

ESTRATEGIAS PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES POR EL USO EXCESIVO DE
DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS ENFOCADO EN LOS ESTUDIANTES DEL
GRADO 8-2 DEL COLEGIO SANTA ANA DE BUCARMANGA

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

CARTAGENA ORTIZ LORENA

CAVANZO DIAZ CRISTIAN ARMANDO

PATIÑO DUARTE NATHALIA

VALDIVIESO DUCÓN DANNA

VELASQUEZ SAAVEDRA MICHAEL RONALDO

DOCENTE

LAURA DELGADO BARAJAS

CURSO: 11-2

COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA

2016

ESTRATEGIAS PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES POR EL USO EXCESIVO DE
DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS ENFOCADO EN LOS ESTUDIANTES DEL
GRADO 8-2 DEL COLEGIO SANTA ANA DE BUCARMANGA

PROYECTO DE GRADO

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN

CARTAGENA ORTIZ LORENA

CAVANZO DIAZ CRISTIAN ARMANDO

PATIÑO DUARTE NATHALIA

VALDIVIESO DUCÓN DANNA

VELASQUEZ SAAVEDRA MICHAEL RONALDO

ASERORA

LAURA DELGADO

COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA

CURSO: 11-2

2016



NOTA DE

PROYECTO DE GRADO
ESTUDIANTES

TITULO DEL PROYECTO

APROBADO

FECHA:

LAURA DELGADO BARAJAS
DOCENTE METODOLOGIA
CC:

DAVID MARIN DIAZ
COORDINADOR ACADEMICO
CC:

HNA. ANA TILIA FLOREZ
PAEZ
RECTORA
CC:

NOTA

DEDICATORIA

Este proyecto de grado va dedicado principalmente a Dios, al colegio Santa Ana por brindarnos el apoyo y espacio necesario para la realización de nuestras prácticas; a nuestros docentes por la paciencia y el tiempo dedicado, especialmente a la profesora Laura Delgado Barajas y Stella Villamizar Hernández; A nuestros padres que fueron de gran ayuda con su comprensión y compartiendo sus conocimientos. Gracias también a los estudiantes del grado 8-2, por su atención y participación en nuestras actividades.

TABLA DE CONTENIDO

Contenido	
RESUMEN	8
SUMMARY	9
INTRODUCCIÓN	10
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
1.1 Descripción del problema	11
2. JUSTIFICACIÓN	13
3. OBJETIVOS	14
3.1 Objetivo General	14
3.2 Objetivos específicos.....	14
4. ANTECEDENTES	15
4.1 Antecedentes internacionales	15
5. MARCO DE REFERENCIA DE LA INVESTIGACIÓN	16
5.1 Marco Teórico	16
5.2 Marco Conceptual	20
5.3 Marco Geográfico	23
METODOLOGÍA	24
6.1 Tipos de Investigación	24
6.2 Instrumentos de la investigación	24
6.3 Fases del Proyecto	25
6. POBLACIÓN	28
7.1 Muestra	28
8. PRESUPUESTO	29
9. RECURSOS	30
Recursos Humanos:	30
Recursos Físicos	30
10. CRONOGRAMA	31
11. RESULTADOS	33
12. CONCLUSIONES	52
13. RECOMENDACIONES	53

REFERENCIAS	54
ANEXOS.....	56

TABLA DE GRÁFICAS

GRAFICA 1.....	33
GRAFICA 2.....	34
GRAFICA 3.....	35
GRAFICA 4.....	36
GRAFICA 5.....	37
GRAFICA 6.....	38
GRAFICA 7.....	39
GRAFICA 8.....	40
GRAFICA 9.....	41
GRAFICA 10.....	42
GRAFICA 11.....	43
GRAFICA 12.....	44
GRAFICA 13.....	45
GRAFICA 14.....	46
GRAFICA 15.....	47
GRAFICA 16.....	48
GRAFICA 17.....	49
GRAFICA 18.....	50
GRAFICA 19.....	51

RESUMEN

Nuestro proyecto “Estrategias para evitar las enfermedades por el uso excesivo de dispositivos electrónicos enfocado en los estudiantes del grado Octavo dos del Colegio Santa Ana de Bucaramanga”, busca enseñar a los estudiantes los métodos para que mantengan un buen uso de sus dispositivos electrónicos, especialmente de los computadores. Queremos que tengan claro cada enfermedad que puede producir el mal uso de estos dispositivos y que aprendan cuáles son las maneras adecuadas de utilizarlos, el tiempo necesario, la buena postura y las pausas activas que se deben realizar en cada momento.

Para realizar nuestro proyecto decidimos hacer encuestas, pues así pudimos obtener información acerca del tiempo y el uso que los estudiantes del grado Octavo dos les dedican a esos aparatos electrónicos. Nos dimos cuenta que la mitad de nuestra muestra en realidad presentaban fuertes dolores y molestias en diferentes zonas del cuerpo al estar demasiado tiempo utilizando estos aparatos. Después de charlas, actividades didácticas, exposiciones y más, hicimos una encuesta final en la que observamos que después de todos estos ejercicios la mitad de ellos tuvieron una mejoría en sus molestias y tomaron conciencia de los peligros que traen el uso excesivo de dispositivos electrónicos, y como utilizarlos correctamente.

Palabras claves:

Dispositivos Electrónicos

Enfermedades

Aparatos

Estudiantes

Malas posturas

Riesgo

Jóvenes

Prevención

SUMMARY

Our project "Strategies to prevent disease by overuse of electronic devices focused on students in the eighth grade two Santa Ana College of Bucaramanga" seeks to teach students methods to maintain a good use of their electronic devices, especially of computers. We want to be clear every disease that can cause misuse of these devices and learn what are the proper ways to use the time needed, good posture and active breaks to be performed at all times.

To make our project we decided to surveys, for so we could get information about the time and use students Eighth grade two dedicated them to those electronic devices. We realized that half of our sample actually had severe pain and discomfort in different areas of the body to be too time using these devices. After talks, educational activities, exhibitions and more, we made a final survey in which we see that after all these years half of them had an improvement in their discomfort and became aware of the dangers that bring excessive use of electronic devices, and how to use them properly.

Keywords:

Electronics devices

Diseases

Appliances

Students

Poor posture

Risk

Young boys

Prevention

INTRODUCCIÓN

Lo que se busca con este proyecto es crear conciencia de las enfermedades que se pueden adquirir al tener un uso desenfrenado de la tecnología. Se quiere proponer e instar a los jóvenes a que hagan buen uso de los aparatos electrónicos, no se pretende cohibirlos ya que, en el siglo XXI, se volvió prioridad, moda e indispensable el uso de estos equipos. Por lo anterior, es mejor enseñar el uso adecuado en tiempos, para que no se vuelva un vicio, como lo es el alcohol, drogas psicoactivas que distancian familias, amigos, disminuyen la vida social, trae problemas emocionales; igualmente conlleva a problemas de salud, tales como: obesidad, timidez, perdida de sueño, dolor frecuente de cabeza, agotamiento de la visión, el túnel del Carpio, entre otras, etc.

La tecnología, le permitió al hombre evolucionar en cuanto a mejorar su calidad de vida, ayuda a mejorar la comunicación, en empresas es indispensable ya que le permite ser competitiva en un mundo globalizado donde siempre se debe estar a la vanguardia.

