo libre	Conocer en que emplea el tiempo libre un niño	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Deportes ○ Juegos Virtuales ○ Juegos al aire libre ○ Redes sociales ○ Actividades familiares ○ Otros ¿Cuáles? <hr/>
Supervisión	Conocer si los padres supervisan las paginas en las que navegan sus hijos	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Si ○ No ○ A veces
Castigo	Identificar si los padres usan una forma de castigo en la prohibición del celular	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Si ○ No
Adulto responsable	Conocer si los padres responsables de los niños cuentan con empleo	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Si ○ No
Afectación familiar	Examinar como se ha mostrado la afectación del uso del celular en la familia	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ Aislamiento social ○ Disminución de la afectividad ○ Reducción en las conversaciones en la familia ○ Irritabilidad ○ Otras

					¿Cuáles? _____ _____
Espacios sin celular	Mencionar si hay espacios en los que se comparte como familia sin el uso de aparatos electrónicos	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> No <input type="radio"/> Si
Cuales espacios	Identificar cuales son esos espacios que se respetan sin el uso del celular	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> Comedor <input type="radio"/> Sala de estar <input type="radio"/> Sala de juegos <input type="radio"/> Espacios al aire libre <input type="radio"/> Otros ¿Cuáles? _____ _____
Celular en colegio	Conocer si el colegio donde se hará la investigación permite el ingreso de celulares	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> Si <input type="radio"/> No
Significado del celular	Saber cuál es el significado del celular para los niños	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> Entretenimiento <input type="radio"/> Educación <input type="radio"/> Moda <input type="radio"/> Comunicación <input type="radio"/> Compañía <input type="radio"/> Otras ¿Cuáles? _____ _____
Preferencia de comunicación	Identificar como se prefieren comunicar los niños	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> Personalmente <input type="radio"/> Por chat <input type="radio"/> Por videollamada <input type="radio"/> Por llamada <input type="radio"/> Otras ¿Cuáles? _____ _____
Aplicaciones académicas	Especificar que aplicaciones tiene para el uso académico	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> Duolingo <input type="radio"/> Google <input type="radio"/> Word, PowerPoint, Excel <input type="radio"/> Calculadora <input type="radio"/> Otras ¿Cuáles? _____ _____
Redes sociales	Conocer si los niños tienen cuentas creadas	CUALITATIVO	Nominal	X	<input type="radio"/> Si <input type="radio"/> No

Cuales redes sociales	Especificar cuales son las redes sociales que mas usan los niños	CUALITATIVO	Nominal	X	<ul style="list-style-type: none"> ○ WhatsApp ○ Facebook ○ Instagram ○ Telegram ○ Tik tok ○ Otras ¿Cuáles? _____ _____
VARIABLE	DEFINICIÓN	NATURALEZA	NIVEL DE MEDICIÓN	UNIDAD DE MEDIDA	CATEGORIA O VALOR
Percepción del niño	Evidenciar como se ve la familia en las imágenes mostradas	CUALITATIVO	Nominal	X	

4.6 ANALISIS DE CONFIABILIDAD

Se realiza el análisis de la confiabilidad por medio de la validación del instrumento con ayuda de la opinión de expertos en el tema, se hicieron correcciones previo a la aplicación de la prueba piloto para probar su pertinencia y eficacia.

El comité institucional del colegio ICOLVEN dio el aval para realizar la prueba piloto en los estudiantes del grado 6 a y 6 b en día viernes 04/11/2022 (cuatro de noviembre del dos mil veintidós). Por medio de la circular institucional se envió el consentimiento informado y el cuestionario digital para padres el día martes 08/11/2022 (ocho de noviembre del dos mil veintidós).

Durante el transcurso del día miércoles 09/11/2022 (nueve de noviembre del dos mil veintidós), se obtuvieron las respuestas por medio de Google forms, con un total de 7 encuestas realizadas. El promedio de tiempo requerido para el cuestionario fue aproximadamente de 10 minutos para cada uno, el cual se inició y se finalizó satisfactoriamente sin abandonar el proceso

Se evidenció que hubo claridad en la mayoría de las preguntas, sin embargo, el método de selección de la pregunta 13 no fue el adecuado para tener claridad en la respuesta, aun así, se pueden sacar adecuadamente las estadísticas.

En los datos más relevantes se encuentra que el 71.4% de los niños tienen celular propio, los cuales lo usan en un promedio de 1 a 4 horas diarias, se pudo evidenciar que en el 60% se han mostrado cambios en el comportamiento, por

otro lado, un 80% de los niños cuentan con más de 1 aparato electrónico a su disposición y el 42.9% pasan su tiempo libre frente una pantalla.

Durante el transcurso mismo día miércoles 09/11/2022 (nueve de noviembre del dos mil veintidós), se aplicó el cuestionario para niños de forma presencial en la institución. El promedio de tiempo requerido para el cuestionario fue aproximadamente de 5 minutos para cada niño, el cual se inició y se finalizó satisfactoriamente sin abandonar el proceso

Se evidenció que hubo claridad en la mayoría de las preguntas, sin embargo, el método de selección de la pregunta 13 no fue el adecuado para tener claridad en la respuesta, lo que dificulta sacar estadísticas claras de dicho punto.

En los datos más relevantes se encuentra que el 71% de los niños tienen como significado de sus dispositivos el entretenimiento, el mismo porcentaje cuenta con redes sociales, cada uno tiene en sus dispositivos de 1 a 3 aplicaciones de uso académico. El 56.8% de los niños realizan ejercicio físico regularmente, entre 1 o 2 veces por semana.

4.6.1 CONTROL DE ERRORES Y SESGOS

- Sesgo de información: Se controla con la estandarización de los investigadores
- Sesgo de selección: Libre, permitiendo que las personas decidan si realizan o no la encuesta.

4.7 ESTRATEGIA DE ANALISIS DE DATOS

Se analizarán teniendo en cuenta los niveles de medición de las variables estadísticas, donde encontramos la descriptiva. Que será por medio de medidas de tendencia central (Mediana, media moda y proporción) Y se presentará por gráficas y tablas de distribución.

4.8 ASPECTOS ÉTICOS

4.8.1 PRIMER NIVEL: PRINCIPIOS ETICOS

En base de los principios bioéticos y morales de enfermería aplicará los siguientes:

- Diseño: se conservará el respeto por medio de los derechos de autor, realizando las citas bibliográficas correspondientes, evitando el plagio corresponderemos al principio de la no maleficencia, por ende, evitando hacer daño a los autores involucrados.
- Trabajo de campo: el respeto como el mayor principio a considerar a la hora de realizar el trabajo requerido por la investigación, el respeto en cuanto a la decisión que tomen los participantes ante su participación; de la misma manera la autonomía para la toma de decisiones a partir del consentimiento informado en los padres y el asentimiento en los niños. La veracidad es una parte indispensable para el trabajo de campo, velar para que toda la información obtenida y procesada sea correcta y no manipulada.
- Análisis y publicación: en este aspecto caben muchos de los principios anteriormente tratados. En el análisis y publicación es indispensable el respeto por medio de los derechos de autor, la veracidad de los datos a publicar, la beneficencia ya que tenemos la posibilidad por medio de esta investigación de crear conciencia y beneficiar positivamente a la persona evaluada.

4.8.2 SEGUNDO NIVEL: NORMAS ÉTICAS

A continuación, se hará breve mención de las normas éticas que aplican en esta investigación y por las cuales se está rigiendo la misma.

- Resolución Numero 8430 De 1993 De octubre 4: Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud”. (81) Por medio de esta resolución podemos verificar si se está cumpliendo o no los principios éticos propios de una investigación en salud.
- Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948: “La Declaración establece, por primera vez, los derechos humanos fundamentales que deben protegerse en el mundo entero”.(82) Por medio de esta declaración se puede verificar que no se vulnere ningún derecho humano fundamental por medio de esta investigación.
- Código de Belmont de 1978: “Principios éticos y pautas para la protección de los seres humanos en la investigación”. para llevar a cabo una investigación con seres humanos se debe seguir este código, garantizando los principios éticos en la investigación. (83)
- Consejo Internacional de Enfermeras-CIE de 1953: “El Código deontológico del CIE para la profesión de enfermería es una guía para actuar sobre la base de los valores y necesidades sociales. Sólo tendrá

significado como documento vivo si se aplica a las realidades de la enfermería y de la atención de salud en una sociedad cambiante". siguiendo lo mencionado la investigación cumple con los cuatro deberes fundamentales de enfermería: promover la salud, prevenir la enfermedad, restaurar la salud y aliviar el sufrimiento (84).

- Organización Mundial de la Salud- OMS: Plantea algunas pautas "Estas pautas marcan el camino a seguir a la hora de desarrollar investigaciones éticas en salud, la única manera aceptable de alcanzar descubrimientos que mejoren la salud y el bienestar de la población". Por medio de estas pautas se puede asegurar el desarrollo de una investigación ética (85).

4.8.3 TERCER NIVEL: COMITÉS DE ETICA

COMITÉ DE ETICA INSTITUCIONAL: A través del comité de ética institucional se va a presentar este proyecto de investigación con el fin de que el estudio sea comprendido, juzgado y se ajuste a los principios éticos. Donde se haga uso del consentimiento informado y se estime un balance de riesgo, beneficios y se practique la justicia en la selección de nuestros sujetos de estudio.

Esta solicitud de permiso oficial de la institución será para poder realizar las encuestas y todo lo que involucra la investigación.

5. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

5.1 CRONOGRAMA

Tabla 2: Cronograma de actividades

Detalle	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre
Elaboración del proyecto		2022-1	2022-1	2022-1	2022-1			2022-2	2022-2	2022-2	
Desarrollo de la herramienta								2022-2	2022-2		
Prueba Piloto										2022-2	
Aval Comité Ético e Investigación										2022-2	
Aval Institución										2022-2	
Aplicación del instrumento				2023-1							
Análisis de la información				2023-1	2023-1						

5.2 PRESUPUESTO

Tabla 3: Tabla de presupuesto

NOMBRE DEL PROYECTO: FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN					
Duración en meses: 18 Meses				10	
Personal	Tipo persona	Horas mensuales	Horas totales proyecto	Valor Hora	Valor Total
	Investigador 1	45	450	\$ 35.000	\$ 15.750.000
	Investigador 2	45	450	\$ 35.000	\$ 15.750.000
	Investigador 3	45	450	\$ 35.000	\$ 15.750.000
	Asesor	10	100	\$ 45.000	\$ 4.500.000
					\$ 51.750.000
EQUIPOS	Detalle	Cantidad		Valor Unitario	Valor Total
	Computadores	3		\$ 2.000.000	\$ 6.000.000
	Celulares	3		\$ 1.300.000	\$ 3.900.000

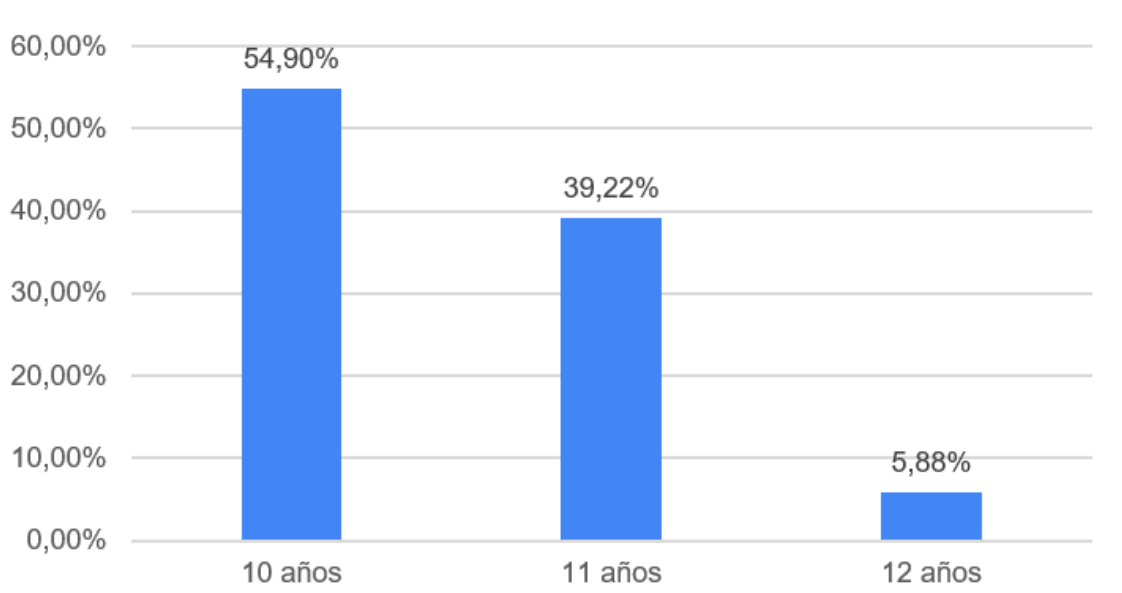
					\$ 9.900.000
SOFTWARE	Detalle	Cantidad	9	Valor Unitario	Valor Total
	Office	3		\$ 399.999	\$ 1.199.997
					\$ -
					\$ 1.199.997
MATERIALES	Detalle	Cantidad		Valor Unitario	Valor Total
	Papelería	20		\$ 30.000	\$ 600.000
	Impresiones	5		\$ 500	\$ 2.500
	Fotocopias	50		\$ 300	\$ 15.000
					\$ 617.500
SALIDAS DE CAMPO	Detalle	Cantidad por visita	Visitas totales	Valor Unitario	Valor Total
	Transporte	1	10	\$ 5.000	\$ 50.000
	Alimentación	3	10	\$ 13.000	\$ 390.000
					\$ 440.000
MATERIAL BIBLIOGRÁFICO	Detalle	Cantidad		Valor Unitario	Valor Total
	Libros	1		\$ 130.000	\$ 130.000
	Material Web	0		\$ -	\$ -
					\$ 130.000
SERVICIOS TÉCNICOS	Detalle	Cantidad		Valor Unitario	Valor Total
		0		\$ -	\$ -
		0		\$ -	\$ -
					\$ -
VIAJES	Detalle	Cantidad		Valor Unitario	Valor Total
	Tiquetes	0		\$ -	\$ -
	Viáticos	0		\$ -	\$ -
					\$ -
OTROS	Detalle	Cantidad		Valor Unitario	Valor Total
	Imprevistos	5		\$ 50.000	\$ 250.000
		0		\$ -	\$ -
					\$ 250.000
			TOTAL		\$ 64.287.497

6. RESULTADOS

La muestra de estudio estuvo conformada por 51 niños y niñas, matriculados en los grados 5to y 6to de la Institución Educativa ICOLVEN, con edades comprendidas entre los 10 y 12 años.

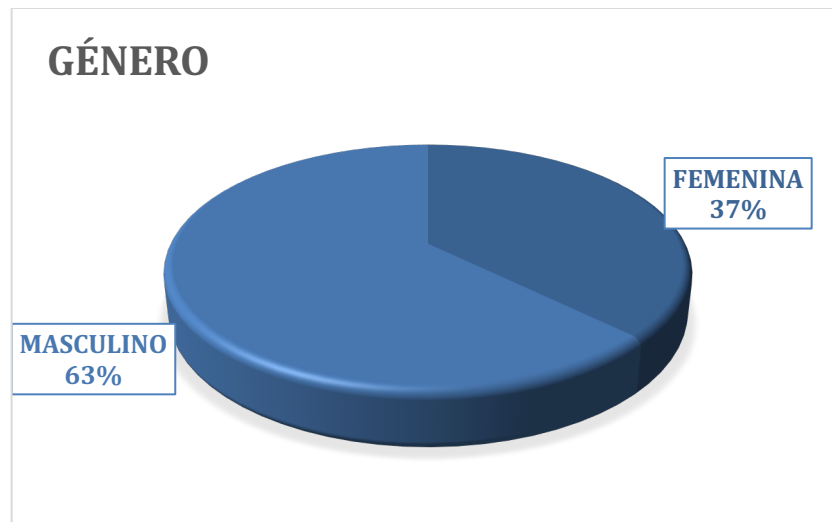
De ellos, un poco más de la mitad, tiene 10 años (54%), el 40% tiene 11 años y solamente el 6% tiene 12 años. (ver figura 1)

Figura 1: Distribución porcentual por edad de la muestra, de los niños matriculados en la Institución Educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023



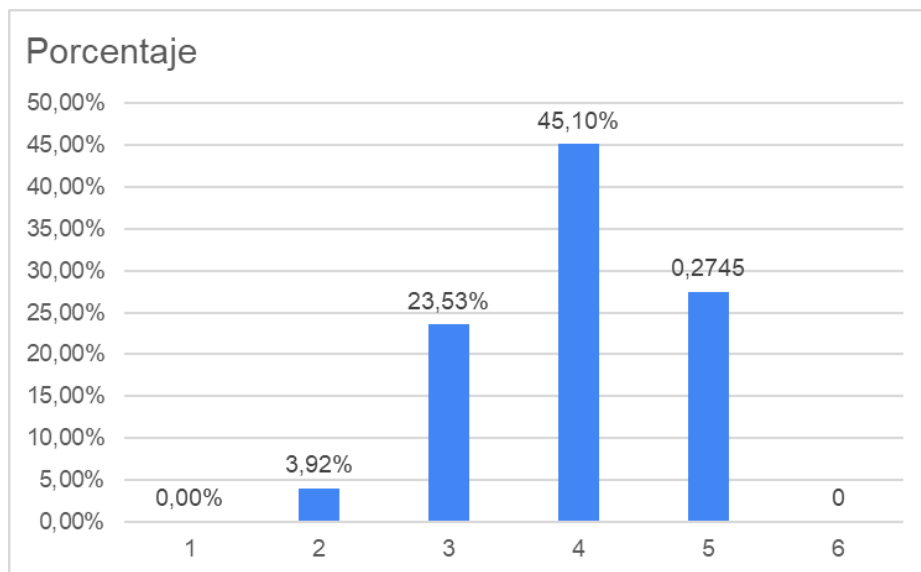
Se evidencia que el 62,75% de los encuestados, corresponde al género masculino. (ver figura 2)

Figura 2: Distribución porcentual por género de la muestra, de los niños matriculados en la Institución Educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023



Se encontró que el estrato socioeconómico de los participantes en el proyecto abarca desde estrado 2 al 5, siendo mayor la población en el estrato 4 con un 45,10%. (ver figura 3).

Figura 3: Distribución porcentual por estrato socioeconómico de la muestra, de los niños matriculados en la Institución Educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023



6.1 RESULTADOS DE ACUERDO AL OBJETIVO

6.1.1 ACCESIBILIDAD A LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS

Con relación a los datos sobre la accesibilidad que tienen los niños a la tecnología, se encontró que el 100% de los encuestados cuentan con acceso a internet, además un 21% de estos cuenta con plan de datos, característica importante ya que da mayor independencia para el uso de estos dispositivos. El 85% de los niños cuenta con un celular inteligente, además la edad en la que obtuvieron el celular está entre 7 a 10 años que corresponde a un 73% con relación a un 27 % que equivale a niños que lo obtuvieron entre los 11 a 13 años de edad, evidenciándose que la edad en la que acceden a los aparatos tecnológicos es cada vez menor. (ver tabla 4)

Tabla 4: Distribución según la accesibilidad a los dispositivos electrónicos en la muestra, de los niños matriculados en la Institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Accesibilidad a WIFI.	Si	51	100%
	No	0	0%
Total		51	100 %
Cuenta con plan de datos.	Si	7	21%
	No	28	79%
Total		33	100%
Teléfono inteligente.	Si	28	85%
	No	5	15%
Total		33	100%
Edad a la que obtuvo el celular.	7 – 10 Años	22	73%
	11 – 13 Años	8	27%
Total		30	100%

6.1.2 CARACTERÍSTICAS DEL USO DE LOS DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS

En consideración al uso de los dispositivos electrónicos por parte de los niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN, se evidencia que del 100% de los encuestados, el 59% cuentan con un celular propio de los cuales el 100% tienen reglas para su uso, entre las que se encuentran el límite de tiempo con un 48%,

las aplicaciones de control parental con un 40%, y la observación del tipo de aplicaciones que usa con un 9%. Por otro lado, se encuentra que el 86% de los padres vigilan el contenido al que acceden los niños. Además, se encontró que el 65% de los niños tienen redes sociales. (ver tabla 5)

Tabla 5: Distribución según las características del uso de los dispositivos electrónicos en la muestra, de los niños matriculados en la Institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023.

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Cuenta con un celular propio.	Si	30	59%
	No	21	41%
Total		51	100%
Tiene reglas establecidas para el uso de dispositivo.	Si	35	100%
	No	0	0%
Total		51	100%
Que normas tiene para el uso del celular	Límite de tiempo	17	48%
	Aplicaciones de control parental	14	40%
	Control del tipo de aplicaciones que usa	3	9%
	Uso solo para emergencias y en casa	1	3%
Total		35	100%
Supervisa el contenido al que acceden los niños	Si	30	86%
	A veces	5	14%
Total		35	100%
Que aplicación que tiene el/la niño/a de uso académico.(múltiples respuestas)	Google	39	35%
	Calculadora	29	26%
	Duodlingo	26	23%
	Word, PowerPoint, Excel	15	13%
	Traductor	3	3%
Total		113	100%
Tienen cuenta en redes sociales	Si	33	65%
	No	18	35%
Total		51	100%

6.1.3 RUTINA DE HÁBITOS SALUDABLES

En tercer lugar, para conocer la rutina de los hábitos saludables de los niños se encuentra lo siguiente: El 88% de los niños realizan algún tipo de actividad física, el 60% con una intensidad de 3 o más días a la semana. Además, el 78% expresan que duermen de 6 a 9 horas por día y el 14% menos tiempo con un balance de 4 a 5 horas por día, Por otro lado, según los padres encuestados, dan a entender que los dispositivos han cambiado la forma de comunicarse en un 46%. Por último, el 97% de los padres expresan tener espacios libres de celular. (ver tabla 6)

Tabla 6: Distribución según la rutina de los hábitos saludables en la muestra, de los niños matriculados en la Institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023.