Los estudiantes de secundaria, también lo viven, ya que el medio social donde se desenvuelven, les “exige” de alguna manera estar a la moda, no solo en cuestión de ropa o zapatos, anteriormente era así, en el siglo XX; pero en el actual siglo, lo que exige la sociedad es tener la tecnología, lo último. Desafortunadamente, estar adelantados en equipos electrónicos, ha conllevado a perder espacios tan agradables como era compartir en familia, un almuerzo o cena. Salir a jugar con los amigos a la lleva, ponchados, venados y cazadores, montar bicicleta o simplemente compartir un rato con ellos, sin tener que estar “conectados”.

Abordaremos el tema de investigación por medio de encuestas, charlas, actividades, visitas de especialistas sobre estos temas con el fin de que los estudiantes del grado octavo- dos del colegio Santa Ana se den cuenta de la importancia de estar bien informados e implementen las estrategias que les daremos.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del problema

A día de hoy, en el siglo XXI, nos encontramos en pleno desarrollo, y por ende, en auge de la tecnología. Hace algunos años estábamos inventando la radio de transistores y no nos imaginábamos que hoy, tan sólo 60 años después, pudiéramos estar creando dispositivos electrónicos tales como los móviles, las laptops, las cámaras de alta resolución, que se encargan de proveernos una experiencia sencilla, práctica y confortable al usuario, y que además es capaz de entretenernos por horas con un sin fin de aplicaciones e información ilimitada gracias a una de las invenciones más importantes en la historia de la humanidad, el internet. Pero, el constante uso y abuso de estos dispositivos pueden causar daños gravísimos y que, con el tiempo, pueden ocasionar enfermedades como: síndrome del túnel carpiano, sobrepeso y obesidad, daños irreparables en el sistema nervioso, daños auditivos, entre otros.

Después de observar las enfermedades que conllevan el uso excesivo de estos dispositivos, se ha decidido dar a conocer a los estudiantes los riesgos, las causas y las consecuencias de no saber utilizar con moderación estos equipos, también se les quiere comunicar como pueden prevenir estas problemáticas, procurando evitar una mala postura en sus ordenadores, o pasar mucho tiempo frente a una pantalla ya sea utilizando Internet, telefonía móvil, computadoras y videojuegos online principalmente. No se trata aquí de las enfermedades que los estudiantes ya padezcan, sino de las futuras enfermedades que intentamos prevenir por medio de este proyecto. Otras problemáticas a las que se pueden enfrentar los usuarios es la adicción, que es uno de los métodos más utilizados por los delincuentes cibernéticos para estafar y obtener información valiosa de usuarios, desde una contraseña hasta información de tarjetas de crédito, esta modalidad consiste en suplantar la identidad de una persona u empresa, normalmente por medio de correos, redes sociales, mensajes de texto, incluso por medio de llamadas telefónicas, entre otras cosas.

La falta de responsabilidad en el uso del internet por parte de los jóvenes del grado octavo dos del Colegio Santa Ana hace que ellos no saquen un buen provecho de este, sino por el contrario, busquen la manera de perjudicar tanto a personas, como a ellos mismos y a la información que su dispositivo posee.

2. JUSTIFICACIÓN

Con este proyecto de investigación buscamos implementar estrategias para evitar las enfermedades por el uso excesivo de computadores enfocado en los estudiantes del grado 8-2 del Colegio Santa Ana de Bucaramanga, porque hemos podido observar que estos jóvenes pasan largas horas utilizando dispositivos electrónicos, lo cual les causa grandes daños en su salud, por ejemplo: en la visión, en la postura corporal, entre otras.

Queremos realizar este trabajo porque vemos que se está presentando esta problemática en los estudiantes del Colegio Santa Ana, ya que queremos evitar que se presenten más casos de jóvenes con graves síntomas de salud y que presenten daños en su sistema ocular y en su postura corporal.

Queremos implementar estrategias y realizar campañas para evitar esta problemática que se está presentado en nuestro colegio y en la sociedad y así poder evitar a toda costa que se presenten problemas a nivel de la salud de las personas.

Este trabajo se realizará con los estudiantes del grado ocho dos, con el cual realizaremos encuestas en las cuales preguntaremos sobre sus hábitos en sus tiempos libres y realizaremos charlas donde concientizaremos a los jóvenes sobre los daños que presenta el excesivo uso de los aparatos electrónicos y así podremos prevenir todo el tipo de consecuencias que causa esta problemática que viene ocurriendo por estos dispositivos electrónicos.

Vemos que el uso excesivo de los aparatos electrónicos se presenta por que los jóvenes de hoy en día no realizan otro tipo de actividades en sus tiempos libres y prefieren quedarse en sus hogares utilizando los celulares u otros dispositivos electrónicos para poder distraerse ya que ven muy aburridas las actividades físicas o métodos de estudio en sus tiempos libres, y por medio de charlas y actividades podremos darles a conocer las consecuencias de este uso de aparatos electrónicos y así ellos podrán tomar conciencia de lo que hacen en sus tiempos libres y lo que es correcto hacer.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo General

Diseñar estrategias para evitar enfermedades por el uso excesivo de aparatos electrónicos en los estudiantes del curso 8-02 del Colegio Santa Ana de Bucaramanga.

3.2 Objetivos específicos

- Indagar mediante consultas bibliográficas y expertos en el tema los mecanismos de prevención de enfermedades en dispositivos electrónicos.
- Realizar charlas informativas para los estudiantes del curso 8-02 donde se expongan, informen y mejoren el uso responsable de aparatos electrónicos y sus posibles consecuencias.
- Realizar actividades lúdicas positivas y productivas que remplacen hábitos sedentarios por la utilización y practica de aparatos tecnológicos.
- Generar conciencia del uso responsable de los diferentes aparatos electrónicos.

4. ANTECEDENTES

4.1 Antecedentes internacionales

- Las Nuevas Tecnologías de la información han revolucionado el estilo de vida de los adultos, pero sin duda el cambio más espectacular se ha producido en los menores, ya que han nacido con estas nuevas tecnologías. Su estilo de vida se ha modificado, al menos, en relación con el que se ha vivido hasta ahora por los que somos adultos. Observar en los menores una dedicación de tiempo y comportamientos muy diferentes a los que hemos tenido nosotros, sin duda, nos sorprende. No se entiende que se pasen horas ante una pantalla de televisión, un ordenador o un teléfono móvil. Cuesta comprender que, en lugar de estar jugando con los amigos en la calle, se encierren en casa a hablar con ellos a través de Messenger o del móvil o se conecten a las redes sociales virtuales. Es obvio reconocer la existencia de la adicción a nuevas tecnologías, durante años se ha estado hablando de ello, sin quizás, saber la dimensión de su alcance. El rápido desarrollo del fenómeno de estas Nuevas Pantallas, nos ha llevado a profundizar sobre el tema. (Lopez, 2011).
- Como bien sabemos y podemos observar en la sociedad los jóvenes, adultos, niños, profesionales y no profesionales, etc., el uso no adecuado de las tecnologías ha sido causal de accidentes, malos hábitos, dolores en las articulaciones (porque nos hemos vuelto sedentarios por solo estar o sentados en un computador o el doblar la cabeza y las manos para poder usar el celular). De la misma manera, también ha afectado a la educación ya que observamos que los alumnos prefieren tener una computadora o un celular que un libro cerca de ellos. (Salazar, 2013)

5. MARCO DE REFERENCIA DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 Marco Teórico

Según Enrique Echeburúa en su artículo *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*, internet constituye una tecnología que ha impactado especialmente a las personas jóvenes y les ha proporcionado muchos beneficios. Pero algunas personas llegan a estar obsesionadas con Internet, se muestran incapaces de controlar su uso y pueden poner en peligro su trabajo y sus relaciones.