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Ocupación del tiempo libre de los niños (múltiples respuestas)	Deportes	41	29%
	Actividades familiares	34	24%
	Juegos virtuales	29	20%
	Juegos al aire libre	28	20%
	Redes sociales	2	1%
	Leer, sopas de letras, rompe cabezas, arma todo	5	5%
	Extra clase, iglesia	2	1%
	Tareas de hogar	1	0,7%
	Total		142
Los niños realizan ejercicio regularmente	Si	45	88%
	No	6	12%
Total		51	100%
Cada cuanto se ejercitan	Más de 5 veces por semana	18	35%
	1 a 2 veces por semana	15	29%
	3 a 4 veces por semana	13	25%
	Ninguno	6	11%
Total		51	100%

Qué ejercicio realizan los niños (múltiples respuestas)	Futbol, microfútbol	23	32%
	Patinar	11	15%
	Baloncesto	9	13%
	Natación	8	11%
	Voleibol	7	10%
	Otros (bicicleta, pimpón, con videos, gimnasio)	4	6%
	Colegio	3	4%
	Ninguno, no aplica.	7	9%
Total		71	100%
Cuántas horas al día duermen los niños	6 a 9 horas	40	78%
	4 a 5 horas	7	14%
	10 o más horas	7	8%
Total		51	100%
Los dispositivos han cambiado en la forma de comunicarse en la familia	Si	16	46%
	No	19	54%
Total		35	100%
Tienen espacios establecidos en familia sin el uso del celular	Si	34	97%
	No	1	3%
Total		35	100%
Cuales espacios tienen establecidos	Comedor	23	67%
	Espacio al aire libre	6	18%
	Sala de estar	1	3%
	Sala de juegos	2	3%
	Otros	3	9%
Total		34	100%

6.1.4 EFECTOS SOBRE LOS HABITOS SALUDABLES CON EL USO DE LAS TICS

Finalmente, para conocer que efecto tiene el uso de las TICS en los hábitos saludables de los niños se encuentra lo siguiente: la familia expresa que los menores desde que tienen dispositivos electrónicos se ha disminuido las conversaciones en familia en un 27%, se han vuelto más irritables en un 12% y otro 10% manifiestan se ha presentado aislamiento social, además, el 29% de los niños usan dispositivos mientras se alimentan. Otro de los factores importantes para evaluar estos efectos, es el acceso que están teniendo los niños a las redes sociales como WhatsApp con un 46%, Tik Tok con un 25% e Instagram con un 10%. El último factor determinante es conocer el número de horas de uso de los dispositivos el 60% de la población cuentan con 1 a 2 horas al día usando el celular, el 37% tiene de 3 a 5 horas. Sin embargo, se tiene que el 3% restante de la población no cuenta con un límite de tiempo en su uso

Tabla 7: Distribución según los efectos sobre los hábitos saludables con el uso de las TICS, de los niños matriculados en la institución educativa ICOLVEN en el municipio de Medellín 2023

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Como se ha visto afectada la familia	Reducción de las conversaciones en familia.	11	27%
	Irritabilidad	5	12%
	Aislamiento social	4	10%
	No se ha visto afectada	18	44%
	Disminución de la afectividad	2	5%
	Falta de concentración	1	2%
Total		41	100 %
Los niños tienen dispositivos mientras se alimentan.	Si	15	29%
	No	36	71%
Total		33	100%
Redes sociales que tienen los niños. (múltiples respuestas)	WhatsApp	33	46%
	Tik Tok	18	25%
	Instagram	7	10%
	Facebook, Twitter, YouTube	12	19%
Total		71	100%
Cuanto es el límite de uso.	1-2 Horas	20	60%
	3-5 o más Horas	12	37%
	No tienen tiempo límite	1	3%
Total		33	100%

7. DISCUSIÓN

“La tecnología digital nos ha cambiado la vida a todos: especialmente a los niños. Uno de cada tres usuarios de internet es menor de edad y, sin embargo, no se hace lo suficiente para protegerlos de los peligros del mundo digital ni para facilitar su acceso a contenidos seguros. Esta es una de las conclusiones del nuevo informe del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) sobre la infancia y la tecnología digital”. Según este informe la conectividad a la que tienen facilidad de acceder los niños tiene su parte buena, pero también sus riesgos como los que se verá en un artículo de las Naciones Unidas “en internet, los niños pueden acceder fácilmente a contenidos inadecuados para ellos, como imágenes violentas o pornográficas”, explica el informe. “Otra gran preocupación es la intimidad: padres e hijos a menudo no son conscientes de los grandes riesgos que supone compartir datos personales en la red”. Con gran facilidad los niños pueden compartir los datos personales, dando fácil acceso a intrusos si no se encuentran supervisados por sus padres o tutores (86).

Ahora bien, “todo este mundo virtual, inmediato y fascinante puede generar a un niño compulsivo, nervioso, y adicto, si no existen límites y una supervisión adulta. Además, no se puede menospreciar los accesos que hagan los niños. En la red también se puede encontrar contenidos y materiales gráficos no aptos para los niños. Sexo, violencia, drogas... Por ello, es necesario que alertemos a nuestros hijos acerca de estos peligros y limitemos sus accesos, de algún modo”. Podemos entender entonces que la conectividad y la accesibilidad a la misma es de importancia, pero es más importante aún tener límites claros a la hora de usar este recurso, aún más cuando se tiene un plan de datos móviles, que según el estudio un 21% de los niños lo tienen, esto permite que se navegue por la red con mucha más independencia y sin tanta cautela (87).

Según La República (LR) en un artículo escrito por Manuel S. Sánchez G. La edad recomendada para el primer celular es a los nueve años; sin embargo, hacen la salvedad que el ingreso a redes sociales debe ser a partir de los 14 años, siendo vigilados y supervisados en todo momento por los acudientes del menor” (88).

Así mismo es importante mencionar que niños menores de 14 años no deberían tener cuenta en redes sociales y afirmando lo mencionado anteriormente “Todas las redes sociales que no son para menores tienen una edad mínima de acceso (en la mayoría es de 14 años)” (89). Si se toma en cuenta que durante la investigación se encontró que la edad de los niños va de 10 a 12 años y de estos el 65% tiene cuentas en redes sociales podemos determinar sin lugar a duda que están incursionando en este mundo a muy temprana edad, esto aumenta el riesgo a estar expuestos a contenido inadecuado, contenido que influye en su comportamiento, además es de importancia resaltar que algunas de las redes sociales que se encontró que usan los niños son Tik Tok, Instagram, Facebook y Twitter, plataformas que es sus políticas de uso establecen que es solo para mayores de 14 años, sin descartar “La Ley fija en 14 años la edad a partir de la

cual se puede prestar consentimiento de manera autónoma. A partir de los 14 años, los menores podrían tener su propia cuenta en servicios como: Twitter, Instagram, Tik Tok, Twitch (90).

Para el uso de la WhatsApp encontramos que “Ante la falta de legislación en Colombia sobre el tema, Luisa Vélez, quien fue directora de Apropiación de las MinTIC en 2018, recomienda a los padres y cuidadores aplicar la regla 3, 6, 9 y 13: “nada de pantallas antes de los 3 años, nada de videojuegos antes de los 6 años, no navegar en internet antes de los 9 años y no tener redes sociales antes de los 13 años” (91). Por lo que WhatsApp reglamentó su uso para mayores de 13 años” durante la investigación se encontró que 46% de los encuestados usan esta plataforma (92)

Por otro lado, la Academia Americana de Pediatría y la Sociedad Canadiense de Pediatría establecen que los bebés de 0 a 2 años no debiesen tener ningún contacto con dispositivos portátiles (teléfonos celulares, tablets, juegos electrónicos). En los niños de 3 a 5 años, el uso de estos dispositivos debiese estar limitado a 1 hora como máximo, mientras que los de 6 a 18 años a 2 horas por día. Exceder las horas recomendadas, puede traer consecuencias sumamente nocivas en el desarrollo del infante”. Como resultado de nuestra investigación podemos evidenciar que 20 de los encuestados tienen control de las horas adecuadas en el uso de dichos dispositivos, lo que equivale a un 60%. Sin embargo, ¿qué ocurre con el resto de encuestados que es un 40%? son preguntas para cuestionar la importancia de un uso adecuado, ya que según investigaciones podría traer déficit de atención, problemas de aprendizaje, sedentarismo, trastornos de sueño, entre otros. De este modo se podría hacer una "transición poco a poco: Si el niño está comenzando una adicción necesitará desconectarse progresivamente. Si se elimina bruscamente, aumenta la ansiedad infantil en vez de mejorarla” (93).

Además, la UNICEF menciona con respecto al uso de la tecnología, que está debe ser utilizada en pro de la salud de los niños y sus hábitos saludables. “No todo el tiempo que se pasa frente a la pantalla va contra el incentivo de la actividad física. Muchos juegos de pantalla son justamente juegos guiados para hacer actividad física. Estos juegos de pantalla pero físicos, son una buena alternativa” (94).

Adicionalmente, Blanca Cecilia Valenzuela del grupo de protección regional del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), considera que las nuevas tecnologías son parte de la vida, aunque estas no deben reemplazar los tiempos con sus familias. Por otro lado, los celulares o computadores no deben ser un juguete para los niños, pues el uso de estos aparatos, al igual que la entrada a las redes sociales, deben ser controlados por los adultos responsables con el fin de evitar el acoso virtual o la caída en mafias cibernéticas” (88).

8. CONCLUSIONES

- En concordancia con la información DANE, cada vez se evidencia un aumento de la población con acceso a internet, observándose que, el 100% de los niños encuestados cuentan con conexión a internet.
- Dentro del análisis, se encontró que el uso de los dispositivos electrónicos se debe principalmente a razones de entretenimiento con un 65% que tiene cuenta personal en redes sociales con relación a un 35% que no las usan.
- Es de resaltar que, el 88% de los niños encuestados, realiza actividad física, observándose que un gran porcentaje de ellos (35%) lo hace más de 5 veces por semana.
- Se puede concluir de acuerdo a los resultados arrojados de la investigación, que los niños cada vez están más inmersos en el uso de las tecnologías por medio de los dispositivos electrónicos. Haciendo uso de redes sociales inadecuadas para su edad tales como Instagram con un 10%, Tik Tok, Facebook, YouTube y Twitter 44%, plataformas que por políticas propias requieren un mínimo de 14 años para su uso.
- Se logra evidenciar que, no se tiene un uso razonable, pero sobre todo saludable de las TICS. Debido a que su uso en un poco más de la mitad del de la población es para el entretenimiento, esto favorece la creación de adicciones, impidiendo un descanso adecuado, aumentando el sedentarismo, pérdida de la visión y las enfermedades no transmisibles.

9. RECOMENDACIONES

Dentro de este proyecto, se desea que haya una mejora continua, a partir de los resultados; por lo tanto, se recomienda a los lectores que tengan interés en el proyecto, y extender los estudios con este tema de investigación dentro del colegio, con otros grados o en otras instituciones con estratos socioeconómicos diferentes. Para así poder evidenciar, el grado de afectación de las TICS, en los hábitos saludables de los niños y niñas escolarizados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. MINTIC. Colombia avanza en su meta de estar conectada en un 70 % en 2022 [Internet]. MINTIC Colombia. [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <http://www.mintic.gov.co/portal/715/w3-article-182108.html>
2. Educación inicial. Tecnología y niños pequeños [Internet]. Educacion Inicial. [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://educacioninicial.mx/infografias/tecnologia-y-ninos-pequenos/>
3. HealthyChildren. Los niños y la tecnología: consejos para los padres en la era digital [Internet]. HealthyChildren.org. [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/tips-for-parents-digital-age.aspx>
4. González Á. Uso y abuso de las nuevas tecnologías. Aten Primaria. 1 de septiembre de 2009;41(9):477-8.
5. Significados. Significado de Amistad [Internet]. Significados. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/amistad/>
6. Instituto Nacional de la Salud Mental. Ansiedad [Internet]. MedlinePlus. National Library of Medicine; [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>
7. Mayo Clinic. Apoyo social: aprovecha esta herramienta para ganarle al estrés. [Internet]. Mayo Clinic. 2020 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/social-support/art-20044445>
8. Significados. Seguridad jurídica [Internet]. Significados. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/seguridad-juridica/>
9. Significados. Significado de Crecimiento [Internet]. Significados. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/crecimiento/>
10. Wolfgang J. Crianza en los nuevos tiempos. 2011;6. Disponible en: <https://www.udea.edu.co/wps/wcm/connect/udea/b13150e8-df47-4b17-a4c2-633478f31bb2/121+Crianza+humanizada+2011.pdf?MOD=AJPERES#:~:text=La%20crianza%20humanizada%20es%20bidireccional,as%C3%AD%20como%20para%20el%20futuro.>
11. Peiró R. Comunicación [Internet]. Economipedia. 2018 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/comunicacion.html>
12. Lanzillotti AI, Korman GP. Conocimiento e identificación del cyberbullying por parte de docentes de Buenos Aires. :23.
13. Pla J. Depresión: Causas, síntomas y tratamiento. Clínica Universidad de Navarra [Internet]. [citado 30 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/depresion>

14. Primeros pasos. Desarrollo infantil [Internet]. BID mejorando vidas. 2017 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://blogs.iadb.org/desarrollo-infantil/es/si-el-desarrollo-infantil-importa-pero-que-es/>
15. Mayo Clinic. Fatiga ocular [Internet]. Mayo Clinic. 2020 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/eyestrain/symptoms-causes/syc-20372397>
16. Gianella A. Las disciplinas científicas y sus relaciones. 2006;9.
17. Sánchez A. ¿Qué es la Educación? [Internet]. Concepto de - Definición de. 2022 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://conceptodefinicion.de/educacion/>
18. Ministerio de sanidad España. ¿Qué son las emociones? [Internet]. Ministerio de sanidad España. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://bemocion.sanidad.gob.es/emocionEstres/emociones/aspectosEsenciales/queSon/home.htm>
19. Diccionario de Cáncer del NCI. Definición de enfermedad crónica [Internet]. Diccionario de Cáncer del NCI. 2011 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/enfermedad-cronica>
20. Sanitaria. ¿Qué es el Estrabismo? Causas Tipos y Tratamientos [Internet]. Redacción Médica. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.redaccionmedica.com/recursos-salud/diccionario-enfermedades/estrabismo>
21. The Free Dictionary. Experimentar. En: The Free Dictionary [Internet]. Larousse Editorial; [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://es.thefreedictionary.com/experimentar>
22. Water Wipes. Exposición a la pantalla en niños [Internet]. 2022 [citado 30 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.waterwipes.com/latin/es/comunidad/ninos/riesgos-exposicion-pantalla>
23. Educo. 7 hábitos saludables para los niños y niñas [Internet]. Cuaderno de Valores: el blog de Educo. 2020 [citado 23 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://blog//blog/7-habitos-saludables-para-los-ninos-y-ninas>
24. Mayo Clinic. Hipermetropía - Síntomas y causas - [Internet]. Mayo Clinic. 2020 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/farsightedness/symptoms-causes/syc-20372495>
25. Sucerquia JH. Modelos enfermeros. [Internet]. [citado 30 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://modelosenfermeros2013.blogspot.com/2013/05/teoria-seres-humanos-unitarios-martha.html>
26. Definición.de. Definición de inocencia [Internet]. Definición.de. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://definicion.de/inocencia/>

27. Definición.de. Definición de juego — Definicion.de [Internet]. Definición.de. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://definicion.de/juego/>
28. Pascual MM. Los jóvenes y el consumo de nuevas tecnologías [Internet]. ISEP. 2019 [citado 30 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/los-jovenes-y-el-consumo-de-nuevas-tecnologias/>
29. Rodríguez A. Las necesidades de información: fundamentos teóricos y métodos. Investig Bibl. junio de 2005;19(38):195-8.
30. Significados. Significado de Niñez [Internet]. Significados. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/ninez/>
31. Asensio I, Díaz L, Garrote L. Nomofobia. Enfermedades del siglo XXI. Med Fam SEMERGEN. 1 de octubre de 2018;44(7):e117-8.
32. Redacción. ¿Qué es el ocio digital? [Internet]. El Regionalista. 2022 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://regionalista.cl/que-es-el-ocio-digital/>
33. Sucerquia Ramirez JH. MODELOS ENFERMEROS [Internet]. MODELOS ENFERMEROS. 2013 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://modelosenfermeros2013.blogspot.com/2013/05/teoria-seres-humanos-unitarios-martha.html>
34. CuidatePlus. Preadolescencia [Internet]. CuidatePlus. 2015 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/diccionario/preadolescencia.html>
35. Alestra. Presencia Virtual [Internet]. Alestra. 2020 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://blog.alestra.com.mx/por-que-la-presencia-virtual-es-importante-para-mi-empresa>
36. Significados. Significado de Prevención [Internet]. Significados. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/prevencion/>
37. Significados. Significado de Promoción [Internet]. Significados. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/promocion/>
38. Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano. Pubertad [Internet]. Medline Plus. National Library of Medicine; [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/puberty.html>
39. Redacción Digital. Sedentarismo tecnológico [Internet]. Trabajadores. 2019 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.trabajadores.cu/20191224/sedentarismo-tecnologico-una-afeccion-infantil-y-adolescente/>
40. Marker G. Tecnología blanda y dura: ¿De qué se ocupa cada una? [Internet]. Tecnología + Informática. 2019 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.tecnologia-informatica.com/tecnologia-blanda-dura/>

41. MINTIC. Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC) [Internet]. MINTIC Colombia. [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://mintic.gov.co/portal/inicio/Glosario/T/5755:Tecnologias-de-la-Informacion-y-las-Comunicaciones-TIC>
42. García O. Las Adicciones Comportamentales [Internet]. ITA | Especialistas en salud mental. [citado 30 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://italudmental.com/blog/link/246>
43. MINSALUD. ABECÉ sobre la salud mental, sus trastornos y estigma [Internet]. MINSALUD; 2014 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>
44. Enciso R. Investigación: Camino al nuevo conocimiento [Internet]. Primera edición digital. calle 20 de Noviembre: UTP; 2016. 194 p. Disponible en: <https://tecnocientifica.com.mx/libros/18-Investigacion-camino-al-nuevo-conocimiento.pdf>
45. UNICEF. Niños en un mundo digital. En © Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia; 2017. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/48611/file>
46. Alccalayco SC. Relación del uso de las nuevas tecnologías y conductas disruptivas en niños y niñas de 3 y 4 años de la institución educativa inicial cuna jardín unsa, Arequipa-2018. 2018;171. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8338>
47. Ruvalcaba M, Arámbula R, Castillo S. Impacto del uso de la tecnología móvil en el comportamiento de los niños en las relaciones interpersonales. EDUCATECONCIENCIA. 2015;5(6):67-80.
48. Dueñas J. Así usan Internet los niños y adolescentes colombianos [Internet]. ENTER.CO. 2018 [citado 20 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.enter.co/empresas/colombia-digital/internet-ninos-y-jovenes-colombianos/>
49. Álvarez RAS, Cordero NMC, Salazar AZC. Influencia de la tecnología en el desarrollo integral de los niños en la primera infancia. En: Memorias del cuarto Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas de Ecuador: La formación y superación del docente: "desafíos para el cambio de la educación en el siglo XXI"; 2018, ISBN 978-9942-17-033-0, págs 127-136 [Internet]. Instituto Superior Tecnológico Bolivariano; 2018 [citado 20 de marzo de 2022]. p. 127-36. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7220711>
50. Vuanello GRG. Los niños frente a Internet: seguridad, educación y tecnología. 2015;17(41):23. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=60741185005>
51. Alarcón I. Abuso de tecnología afecta al cerebro. El Comercio [Internet]. 30 de noviembre de 1d. C. [citado 20 de marzo de 2022]; Disponible en: <https://www.elcomercio.com/tendencias/abuso-tecnologia-efectos-cerebro-usoexcesivo.html>