El concepto de “Adicción a Internet” se ha propuesto como una explicación para comprender la pérdida de control y el uso dañino de esta tecnología. Sabemos que esto se presenta como una obsesión, dejando diferentes males en el cuerpo de estas personas adictas. Los síntomas de la adicción a Internet son comparables a los manifestados en otras adicciones. Deben programarse estrategias preventivas tanto en el seno de la familia como en la escuela sobre la base de los factores de riesgo y de las características demográficas de los sujetos. El objetivo de este tratamiento debe ser el uso controlado de estos dispositivos electrónicos día a día, estando en observación de un adulto responsable.

Para Monserrat Rosell, Xavier Sánchez-Carbonell, Carla Graner Jordana y Marta Beranuy de la Universidad Ramón LLull (URL), la sociedad actual se establece en un mundo cambiante, en una época de transformaciones y en un periodo de transición a la adaptación de la sociedad a las tecnologías, internet, móviles y videojuegos ocupan un espacio importante en el proceso de socialización, influyendo en comportamientos y actitudes.

Ni el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (American Psychiatric Association, 2000) ni la Clasificación Internacional de las Enfermedades (World Health Organization, 1992) reconocen las adicciones conductuales como trastornos mentales, excepto el juego patológico en el epígrafe de trastornos del control de impulsos. Tampoco ayuda el hecho de que no existe consenso en la nomenclatura sobre el fenómeno. Se conoce como Internet Addiction disorder (Desorden de adicción al Internet). No obstante, el uso de la Internet requiere de una mayor atención, sobre todo si causa problemas o interfiere en la vida diaria, especialmente durante la infancia y la adolescencia.

La adolescencia es un fenómeno psicológico, biológico, social y cultural. Es el periodo donde el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica a partir de construir su identidad personal. También es un periodo importante por sus propias características evolutivas: omnipotencia, tendencia a buscar la causa de sus problemas en el otro, poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y necesidad de normalizar conductas de riesgo.

El internet se puede definir como una red de redes de ordenador para compartir datos y recursos.

El uso que hace el adolescente de internet es relevante. Las horas de conexión son distintas según la edad con la tendencia de que las chicas se conectan más que los chicos. Respecto al

entorno de conexión, la mayoría se conecta desde sus respectivos hogares un (78%); el resto se conectan desde la escuela (26%), biblioteca (8%) o cibercafé (5%).

De esto deducimos que en la adicción de muchos adolescentes quizás también esté un poco la culpabilidad de muchos padres que no prestan atención a la cantidad de tiempo que sus hijos usan estos aparatos electrónicos.

Griffiths (1995) definió operacionalmente las adicciones tecnológicas como adicciones psicológicas sin sustancia que implican una interacción hombre-máquina. La mayor parte de las evidencias aportadas sobre la existencia de adicción a los ordenadores se encuentran en informes anecdóticos publicados en los años 70 y 80 (Shotton, 1991).

Shotton (1991) intentó definir un perfil típico para un usuario dependiente de los ordenadores. Para este autor, los usuarios dependientes emplearían más horas por semana utilizando el ordenador, les sería más difícil controlar su uso, tendrían una educación superior y serían, generalmente, menos sociables que sus compañeros. Además, añade Shotton, las personas dependientes de los ordenadores preferirían más estar solos que en compañía, relacionarse con los demás a través de objetos tecnológicos, y tendrían preferencia por aficiones y actividades no sociales, la mayoría de las cuales se referirían a áreas de la ciencia y la tecnología.

La investigación de Young (1996) mencionada anteriormente, es uno de los principales referentes sobre la adicción a internet. La investigación contó con una muestra autoseleccionada de 496 usuarios regulares de Internet. Se definió según el abuso de sustancias que es lo que llamamos a la adicción de los dispositivos electrónicos debido a la dependencia creada por estos individuos por la necesidad del uso de internet.

Aldo Ferrer (1975) en la perspectiva latinoamericana se están produciendo, en los últimos años, múltiples y positivos cambios en el campo de la economía internacional con el tráfico de tecnología. En efecto la diversidad del número de países y tecnologías disponibles en el mercado mundial se observa el gran auge que tendrán debido a la compra y venta de dicha tecnología en esta globalización que causara modificaciones en la vida diaria ya que en algún momento veremos la influencia de las computadoras superando toda tendencia alguna es decir superando lo que hoy en día es lo más representativo de cualquier economía como el petróleo.

La investigación de Ferrer (1975) mencionada anteriormente, las nuevas políticas económicas de los países del tercer mundo se verán orientadas más a lo tecnológico para poder salir de su baja globalización y es posible que su avance sea mucho más amplio debido a que este tema de la tecnología sabemos que no tiene fronteras y se puede obtener el máximo aprovechamiento de las opciones que nos ofrece la tecnología ya que la posibilidades son muy abiertas y la decisión de utilizarla es interna de cada país.

Sabemos que día a día la tecnología estará evolucionando haciendo así que lo que hoy nos parece algo extraordinario mañana será algo viejo y ese es el principal ideal de la tecnología, innovar al comprador haciendo así que cada vez se presenten más casos de dependencia hacia

estos dispositivos que no solo nos causaran la adicción sino más daños a nuestro organismo y a las personas que nos rodean.

Si queremos hablar de internet sabemos lo mucho que se no hace útil no por evitar la pereza de utilizar un libro más bien porque es algo que ahorra tiempo y que hasta nuestras investigaciones pueden ser más eficientes y concretas pero que pasa?.. no vemos que es uso del internet también hoy en día se está transformado en una droga en una adicción la cual nosotros no vemos, pero los demás si, observamos que alguien está detrás de un aparato electrónico todo el día y no presentamos queja alguna sabiendo que nosotros hacemos el mismo procedimiento.

Conocemos las causas de la dependencia que causan estos dispositivos, pero ante la situación no hacemos algo que pueda cambiar nuestro estado mental y el de los demás ah no utilizar esto con tantísima frecuencia que ya hasta nos parece normal estar detrás de algún dispositivo por horas y horas sin saber en ese mismo instante que daño nos está causando este método.

En la actualidad vivimos “un intervalo caracterizado por la transformación de nuestra “cultura material” por obra de un nuevo paradigma tecnológico organizado en torno a las tecnologías de la información” (Castells, 1999). Se trata de una nueva revolución: la revolución de las nuevas tecnologías; y la tecnología de la información es a esta revolución lo que las nuevas fuentes de energía fueron a las sucesivas revoluciones industriales” (Castells, 1999).

Las primeras revoluciones se dieron en limitadas sociedades y se expandieron hacia un área restringida. En cambio, esta nueva revolución se ha difundido a todo el globo en sólo veinte años. Pero esta expansión ha sido selectiva y esto conlleva a una nueva desigualdad entre sociedades.

La dependencia tecnológica también genera desequilibrios internos en los espacios mencionados. Allí se introducen las nuevas tecnologías, que son desarrolladas por Estados Unidos, Japón y Europa y que las producen según sus necesidades y requerimientos y así son introducidas en otros territorios, con diferentes realidades sociales, siendo obligados a adaptarse para no quedar excluidos.

Marciales (2011) expone que, en la población de niños y adolescentes más vulnerables a la agresión a través de Internet, se destacan tres factores de riesgo: el tiempo dedicado a actividades sociales en Internet, la participación activa en redes sociales y el uso de Internet en solitario, porque se crean condiciones para proporcionar información personal y para establecer contacto con desconocidos.

Las Heras, (2012) médico, Vicedecano de la Facultad de Medicina de la Universidad Diego Portales de Chile expone los principales riesgos y oportunidades en el uso de internet por niños y jóvenes, entre los cuales menciona los problemas de salud.

Mensajes agresivos: violencia, odio, brutalidad Educativas; fuentes educativas, trabajos colaborativos

Sexuales: pornografía Participación y compromiso cívico: información global, intercambio entre grupos de interés

Salud: obesidad, depresión, suicidio, anorexia, adicciones Creatividad y autoexpresión: uso de fuentes diversas, creación colectiva

Valores: racismo, información sesgada Identidad y conexión social: expresión e identidad, redes sociales

Comerciales: publicidad, spam, sesión de datos personales

Los riesgos mencionados por Las Heras también son compartidos por Espinar (2011) en su investigación.

Young, (2011) compila en su estudio investigaciones anteriores a 1996, describe en su artículo que algunos usuarios en línea se fueron convirtiendo en adictos a Internet, del mismo modo que otros se convirtieron en adictos a las drogas, el alcohol o los juegos de azar, lo que dio lugar a fracaso escolar; disminución del rendimiento, e incluso la discordia marital y la separación.

Shapira et. tal. (2003), expuso en su investigación la situación de individuos que presentan consumo problemático de internet (sobre-abuso) que a menudo padecen de otros trastornos psiquiátricos. La mayoría de las personas dependientes de internet, experimentan problemas en su vida diaria (por ejemplo, académicos, financieros u ocupacionales)

O'Keeffe et tal (2011), pediatras, comentan en su artículo que el uso de los medios de comunicación social se convirtió en un riesgo para los adolescentes. La mayoría de los riesgos pueden clasificarse en las siguientes categorías: igual-igual (joven-adulto en la red); contenido inapropiado; falta de privacidad, comparten demasiada información; y las influencias externas de los grupos de publicidad de terceros. Además se ha presentado “cyberbullying”, “Sexting (envío de mensajes de contenido sexual)”, “Facebook depression (definida como la depresión que se desarrolla cuando los preadolescentes y adolescentes pasan una gran cantidad de tiempo en las redes sociales, como Facebook, y luego empezar a mostrar síntomas clásicos de depresión, debido a que se siente aislamiento social)”

5.2 Marco Conceptual

Sabemos la problemática que se está presentando no solo en nuestro colegio sino en todo el mundo debido a el abuso de los aparatos electrónicos. El uso de los computadores, celulares, tabletas, portátiles, televisores, GPS, reproductores de música, cámaras todos estos son muy utilizados entre los jóvenes y adultos hoy en día causando así el uso inadecuado de la internet, transformándose así en la necesidad y objeto favorito de muchas personas y esto causándoles muchos daños en su salud.

Aunque la tecnología pareciera que la tecnología nos hace la vida más fácil, abusar de ella puede ocasionarnos diferentes trastornos tanto en nuestra salud física como psicológica. Te invitamos a que conozcas las diferentes enfermedades a las que estás expuesto al abusar de la tecnología.

Pasar horas de las necesarias frente al computador, hablar por teléfono, chatear en exceso, escuchar música a todo volumen en nuestros audífonos y “pegarse” del televisor puede traernos muchas y complicadas enfermedades en el futuro. (Arcila, 2013)

Algunas de estas son:

Síndrome del Túnel Carpiano: La principal enfermedad que pueden sufrir las personas adictas al chat y a conversar en línea con otras personas. El síndrome del túnel carpiano es una enfermedad que ocurre cuando el nervio que va desde el antebrazo hasta la mano, se presiona o se atrapa dentro del túnel carpiano, a nivel de la muñeca, causando entumecimiento, dolor, hormigueo y debilidad en la mano afectada. Para saber más del túnel carpiano,

Daños en la audición: Si escuchas tu música preferida en unos audífonos a todo volumen, te estás arriesgando a sufrir más adelante de diferentes problemas de audición. El primero y más importante es la hipoacusia (sordera), problemas en el equilibrio (este sentido se encuentra en el oído) y en el corto plazo, náuseas y vómitos. Cuando escuches música, no abuses del ruido que esta produce, puesto que puedes sufrir en el futuro graves problemas de salud.

Problemas mentales: La tecnología usada en exceso trae importantes consecuencias para la salud. Muchas personas presentan enfermedades como la depresión, el aislamiento social, la ansiedad, la pérdida del placer y el disfrute de las actividades diarias, entre otros problemas psicológicos.

Sobrepeso y obesidad: Un reciente estudio confirmó que las personas que pasan tanto tiempo frente son más proclive al sedentarismo, y por ende, a padecer sobrepeso y obesidad, enfermedades que derivan en otros problemas como enfermedades en el sistema circulatorio, diabetes, entre otros.

Daños irreparables en el sistema nervioso: Abusar de la tecnología puede causar daños irreversibles en el sistema nervioso central, ya que los campos electromagnéticos que estas emiten provocan enfermedades relacionadas con este como vértigo, fatiga, trastornos del sueño, pérdida de memoria y desarrollo de tumores cerebrales.

Enfermedades oculares: Permanecer mirando por horas las pantallas de un computador o televisor puede traer también problemas en los ojos. Los más comunes son: resequedad, tensión ocular, etc. La recomendación es realizar pausas activas para relajar los ojos de la exposición a estos elementos.

Adicción: La obsesión por la tecnología es una realidad en el mundo moderno. Tanto así que ya está catalogada como una enfermedad por los especialistas. Y hay varias: está la nomofobia (miedo a no tener a la mano el celular) la portatilitis (molestias y dolores musculares por usar y cargar portátiles en exceso) la ciberadicción (adicción al internet) etc.

Un aparato electrónico: incluye además de los elementos del aparato eléctrico otros elementos como, diodos, transistores, chips, procesadores... Todos estos componentes electrónicos se organizan en circuitos, destinados a controlar y aprovechar las señales eléctricas. Por ejemplo, una lámpara incandescente que se apague y se encienda cada cierto tiempo.