52. Heidy M. Los niños y jóvenes colombianos usan internet tres horas y media al día [Internet]. Diario La República. 2018 [citado 20 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.larepublica.co/internet-economy/los-ninos-y-jovenes-colombianos-usan-internet-tres-horas-y-media-al-dia-2756640>
53. Hospital consejo de Medellín. Salud visual y uso de tecnologías en niños [Internet]. Hospital Infantil Concejo de Medellín. 2017 [citado 20 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://hospinfantilm.org/nuestros-ninos/salud-visual-y-uso-de-tecnologias-en-ninos.html>
54. OMS. Actividad física [Internet]. Organización mundial de la salud. 2020 [citado 11 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
55. Sanitas. Beneficios del ejercicio físico en los niños [Internet]. Sanitas. [citado 12 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/pediatria-infancia/ejercicio-fisico-ninos.html>
56. Casas C. Sésamo encabeza alianza por la salud Listos a Jugar [Internet]. UNICEF. 2017 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/colombia/comunicados-prensa/sesamo-encabeza-alianza-por-la-salud-listos-jugar>
57. Castro S, Guzmán B, Casado D. Las tics en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Inst Pedagógico Caracas [Internet]. 2007;13(23):23. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=76102311>
58. OMS. Para crecer sanos, los niños tienen que pasar menos tiempo sentados y jugar más [Internet]. 2019 [citado 12 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>
59. Congreso de la república. LEY 1616 2013 [Internet]. Avance Jurídico Casa Editorial Ltda.©. 2013 [citado 12 de abril de 2022]. Disponible en: http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1616_2013.html
60. Alcaldía de Medellín. Niñez y mujeres [Internet]. Medellín Cómo Vamos. 2018 [citado 12 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.medellincomovamos.org/node/25501>
61. El bebé E. Cambios físicos y psicológicos de los niños y niñas entre los 9,10 y 11 años. [Internet]. El bebé. 2016 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.elbebe.com/ninos-9-11-anos/cambios-fisicos-y-psicologicos-ninos-y-ninas-entre-910-y-11-anos>
62. Children's S. El niño en crecimiento: edad escolar (6 a 12 años) [Internet]. Stanford Children's Health. [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=the-growing-child-schoolage-6-to-12-years-90-P05387>
63. CDC. Niñez intermedia (9 a 11 años) [Internet]. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. 2021 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html>

64. Aranzábal K. La socialización en niños de 8 a 12 años | Psicóloga infantil y juvenil [Internet]. Katia Aranzábal | Psicología infantil y juvenil. 2021 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://katiaranzabal.com/consejos-para-padres/socializacion-ninos-8-12-anos/>
65. Significados. Significado de Tecnología [Internet]. Significados. [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/tecnologia/>
66. Meneses N. El uso de la tecnología en niños no es tan malo como piensas. El País [Internet]. 8 de febrero de 2018 [citado 13 de mayo de 2022]; Disponible en: https://elpais.com/elpais/2018/02/06/mamas_papas/1517913722_572997.html
67. Alcaráz J. No aleje a los niños de la tecnología, enséñeles a cuidarse en línea [Internet]. El Colombiano. 2022 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.elcolombiano.com/tecnologia/no-aleje-a-los-ninos-de-la-tecnologia-enseñeles-a-cuidarse-en-linea-FA17244256>
68. Rivera JA, Cedillo L, Pérez J, Flores B. Uso de tecnologías, sedentarismo y actividad física en estudiantes universitarios. 5(1):7.
69. Lombardi J. Bienestar digital: en busca de un uso saludable de la tecnología [Internet]. WeLiveSecurity. 2019 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.welivesecurity.com/la-es/2019/06/28/bienestar-digital-busca-uso-saludable-tecnologia/>
70. Carrion C, Arroyo Moliner L, Castell C, Puigdomènech E, Gómez SF, Domingo L, et al. Utilización del teléfono móvil para el fomento de hábitos saludables en adolescentes. Estudio con grupos focales. Rev Esp Salud Pública [Internet]. 2016 [citado 13 de mayo de 2022];90. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1135-57272016000100422&lng=es&nrm=iso&tlng=es
71. Jaramillo P. Uso de tecnologías de información en el aula: ¿qué saben hacer los niños con los computadores y la información? Rev Estud Soc [Internet]. junio de 2005 [citado 13 de mayo de 2022]; Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-885X2005000100003&lang=es
72. Mejía C. Infancias, tecnologías digitales y confinamiento: retos para la familia y la escuela - Revista Pesquisa Javeriana [Internet]. 2020 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/infancias-y-tecnologias-digitales-en-tiempos-de-confinamiento-nuevos-retos-para-la-familia-y-la-escuela/>
73. MINTIC. La protección de nuestras niñas, niños y adolescentes en Internet, una prioridad del Gobierno nacional [Internet]. MINTIC Colombia. 2019 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://www.mintic.gov.co/porta1/715/w3-article-106969.html>
74. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. Los derechos de la infancia en la era de Internet: América Latina y las nuevas tecnologías [Internet]. CEPAL;

- 2014 [citado 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/37049-derechos-la-infancia-la-era-internet-america-latina-nuevas-tecnologias>
75. Congreso de la república. Ley 1978 de 2019 [Internet]. El congreso de la república. 2019 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=98210>
76. MINTIC. Lo que tiene que saber sobre la nueva Ley TIC [Internet]. MINTIC Colombia. 2019 [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://www.mintic.gov.co/portal/715/w3-article-102644.html>
77. MINCIENCIAS. Marco Legal [Internet]. Minciencias. [citado 13 de mayo de 2022]. Disponible en: https://minciencias.gov.co/quienes_somos/normatividad/marcolegal
78. Raile M, Marriner A. Modelos y Teorías en Enfermería [Internet]. 2015 [citado 30 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://booksmedicos.org/modelos-y-teorias-en-enfermeria-ann-marriner-tomey/>
79. Qualtrics. Investigación cuantitativa: definición y procedimiento [Internet]. Qualtrics. [citado 24 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.qualtrics.com/es/gestion-de-la-experiencia/investigacion/investigacion-cuantitativa/>
80. QuestionPro. Muestreo no probabilístico: definición, tipos y ejemplos [Internet]. QuestionPro. 2018 [citado 24 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/muestreo-no-probabilistico/>
81. Ministerio de salud. Resolución número 8430 de 1993 (Octubre 4) [Internet]. Resolución 8430 p. 19. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
82. Nations U. La Declaración Universal de Derechos Humanos | Naciones Unidas [Internet]. United Nations. United Nations; [citado 24 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
83. Morales OB. Comité de ética en investigación [Internet]. Sitio Web del Comité de ética en investigación. 2017 [citado 24 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/>
84. Consejo internacional de enfermeras. CÓDIGO DEONTOLÓGICO DEL CIE PARA LA PROFESIÓN DE ENFERMERÍA [Internet]. Jean-Marteau, Ginebra (Suiza); 2012. 12 p. Disponible en: https://www.icn.ch/sites/default/files/inline-files/2012_ICN_Codeofethicsfornurses_%20sp.pdf
85. Mitchell C. ¿Cuáles son las pautas éticas que deben regir las investigaciones con seres humanos? [Internet]. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2018 [citado 24 de septiembre de 2022]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14071:new-guidelines-on-ethical-treatment-of-humans-in-health-related-research&Itemid=1001&lang=es#gsc.tab=0

86. ONU. Crecer en el mundo digital: Cómo internet afecta al bienestar y la seguridad de los niños | Noticias ONU [Internet]. 2017 [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2017/12/1423682>
87. Esteban E. Los niños y el acceso a Internet [Internet]. Guiainfantil.com. 2018 [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.guiainfantil.com/blog/293/los-ninos-y-el-acceso-a-internet.html>
88. Sánchez M. La edad recomendada para el primer celular para niños es entre los nueve y 12 años [Internet]. Diario La República. 2022 [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.larepublica.co/internet-economy/la-edad-recomendada-para-el-primer-celular-para-ninos-es-entre-los-nueve-y-12-anos-3404841>
89. Atico. Peligros de las redes sociales para niños y adolescentes [Internet]. Grupo Atico34. 2021 [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://protecciondatos-lop.d.com/empresas/peligros-redes-sociales/>
90. Pantallasamigas. Menores y Redes sociales ¿Cuál es la edad mínima para cada una de ellas? [Internet]. Pantallas Amigas. 2022 [citado 30 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.pantallasamigas.net/menores-redes-sociales-edad-minima-datos-personales/>
91. MINTIC. Solo mayores de 16 años podrán acceder a WhatsApp en la UE, ¿se regula su uso en Colombia? - Solo mayores de 16 años podrán acceder a WhatsApp en la UE, ¿se regula su uso en Colombia? [Internet]. MINTIC Colombia. [citado 30 de mayo de 2023]. Disponible en: <http://www.mintic.gov.co/portal/715/w3-article-72734.html>
92. WhatsApp. Acerca de la edad mínima para usar WhatsApp [Internet]. [citado 30 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://faq.whatsapp.com/695318248185629/>
93. Maiposalud. Niños y el exceso de tecnología. Un daño silencioso [Internet]. 2018 [citado 24 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://maiposalud.cl/blog/ninos-y-el-exceso-de-tecnologia-un-dano-silencioso/>
94. Tejada Calle A. La actividad física en niños, niñas y adolescentes. Practicas necesarias para la vida UNICEF. UNICEF. junio de 2019;23.

ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTO:

PREGUNTAS PARA PADRES:

1. ¿Quién responde el cuestionario?
 - Mamá
 - Papá
 - Otro pariente. ¿Quién? _____
2. ¿Cuál es el género de su hijo o hija?
 - Femenina
 - Masculino
3. ¿Cuál es la edad de su hijo o hija? _____ Años.
4. ¿Cuál es el estrato socioeconómico de la vivienda donde su hijo o hija habita?
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
 - 6
5. Indique con quien vive su hija o hijo (puede seleccionar varias opciones)
 - Mamá
 - Papá
 - ¿Hermanos, Cuantos? _____
 - ¿Abuelos, Cuantos? _____
 - Padrastro / Madrastra
 - Ti@s.
 - Otros ¿Quiénes? _____
6. ¿En qué grado se encuentra actualmente su hijo o hija?
 - 5 a
 - 5 b
 - 5 c
 - 6 a
 - 6 b
 - 6 c
7. ¿Tiene usted acceso a internet en el hogar (Wifi)?
 - Si
 - No

8. ¿Cuenta con un celular propio su hijo o hija?

- Si
- No

(Si la respuesta anterior es "Si" continúe con la pregunta 9)

(Si la respuesta anterior es "No" salte a la pregunta 29)

9. ¿Es el celular de su hijo o hija es un teléfono inteligente?

- Si
- No

10. ¿Tiene plan de datos en el celular de su hija o hijo?

- Si
- No

11. ¿A qué edad obtuvo el celular su hijo o hija?

- 1-3
- 4-6
- 7-10
- 11-13

12. ¿Tiene usted normas o reglas establecidas en su hogar para el uso del celular de su hijo o hija?

- Si
- No

13. ¿Qué normas o reglas establece usted en su hogar para el uso del celular de su hijo o hija?

- Límite de tiempo
- Tipo de aplicaciones
- Utiliza aplicaciones de control parental
- Otras ¿Cuáles? _____
- No aplica

14. ¿Cada cuanto usa el teléfono su hijo o hija?

- Diariamente
- 5 a 6 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 1 a 2 veces por semana
- Solo cuando es necesario

15. ¿Tiene usted límite de tiempo diario para el uso del celular en su hijo o hija?

- Si
- No

16. ¿Cuánto es el tiempo límite de uso diario del celular en su hijo o hijo?

- 1-2 horas
- 3-4 horas
- 5 o más
- No tiene tiempo límite.

17. ¿Ha notado usted cambios en el comportamiento de su hija o hijo desde que obtuvo el celular?

- Si
- No

18. ¿Qué cambios ha notado en su hija o hijo desde que obtuvo el celular?

- Pérdida del apetito
- Dificultad para conciliar el sueño
- Diminución en la concentración
- Poca interacción con su entorno
- Bajo rendimiento académico
- Poco interés en el ejercicio físico
- Otros, ¿Cuáles? _____
- No aplica

19. ¿Para qué cree usted que es importante que su hija o hijo use un celular? (Marque con una x las respuestas que considere necesarias)

- Tareas
- Contacto con los amigos
- Llamadas
- Redes sociales
- Juegos
- Mantener en comunicación con mi hijo o hija
- Otros, ¿Cuáles? _____
- No es importante

20. En una escala de 1 a 10 (siendo 1 nada importante y 10 muy importante) ¿Qué tan importante es el celular para su familia?

21. ¿Cuándo usted da una orden a su hijo de dejar de usar el celular obedece?

- Inmediatamente
- Se demora para obedecer
- No obedece
- Le es indiferente

22. ¿Supervisa usted el contenido al que accede su hija o hijo en el celular?

- Si
- No
- A veces

23. ¿Usa usted como forma de castigo la prohibición del celular con su hija o hijo?

- Si
- No

24. ¿Cree usted que el uso del celular ha cambiado la forma de comunicarse en su familia?

- Si
- No

25. ¿Como se ha visto afectada la familia? (puede señalar más de una opción)

- Aislamiento social
- Disminución de la afectividad
- Reducción en las conversaciones en la familia
- Irritabilidad
- Otras ¿Cuáles?
- No se ha visto afectada

26. ¿Tiene usted espacios establecidos para compartir en familia sin el uso del celular?

- No
- Si

(Si la presente pregunta es positiva continúe con la siguiente pregunta, si es negativa siga en la 28)

27. ¿Cuáles son los espacios establecidos por usted para compartir en familia sin el uso del celular?

- Comedor
- Sala de estar
- Sala de juegos
- Espacios al aire libre
- Otros

28. ¿El colegio permite el ingreso y uso de los celulares a los niños y niñas?

- Si
- No

29. ¿Su hija o hijo cuenta con alguno de los siguientes aparatos electrónicos?

- Tablet
- Computador portátil o de mesa
- Consola de video Juegos
- Televisor

30. ¿Tiene reglas establecidas para el uso de dispositivos electrónicos su hija o hijo?

- Si
- No

31. ¿En qué emplea su hija o hijo el tiempo libre? (Marque con una X las respuestas que considere necesarias)

- Deportes
- Juegos Virtuales
- Juegos al aire libre
- Redes sociales
- Actividades familiares

- Otros ¿Cuáles? _____

32. ¿Los adultos responsables de los niños y niñas trabajan?

- Si
- No

PREGUNTAS PARA LOS NIÑOS

1. ¿Qué significa para ustedes el celular?

- Entretenimiento
- Educación
- Moda
- Comunicación
- Compañía
- Otras

¿Cuáles? _____

2. ¿Cómo prefiere usted comunicarse?

- Personalmente
- Por chat
- Por videollamada
- Por llamada
- Otras

¿Cuáles? _____

3. ¿Qué aplicaciones tiene usted en el celular para uso académico?

- Duolingo
- Google
- Word, PowerPoint, Excel
- Calculadora
- Otras

¿Cuáles? _____

- Ninguna

4. ¿Tiene usted cuenta en redes sociales?

- Si
- No

5. ¿En cuales redes sociales tiene usted cuentas?

- WhatsApp
- Facebook
- Instagram
- Telegram
- Tik tok
- Otras

¿Cuáles? _____

- No aplica









6. ¿Usted realiza ejercicio físico regularmente?

- Si
- No

7. ¿Usted cada cuanto se ejercita?
- 1-2 veces a la semana
 - 3-4 veces a la semana
 - Más de 5 veces
 - No me ejercito
8. ¿Qué ejercicios realiza usted?
- Futbol / Microfutbol
 - Patinaje
 - Danza / Baila
 - Natación
 - Baloncesto
 - Voleibol
 - No aplica
 - Otras ¿Cuáles? _____
 - Ninguno
9. ¿Cuántas horas al día duerme? (incluye siestas y tiempo de dormir en la noche)
- 4-5 horas
 - 6-7 horas
 - 8-9 horas
 - 10 o más horas
- 10 ¿A qué horas se levanta todos los días? (lunes a viernes)
- Antes de las 4 am
 - 4am – 6 am
 - 7am - 9 am
 - 10 am – 12 pm
 - Después de las 12 pm
- 11 ¿Realiza siestas durante el día?
- Si
 - No
- 12 ¿De cuánto tiempo son las siestas?
- Menos de una hora
 - 1- 2 horas
 - Más de 3 horas
 - No aplica

13. ¿Cómo se ve su familia? Señala con una X (A o B de cada recuadro)

Ilustración 1: Instrumento

A		B	
A		B	
A		B	
A		B	

EXPERTOS QUE VALIDAN EL INSTRUMENTO

Tabla 8: Validación del instrumento

	NOMBRE	PROFESIÓN
1	Diana Patricia Muñoz Tobón	Docente Mg. en CTI (Ciencia, tecnología e innovación)
2	Candelaria Pérez Salgado	Enfermera Mg. Salud Pública
3	María Delcy Vélez	Enfermera Mg. En educación
4	Angélica María Correa Méndez	Enfermera Mg. Salud Pública
5	Beatriz Torres Avendaño	Enfermera Mg. Salud Pública

EVIDENCIAS DE ENCUESTAS DE PADRES

Encuesta para padres de estudiantes del grado 5 y 6 de la institución ICOLVEN Se obtuvieron 51 respuestas de padres en Forms de Google (ver ilustración 2)

Ilustración 2: Respuesta de la encuesta de padres



EVIDENCIAS DE ENCUESTAS DE LOS NIÑOS

Se obtuvieron 51 respuestas de los niños en hojas físicas (se adjuntaron 2 ejemplos del total) (ver ilustración 3 y 4)

Ilustración 3: Encuesta para niños 1

PREGUNTAS PARA LOS NIÑOS

1. ¿Qué significa para ustedes el celular?
- Entretimiento
 - Educación
 - Moda
 - Comunicación
 - Compañía
 - Otras
- ¿Cuáles? _____

2. ¿Cómo prefiere usted comunicarse?
- Personalmente
 - Por chat
 - Por videollamada
 - Por llamada
 - Otras
- ¿Cuáles? _____

3. ¿Qué aplicaciones tiene usted en el celular para uso académico?
- Duolingo
 - Google
 - Word, PowerPoint, Excel
 - Calculadora
 - Otras
 - ¿Cuáles? Translator
 - Ninguna

4. ¿Tiene usted cuenta en redes sociales?
- Si
 - No

5. ¿En cuales redes sociales tiene usted cuentas?

- WhatsApp
- Facebook
- Instagram
- Telegram
- Tik tok
- Otras

- ¿Cuáles? _____
- No aplica

6. ¿Usted realiza ejercicio fisico regularmente?

- Si
- No

7. ¿Usted cada cuanto se ejercita?

- 1-2 veces a la semana
- 3-4 veces a la semana
- Más de 5 veces
- No me ejercito

8. ¿Qué ejercicios realiza usted?

- Futbol / Microfutbol
- Patinaje
- Danza / Baila
- Natación
- Baloncesto
- Voleibol
- No aplica
- Otras
- ¿Cuáles? _____
- Ninguno

9. ¿Cuántas horas al día duerme? (incluye siestas y tiempo de dormir en la noche)

- 4-5 horas
- 6-7 horas
- 8-9 horas
- 10 o más horas

10. ¿A qué horas se levanta todos los días? (lunes a viernes)
- Antes de las 4 am
 - 4am - 6 am
 - 7am - 9 am
 - 10 am - 12 pm
 - Después de las 12 pm

11. ¿Realiza siestas durante el día?
- Si
 - No

12. ¿De cuánto tiempo son las siestas?
- Menos de una hora
 - 1-2 horas
 - Más de 3 horas
 - No aplica

13. ¿Cómo se ve su familia? Señala con una X (A o B de cada recuadro)

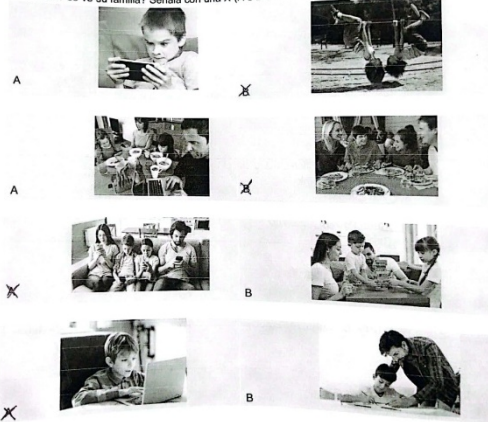


Ilustración 4: Encuesta para niños 2

PREGUNTAS PARA LOS NIÑOS

1. ¿Qué significa para ustedes el celular?
- Entretimiento
 - Educación
 - Moda
 - Comunicación
 - Compañía
 - Otras
- ¿Cuáles? A veces

2. ¿Cómo prefiere usted comunicarse?
- Personalmente
 - Por chat
 - Por videollamada
 - Por llamada
 - Otras
- ¿Cuáles? Por la voz

3. ¿Qué aplicaciones tiene usted en el celular para uso académico?
- Duolingo
 - Google
 - Word, PowerPoint, Excel
 - Calculadora
 - Otras
 - ¿Cuáles? _____
 - Ninguna

4. ¿Tiene usted cuenta en redes sociales?
- Si
 - No

5. ¿En cuales redes sociales tiene usted cuentas?

- WhatsApp
- Facebook
- Instagram
- Telegram
- Tik tok
- Otras

- ¿Cuáles? Ninguna

6. ¿Usted realiza ejercicio fisico regularmente?

- Si
- No

7. ¿Usted cada cuanto se ejercita?

- 1-2 veces a la semana
- 3-4 veces a la semana
- Más de 5 veces
- No me ejercito

8. ¿Qué ejercicios realiza usted?