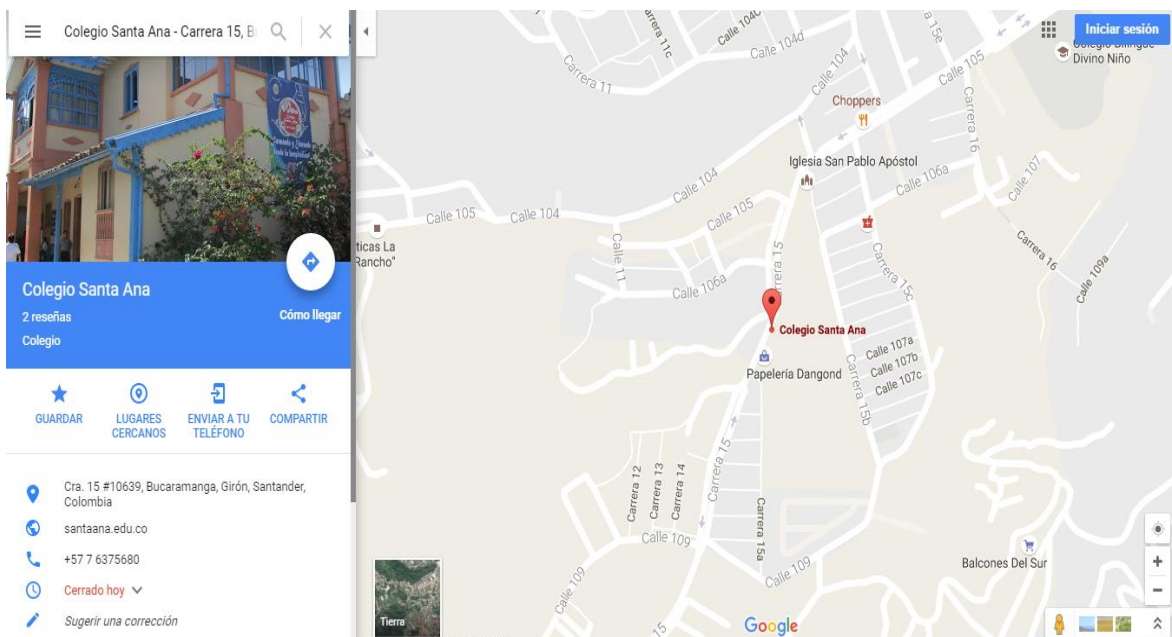
Computadora

Es una máquina electrónica capaz de recibir, procesar y devolver resultados en torno a determinados datos y que para realizar esta tarea cuenta con un medio de entrada y uno de salida. Por otro lado, que un sistema informático se compone de dos subsistemas que reciben los nombres de software y hardware, el primero consiste en la parte lógica de la computadora y el segundo en la parte física.

Para su funcionamiento, la computadora requiere de programas informáticos (software) que aportan datos específicos, necesarios para el procesamiento de información. Una vez obtenida la información deseada, ésta puede ser utilizada internamente o transferida a otra computadora o componente electrónico.

5.3 Marco Geográfico

Este proyecto de grado “ESTRATEGIAS PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES POR EL USO EXCESIVO DE COMPUTADORES ENFOCADO EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO 8-2 DEL COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA” se realizó con el fin de evitar las enfermedades a causa de los aparatos electrónicos, y así mismo que aprendan sobre el buen uso de los mismos. Este proyecto se llevó a cabo en el colegio Santa Ana, Provenza, barrio Dangond Bucaramanga.



6. METODOLOGÍA

6.1 Tipos de Investigación

En el proyecto “El uso excesivo de computadores enfocado en el grado octavo dos del Colegio Santa Ana de Bucaramanga”, optamos por dos tipos de investigación los cuales son: La experimental en la cual el investigador no solo identifica las características que se estudian, sino que las controla, las altera o manipula con el fin de observar los resultados al tiempo que procura evitar que otros factores intervengan en la observación. (Zorrilla. (1993) La investigación se clasifica en cuatro tipos: básica, aplicada, documental, de campo o mixta.), y la descriptiva que describe de modo sistemático las características de una población, situación o área de interés. (Ávila Baray, H. (2006) Introducción a la metodología de la investigación. Edición electrónica. México. Tamayo, M. (1999) Serie Aprender a Investigar. Módulo 2: La investigación. Bogotá, Colombia. ICFES. Meyer, W & Van Dalen, D. (1978) Manual de técnica de la investigación educacional. Editorial Paidós.).

6.2 Instrumentos de la investigación

Un instrumento de investigación es la herramienta utilizada por el investigador para recolectar la información de la muestra seleccionada y poder resolver el problema de la investigación, que luego facilita resolver el problema de mercadeo. Los instrumentos están compuestos por escalas de medición. Y los instrumentos que vamos a utilizar en nuestra investigación serán:

- Encuesta: Conjunto de preguntas tipificadas dirigida a una muestra representativa de grupos sociales, para averiguar estados de opinión o conocer otras cuestiones que le afectan.
- Observación: Acción y efecto de observar.
- Experimentación: Método científico de investigación, basado en la provocación y estudio de los fenómenos.

6.3 Fases del Proyecto

Primera fase:

Se les entrega a los estudiantes el consentimiento informado ya que es necesario tener la autorización de los padres de familia para poder realizar nuestro proyecto con estos jóvenes.

Segunda fase:

Encuesta inicial

Fecha: viernes 19 de agosto del 2016.

Objetivo: Esta actividad se realiza para conocer el estado en que se encuentran los jóvenes, si están concientizados sobre las enfermedades, las causas y las consecuencias que el mal manejo de los dispositivos electrónicos puede traer.

Tiempo estipulado: 10-15 minutos.

Desarrollo: Se aplicará la encuesta en el grado 8-2, en el aula de clases, con el fin de que respondan 10 preguntas de las cuales se obtendrán los resultados para poder partir de ahí y aplicar las siguientes actividades acordes a los resultados obtenidos.

Lugar de desarrollo: Aula de clases de 8-2.

Recursos: Encuesta realizada con el respectivo formato.

Tercer Fase:

Concientización sobre las posibles enfermedades provocadas por el uso excesivo de aparatos electrónicos

Fecha: lunes 05 de septiembre del 2016

Objetivo: Esta actividad tiene el fin de concientizar y enseñar a los alumnos sobre las enfermedades que conllevan el uso excesivo de la tecnología, las cuales si no se tratan a tiempo pueden hacer menor la calidad de vida de una persona.

Tiempo estimado: 15-30 minutos.

Desarrollo: Se hará una charla educativa e interactiva con los estudiantes del grado 8-2, para concientizarlos sobre esta grave problemática, demostrando las causas y las consecuencias a largo plazo que traen estas enfermedades.

Lugar de desarrollo: Aula de clase 8-2

Recursos: Carteleras, incentivos (Dulces).

Cuarta fase:

Vídeo hábitos y malas posturas

Fecha: lunes 19 de septiembre del 2016

Objetivo: Este video tiene como fin dar a conocer de una forma didáctica los buenos hábitos y las buenas posturas que se deben tener a la hora de hacer uso de alguno de estos dispositivos.

Tiempo estimado: 15-25 minutos.

Desarrollo: La fisioterapeuta Ivonne Gonzales Ortiz nos presentará por medio de un video posturas y hábitos cómodos y correctos para así evitar alguna enfermedad grave cómo la escoliosis, dolores lumbares, entre otras.

Lugar de desarrollo: Por definir.

Recursos: Video beam, diapositivas.

Quinta fase:

Actividad lúdica para demostrar las ventajas del deporte

Fecha: jueves 22 de Septiembre del 2016

Objetivo: Con esta lúdica queremos realizar diferentes actividades cómo juegos, y otro tipo de entretenimientos para así poder demostrar que hay diferentes alternativas para utilizar por menos tiempo los aparatos electrónicos.