- Futbol / Microfutbol
- Patinaje
- Danza / Baila
- Natación
- Baloncesto
- Voleibol
- No aplica
- Otras
- ¿Cuáles? Gimnasia
- Ninguno

9. ¿Cuántas horas al día duerme? (incluye siestas y tiempo de dormir en la noche)

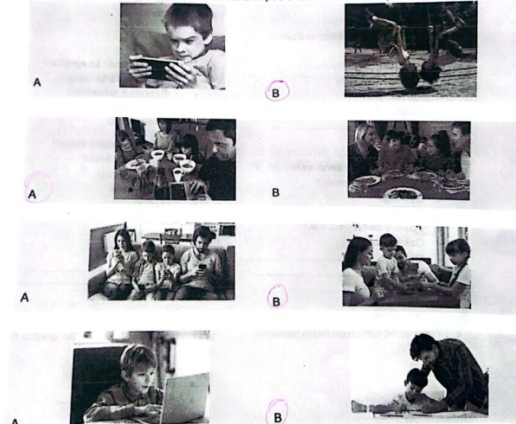
- 4-5 horas
- 6-7 horas
- 8-9 horas
- 10 o más horas

10. ¿A qué horas se levanta todos los días? (lunes a viernes)
- Antes de las 4 am
 - 4am - 6 am
 - 7am - 9 am
 - 10 am - 12 pm
 - Después de las 12 pm

11. ¿Realiza siestas durante el día?
- Si una poca
 - No

12. ¿De cuánto tiempo son las siestas?
- Menos de una hora
 - 1-2 horas
 - Más de 3 horas
 - No aplica

13. ¿Cómo se ve su familia? Señala con una X (A o B de cada recuadro)



ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____, identificado con el documento de identidad _____ de _____, he sido informado (a) por las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Nubia Yeliany Valderrama Lobo y Juliana Mejía Muñoz, quienes desarrollan la investigación “FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN”. Cuyo objetivo principal es conocer los efectos sobre los hábitos saludables relacionados con el uso de los elementos tecnológicos en los niños. Entiendo que, los participantes de esta investigación deben ser (criterios de inclusión). De igual manera, comprendo que los datos obtenidos se manejan con la mayor confidencialidad y que, en ningún momento, serán divulgados datos personales de los participantes. También tengo claro que puedo decidir retirarme en el momento que así lo considere, sin que esto implique repercusiones en la atención. Comprendo el propósito de la investigación, lo cual no afecta el desarrollo de los contenidos académicos actuales del participante.

Acepto que se me explicó que la investigación se rige por la Resolución 8430 de 1993, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud en la República de Colombia y que cataloga esta investigación sin riesgo alguno.

Acepto también que he sido informado que la investigación se desarrollará con fines académicos y que se me han resuelto dudas surgidas respecto al estudio. De igual forma se me ha explicado la forma de comprender el cuestionario que hace parte de la recolección de datos en la presente investigación y que yo muy honestamente debo responder.

Después de leer, analizar y comprender los riesgos y beneficios de la investigación, declaro que el día ____ del mes _____ del año _____, decido participar voluntariamente del presente estudio, donde también me puedo retirar si así lo deseo sin que esto tenga algún tipo de repercusión para mí.

_____ c/c _____

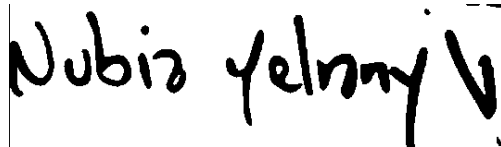
FIRMA DEL PARTICIPANTE

FIRMA DE LOS INVESTIGADORES



c/c 1007721481 Medellín-Antioquia

Angie Fernanda Quijano García



c/c 1116276689 Tuluá-Valle

Nubia Yeliany Valderrama Lobo




1035237262 c/c: 1035237262 Barbosa-Antioquia

Juliana Mejía Muñoz

EVIDENCIAS DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se recolectaron 51 consentimientos para la aplicación de las encuestas (se adjuntaron 4 ejemplos del total) (ver ilustración 5, 6, 7 y 8)

Ilustración 5: Consentimiento 1


UNAC

Medellín, Mayo __ del 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Areany Rivero, identificado con el documento de identidad 5006997 de Bogotá, he sido informado (a) por las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Nubia Yeliany Valderrama Lobo y Juliana Mejía Muñoz, quienes desarrollan la investigación "FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN". Cuyo objetivo principal es conocer los efectos de los elementos tecnológicos sobre los hábitos saludables en los niños. Entiendo que, los participantes de esta investigación deben ser padres y niños con autorización de los padres, que estén cursando los grados 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN, que descen y autoricen la participación en la presente investigación y que además cuenten con accesibilidad a dispositivos electrónicos.


Entiendo también que los datos se recolectaran por medio de dos encuestas una para los padres de forma digital a través de google forms constando de dos secciones, la primera para recolección de datos sociodemográficos y la segunda consta de preguntas propias de la investigación. La segunda encuesta es para los niños, en formato físico con preguntas de selección múltiple, con el objetivo de conocer la percepción de los niños respecto al tema investigado.


De igual manera, comprendo que los datos obtenidos se manejarán con la mayor confidencialidad y que, en ningún momento, serán divulgados. También tengo claro que puedo decidir retirarme en el momento que así lo considere, sin que esto implique repercusiones en la atención.

Comprendo el propósito de la investigación, lo cual no afecta el desarrollo de los contenidos académicos actuales del participante. Acepto que se me explicó que la investigación se rige por la Resolución 8430 de 1993, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud en la República de Colombia y que cataloga esta investigación sin riesgo alguno.

Acepto también que he sido informado que la investigación se desarrollará con fines académicos. De igual forma se me ha explicado la forma de comprender el cuestionario que hace parte de la recolección de datos en la presente investigación y que yo muy honestamente debo responder.

Después de leer, analizar y comprender los riesgos y beneficios de la investigación, declaro que el día 16 del mes Mayo del año 2023, decido participar voluntariamente del presente estudio, donde también me puedo retirar si así lo deseo sin que esto tenga algún tipo de repercusión.


FIRMA DEL ACUDIENTE


FIRMA DEL ESTUDIANTE

6° C
GRADO

Ilustración 6: Consentimiento 2

Medellín, Mayo __ del 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO



Yo Carmenza Rúa López __, identificado con el documento de identidad_43565434_ de _Medellín_, he sido informado (a) por las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Nubia Yeliany Valderrama Lobo y Juliana Mejía Muñoz, quienes desarrollan la investigación “FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN”. Cuyo objetivo principal es conocer los efectos de los elementos tecnológicos sobre los hábitos saludables en los niños. Entiendo que, los participantes de esta investigación deben ser padres y niños con autorización de los padres, que estén cursando los grados 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN, que deseen y autoricen la participación en la presente investigación y que además cuenten con accesibilidad a dispositivos electrónicos.

Entiendo también que los datos se recolectaran por medio de dos encuestas una para los padres de forma digital a través de google forms constando de dos secciones, la primera para recolección de datos sociodemográficos y la segunda consta de preguntas propias de la investigación. La segunda encuesta es para los niños, en formato físico con preguntas de selección múltiple, con el objetivo de conocer la percepción de los niños respecto al tema investigado.

De igual manera, comprendo que los datos obtenidos se manejarán con la mayor confidencialidad y que, en ningún momento, serán divulgados. También tengo claro que puedo decidir retirarme en el momento que así lo considere, sin que esto implique repercusiones en la atención.

Comprendo el propósito de la investigación, lo cual no afecta el desarrollo de los contenidos académicos actuales del participante. Acepto que se me explicó que la investigación se rige por la Resolución 8430 de 1993, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud en la República de Colombia y que cataloga esta investigación sin riesgo alguno.

Acepto también que he sido informado que la investigación se desarrollará con fines académicos. De igual forma se me ha explicado la forma de comprender el cuestionario que hace parte de la recolección de datos en la presente investigación y que yo muy honestamente debo responder.

Después de leer, analizar y comprender los riesgos y beneficios de la investigación, declaro que el día _17_ del mes __Mayo__ del año _2023_, decido participar voluntariamente del presente estudio, donde también me puedo retirar si así lo deseo sin que esto tenga algún tipo de repercusión.

Carmenza Rúa López
313 760 87 25

FIRMA DEL ACUDIENTE

__María José Morales Rúa__

FIRMA DEL ESTUDIANTE

__6A__

GRADO

Ilustración 7: Consentimiento 3



Medellín, Mayo 10 del 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Isabella Herrera Suarez, identificado con el documento de identidad 7027012334 de Medellin, he sido informado (a) por las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Nubia Yeliany Valderrama Lobo y Juliana Mejía Muñoz, quienes desarrollan la investigación "FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN". Cuyo objetivo principal es conocer los efectos de los elementos tecnológicos sobre los hábitos saludables en los niños. Entiendo que, los participantes de esta investigación deben ser padres y niños con autorización de los padres, que estén cursando los grados 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN, que deseen y autoricen la participación en la presente investigación y que además cuenten con accesibilidad a dispositivos electrónicos.

Entiendo también que los datos se recolectaran por medio de dos encuestas una para los padres de forma digital a través de google forms constando de dos secciones, la primera para recolección de datos sociodemográficos y la segunda consta de preguntas propias de la investigación. La segunda encuesta es para los niños, en formato físico con preguntas de selección múltiple, con el objetivo de conocer la percepción de los niños respecto al tema investigado.

De igual manera, comprendo que los datos obtenidos se manejarán con la mayor confidencialidad y que, en ningún momento, serán divulgados. También tengo claro que puedo decidir retirarme en el momento que así lo considere, sin que esto implique repercusiones en la atención.

Comprendo el propósito de la investigación, lo cual no afecta el desarrollo de los contenidos académicos actuales del participante. Acepto que se me explicó que la investigación se rige por la Resolución 8430 de 1993, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud en la República de Colombia y que cataloga esta investigación sin riesgo alguno.

Acepto también que he sido informado que la investigación se desarrollará con fines académicos. De igual forma se me ha explicado la forma de comprender el cuestionario que hace parte de la recolección de datos en la presente investigación y que yo muy honestamente debo responder.

Después de leer, analizar y comprender los riesgos y beneficios de la investigación, declaro que el día 10 del mes mayo del año 2023, decido participar voluntariamente del presente estudio, donde también me puedo retirar si así lo desco sin que esto tenga algún tipo de repercusión.

Rebeca Suarez Barbosa
FIRMA DEL ACUDIENTE

Isabella Herrera Suarez
FIRMA DEL ESTUDIANTE

5ºB
GRADO

Ilustración 8: Consentimiento 4



Medellin, Mayo __ del 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Gisella Esperanza Londono Samboni, identificado con el documento de identidad (C.C. 1144171837 de Antioquia - valle, he sido informado (a) por las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Nubia Yeliany Valderrama Lobo y Juliana Mejía Muñoz, quienes desarrollan la investigación "FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN". Cuyo objetivo principal es conocer los efectos de los elementos tecnológicos sobre los hábitos saludables en los niños. Entiendo que, los participantes de esta investigación deben ser padres y niños con autorización de los padres, que estén cursando los grados 5° y 6° de la institución educativa Colombo Venezolana ICOLVEN, que deseen y autoricen la participación en la presente investigación y que además cuenten con accesibilidad a dispositivos electrónicos.

Entiendo también que los datos se recolectaran por medio de dos encuestas una para los padres de forma digital a través de google forms constando de dos secciones, la primera para recolección de datos sociodemográficos y la segunda consta de preguntas propias de la investigación. La segunda encuesta es para los niños, en formato físico con preguntas de selección múltiple, con el objetivo de conocer la percepción de los niños respecto al tema investigado.

De igual manera, comprendo que los datos obtenidos se manejarán con la mayor confidencialidad y que, en ningún momento, serán divulgados. También tengo claro que puedo decidir retirarme en el momento que así lo considere, sin que esto implique repercusiones en la atención.

Comprendo el propósito de la investigación, lo cual no afecta el desarrollo de los contenidos académicos actuales del participante. Acepto que se me explicó que la investigación se rige por la Resolución 8430 de 1993, por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud en la República de Colombia y que cataloga esta investigación sin riesgo alguno.

Acepto también que he sido informado que la investigación se desarrollará con fines académicos. De igual forma se me ha explicado la forma de comprender el cuestionario que hace parte de la recolección de datos en la presente investigación y que yo muy honestamente debo responder.

Después de leer, analizar y comprender los riesgos y beneficios de la investigación, declaro que el día 9 del mes Mayo del año 2023, decido participar voluntariamente del presente estudio, donde también me puedo retirar si así lo desco sin que esto tenga algún tipo de repercusión.


FIRMA DEL ACUDIENTE
C.C. 1144171837.

Esteban Catdoba 5-A
FIRMA DEL ESTUDIANTE GRADO

ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LA INSTITUCIÓN

Cordial Saldo.

Rectora Lucy Amparo Cely.

Las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Juliana Mejía Muñoz y Nubia Yeliany Valderrama Lobo del octavo semestre de enfermería, se encuentran realizando la investigación para el proyecto de grado sobre "FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN". Para nosotras es de vital importancia la participación de su institución, debido a que encontramos una población adecuada para la investigación.

Para este proceso investigativo requerimos la colaboración de diez (10) niños y niñas de 6to grado. El proceso comienza con la aprobación por parte de la institución educativa, posteriormente se remite el consentimiento informado a los padres de familia del menor, con la aprobación de ellos se procede a la recolección de datos por medio de dos encuestas, una para los mismos padres en formato digital, que consta de dos secciones, la primera acerca de los datos sociodemográficos y la segunda consta de preguntas propias de la investigación. La segunda encuesta es para los niños, en formato físico para selección de respuesta múltiple, con el objetivo de conocer la percepción de los niños respecto al tema investigado.

Agradecemos de antemano la colaboración que nos puedan brindar en esta solicitud, teniendo en cuenta que los resultados del proyecto permitirán idear estrategias de prevención de enfermedades físicas y emocionales en esta población.

Nombre: _____

Firma: _____

EVIDENCIA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LA INSTITUCIÓN

Ilustración 9: Consentimiento de la institución

Cordial Saldo.

Rectora Lucy Amparo Cely.

Las estudiantes Angie Fernanda Quijano García, Juliana Mejía Muñoz y Nubia Yeliany Valderrama Lobo del octavo semestre de enfermería, se encuentran realizando la investigación para el proyecto de grado sobre "FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HÁBITOS SALUDABLES Y EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5 Y 6 GRADO DE LA INSTITUCIÓN ICOLVEN". Para nosotras es de vital importancia la participación de su institución, debido a que encontramos una población adecuada para la investigación.

Para este proceso investigativo requerimos la colaboración de diez (10) niños y niñas de 6to grado. El proceso comienza con la aprobación por parte de la institución educativa, posteriormente se remite el consentimiento informado a los padres de familia del menor, con la aprobación de ellos se procede a la recolección de datos por medio de dos encuestas, una para los mismos padres en formato digital, que consta de dos secciones, la primera acerca de los datos sociodemográficos y la segunda consta de preguntas propias de la investigación. La segunda encuesta es para los niños, en formato físico para selección de respuesta múltiple, con el objetivo de conocer la percepción de los niños respecto al tema investigado.

Agradecemos de antemano la colaboración que nos puedan brindar en esta solicitud, teniendo en cuenta que los resultados del proyecto permitirán idear estrategias de prevención de enfermedades físicas y emocionales en esta población.

Nombre: Lucy Amparo Cely

ANEXO 4: CERTIFICADO INSTITUCIONAL

Ilustración 10 Certificado Institucional



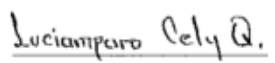
Aprobado por resolución No. 6173 de 19 de diciembre de 1958.
Resolución 018561 del 22 de diciembre de 2016

Medellín, 01 de junio del 2023.

CERTIFICADO

Yo, LUCIAMPARO CELY QUIROZ, identificada con CC. 46362031, en mi calidad de rectora de ICOLVEN, certifico que ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA, con CC. 1.007.721.481, JULIANA MEJÍA MUÑOZ, con CC. 1.035.237.262, NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO con CC. 1.116.276.689, participaron de la aplicación del instrumento de su proyecto de grado: FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE HABITOS SALUDABLES CON EL USO DE LAS TICS EN NIÑOS DE 5° Y 6° GRADO DEL COLEGIO ICOLVEN. Cumpliendo su trabajo a cabalidad durante el periodo semestral del 2023-1 esperando que de acuerdo a los resultados la investigación sea de gran importancia para la institución, docentes y padres de familia. Siendo una problemática de grande interés, presente en la actualidad.


Cordialmente,


LUCIAMPARO CELY QUIROZ
Rectora
rectoria@icolven.edu.co

Cra. 84 No. 33 AA - 01 PBX: 250 9648
Nit. 890.901.933-2 - Código DANE 305001003513
Medellín - Colombia

ANEXO 5: DOCUMENTO DE ACEPTACIÓN DE PROYECTO DE GRADO

Ilustración 11: Certificado de aceptación



UNAC
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
COLOMBIA

Personería Jurídica reconocida mediante
Resolución No. 8529 del 06 de junio de 1983,
expedida por el Ministerio de Educación Nacional.
Carrera 84 No. 33AA-1 Medellín, Colombia
PBX: + 57 (4) 250 83 28
NIT: 860 403 751-3
www.unac.edu.co


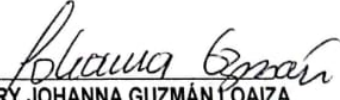
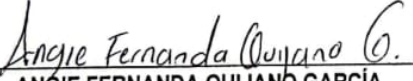

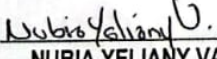
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

NOTA DE ACEPTACIÓN

Los suscritos miembros de la comisión Asesora del Proyecto de investigación: "**Efectos de las TICS sobre el desarrollo de hábitos saludables en niños de 5 y 6 grado de la institución ICOLVEN.**", elaborado por las estudiantes ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA, JULIANA MEJÍA MUÑOZ, NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO, del programa de Enfermería, nos permitimos conceptuar que éste cumple con los criterios teóricos, metodológicos y de redacción exigidos por la Facultad de Ciencias de la Salud y por lo tanto se declara como:

APROBADO- SOBRESALIENTE

Medellín, 07 de junio de 2023

 _____ PH.D. JORGE ANTONIO SÁNCHEZ BECERRA Coordinador Investigación FCS	 _____ MARY JOHANNA GUZMÁN LOAIZA Asesor
 _____ ANGIE FERNANDA QUIJANO GARCÍA Estudiante	 _____ JULIANA MEJÍA MUÑOZ Estudiante
 _____ NUBIA YELIANY VALDERRAMA LOBO Estudiante	

CS Scanned with CamScanner

ANEXO 6: AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Ilustración 12: Autorización para repositorio institucional.

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL (RI)

A QUIEN INTERESE:

Mediante el presente instrumento, actuando en nombre propio como autor(es) de la obra que entrego(entregamos) a la Institución, confiero(conferimos) a la Corporación Universitaria Adventista, institución universitaria sin ánimo de lucro, de carácter privado, con Personería Jurídica del Ministerio de Educación Nacional, expedida por la Resolución 8529, del 6 de junio de 1983, una licencia de difusión no exclusiva limitada sobre la obra que se integra a dicha institución de educación superior, la cual entrará en vigencia en la fecha en la cual se integre al RI, por un periodo de dos (2) años, prorrogables en forma indefinida.

La obra sujeta a la presente será utilizada estrictamente con fines educativos, científicos y culturales, al tenor de lo establecido en la Ley 23 de 1982, la Ley 44 de 1993, la Decisión Andina 351 de 1993 y demás normas generales sobre protección de derechos de autor.

El(los) autor(es) expresa(mos) que la obra es de su autoría y se realizó sin violar o usurpar derechos de autor de terceros, obra sobre la que tiene(n) los derechos que autoriza(n) y sobre la cual asume(n) todas las responsabilidades atinentes al contenido de la misma ante la Corporación Universitaria Adventista y ante terceros.

El(los) autor(es) conceden autorización a la Corporación Universitaria Adventista para convertir la obra al formato que el RI requiera e incluir la obra en los buscadores e índices necesarios para su difusión.

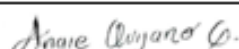
El(los) autor(es) podrá(n) dar por terminada la licencia elevando la solicitud por escrito a la Corporación Universitaria Adventista, con una antelación de dos (2) meses.

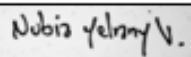
Si la obra ha recibido algún patrocinio o apoyo por parte de alguna organización, el(los) autor(es) garantiza(n) que han cumplido los derechos y obligaciones adquiridos con él(ellos). En el caso de obras de varios autores, todos deberán firmar.

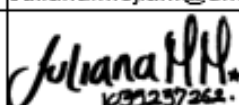
Para constancia, firmo (firmamos):

Fecha de entrega: 21/06/23

Título de la obra: Factores que influyen en el desarrollo de los hábitos saludables y el uso de los tics en niños de 5 y 6 grado de la institución icolven.

Nombre:	Angie Fernanda Quijano García
Documento de identidad:	1007721481
Dirección:	Calle 35c #86ª-76
Teléfono:	3133990641
Correo electrónico:	Angiequijano033@gmail.com
Firma:	

Nombre:	Nubia Yeliany Valderrama Lobo
Documento de identidad:	1116276689
Dirección:	Carrera 65c #27-29
Teléfono:	3045348283
Correo electrónico:	nyvalderramal@unac.edu.co
Firma:	

Nombre:	Juliana Mejía Muñoz
Documento de identidad:	1035237262
Dirección:	Calle 43 #86ª-41
Teléfono:	3208548024
Correo electrónico:	Juliana.mejiam@unac.edu.co
Firma:	

APROBADO SOBRESALIENTE CON UNA NOTA DE 4.7.