Tiempo estimado: 20-45 minutos.

Desarrollo: Se realizarán juegos didácticos entre los jóvenes del grado 8-2 que incluyan actividad física, como el basquetbol, el futbol, entre otros, y al final se realizará una pequeña charla para dar a conocer las ventajas de estos deportes.

Lugar de desarrollo: Por definir.

Recursos: Balones de basquetbol y futbol.

Sexta fase:

Encuesta a padres de familia

Fecha: viernes 30 de septiembre

Objetivo: Conocer que tan informados están los padres acerca de las posibles enfermedades que pueden surgir por el mal uso de dispositivos electrónicos y si saben cuánto tiempo pasan sus hijos frente a estos aparatos.

Desarrollo: Se aplicará la encuesta a los padres, para recopilar la información necesaria para nuestra investigación.

Lugar: Aula de clase 8-2

Recursos: Encuesta correspondiente

Séptima fase:

Encuesta final

Fecha: Por definir.

Objetivo: Conocer el impacto que tuvieron las demás actividades y el proyecto general en los jóvenes, para así culminar el proyecto.

Tiempo estimado: 15-20 minutos.

Desarrollo: Se aplicará la encuesta con 15 preguntas con los estudiantes del grado 8-2, para poder recopilar y clasificar los resultados y sacar una conclusión final.

Lugar de desarrollo: Aula de clase 8-2

Recursos: Encuesta realizada con el formato correspondiente.

7. POBLACIÓN

La población a la cual va enfocada esta investigación son los jóvenes que pasan largas horas utilizando un dispositivo electrónico y no conocen los daños que ocasionan en el cuerpo ya sea a nivel morfológico como psicológico.

7.1 Muestra

Como muestra nos enfocaremos especialmente en los estudiantes del grado 8 del colegio Santa Ana de Bucaramanga, ya que tienen una edad promedio entre 13 y 14 años, edad en la cual el cuerpo está en pleno proceso de desarrollo y ellos utilizan la mayoría de su tiempo libre en estos aparatos.

8. PRESUPUESTO

PRODUCTO	COSTO
Fotocopias	\$25.000
Computador	\$1`000.000
Incentivos	\$20.000
Impresiones	\$10.000
TOTAL	1`055.000

9. RECURSOS

Recursos Humanos:

Para nuestro proyecto utilizamos los siguientes recursos humanos:

- Asesora (Laura Delgado)
- Grado 8-2 del colegio Santa Ana
- Directora de grupo del grado 8-2
- Fisioterapeuta
- Profesor de educación física

Recursos Físicos

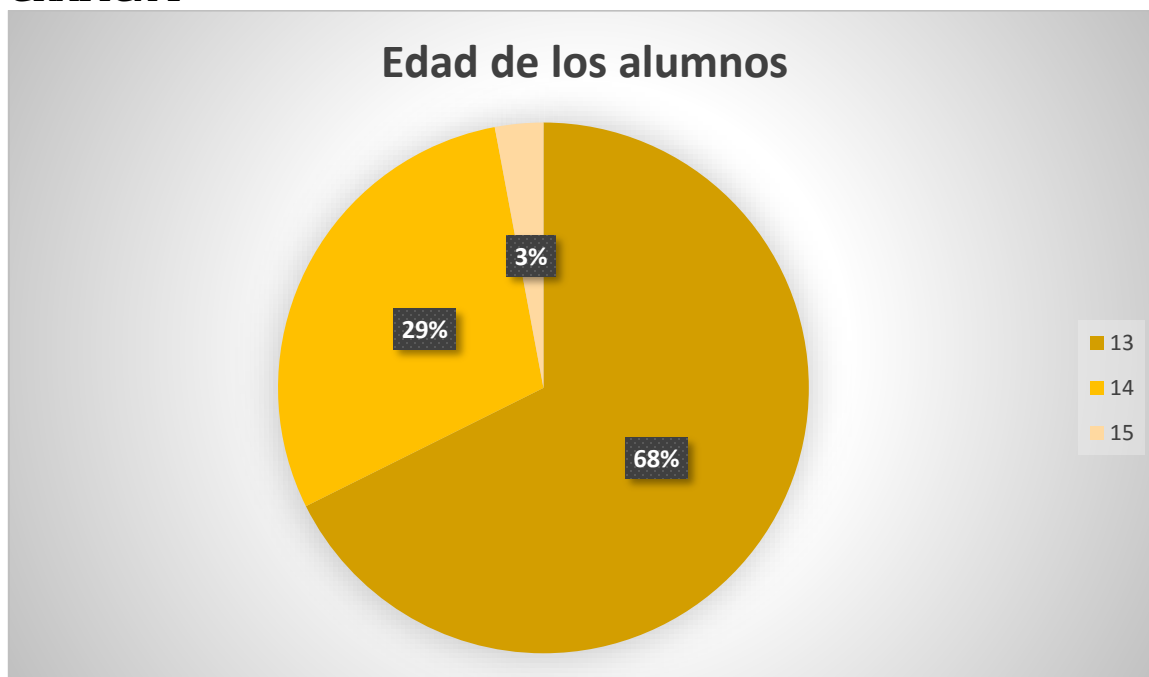
Durante el desarrollo de este trabajo utilizamos:

- Las instalaciones del colegio
- Materiales para las actividades realizadas
- Sala de informática
- Video Beam
- Material de apoyo (encuestas, carteleras)

11. RESULTADOS

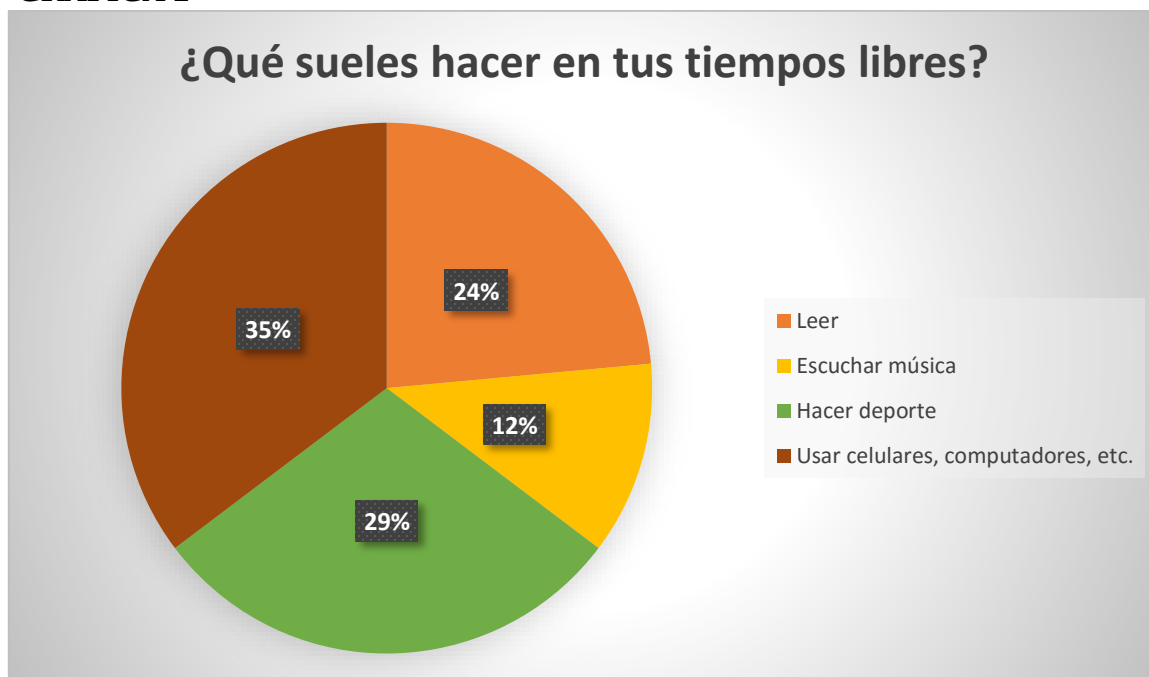
Primera encuesta:

GRAFICA 1

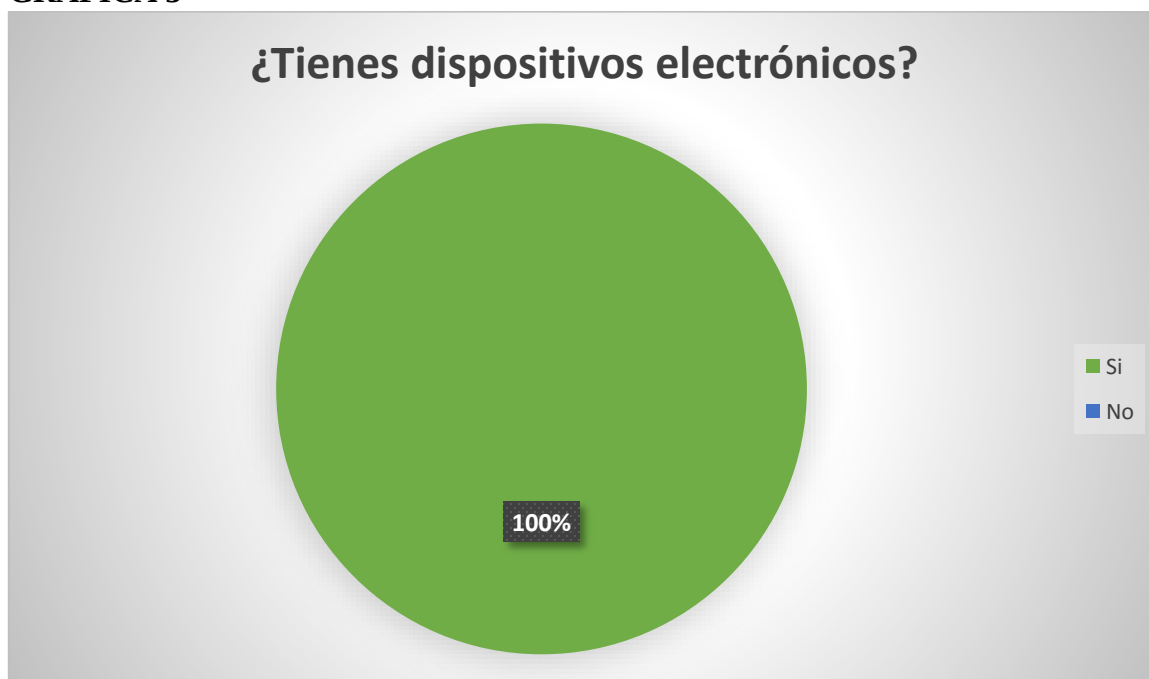


La encuesta se realizó entre alumnos entre edades de 13 a 15 años.

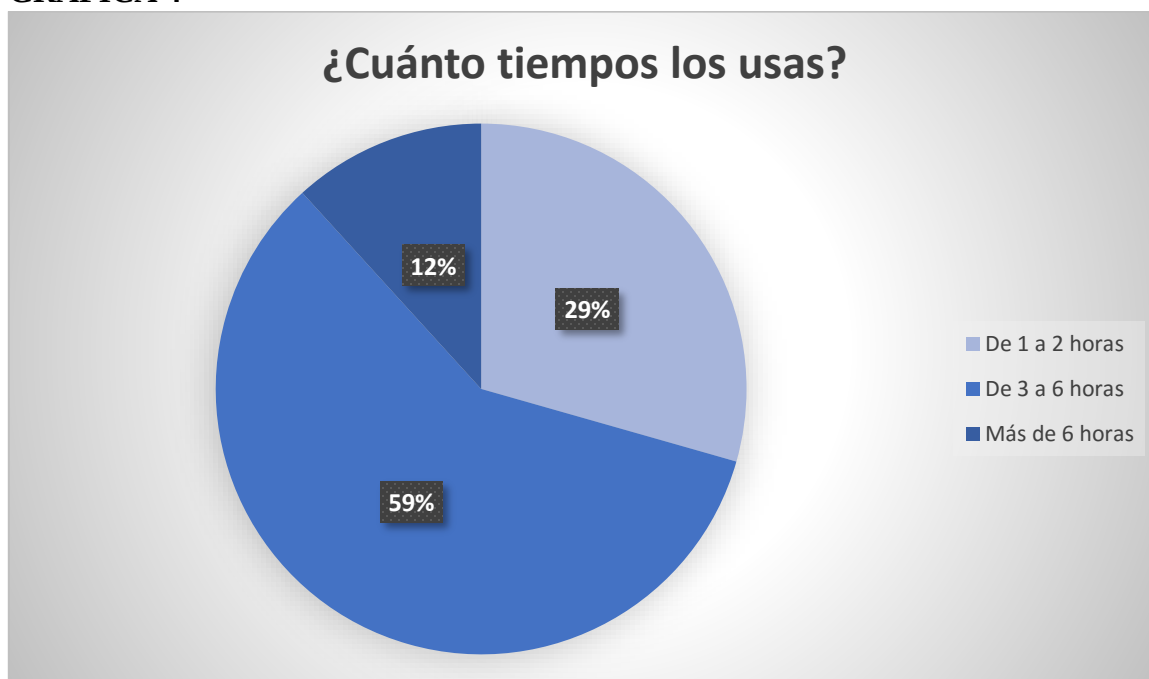
GRAFICA 2



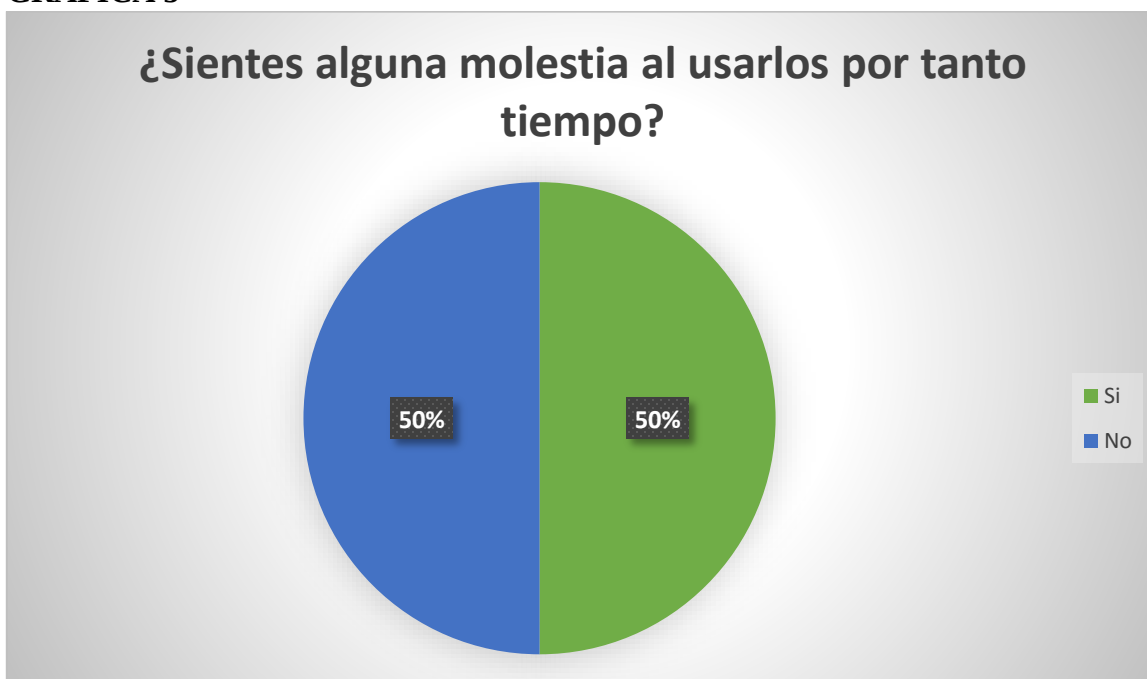
De los alumnos encuestados el 35% usa dispositivos electrónicos (Computadores, celulares), y el otro porcentaje de alumnos (65%) realiza actividades cómo leer, escuchar música y hacer deporte en sus tiempos libres.

GRAFICA 3

El total de los encuestados manifestó que tienen dispositivos electrónicos ya sea celular, computador, Tablet, etc.

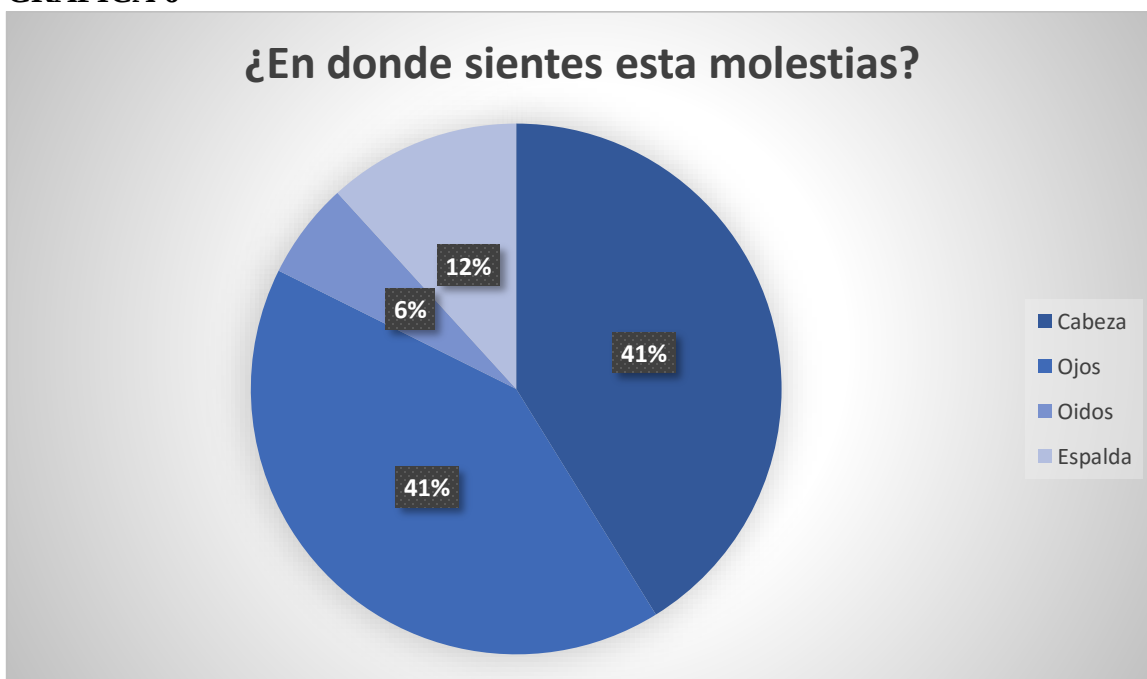
GRAFICA 4

La mayoría de alumnos respondió que usa los dispositivos de 3 a 6 horas, y el resto los usa de 1 a 2 o más de 6 horas.

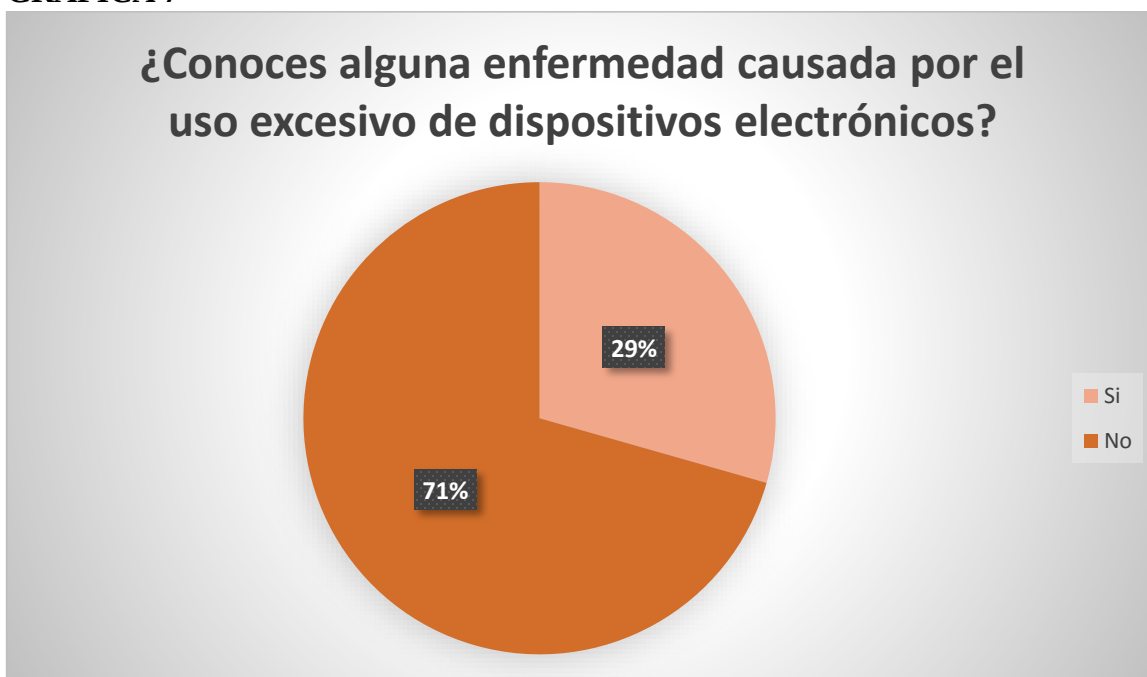
GRAFICA 5

En este sentido la encuesta arroja que por lo menos el 50% ha presentado molestias por el uso de dispositivos electrónicos por tiempo prolongado.

GRAFICA 6



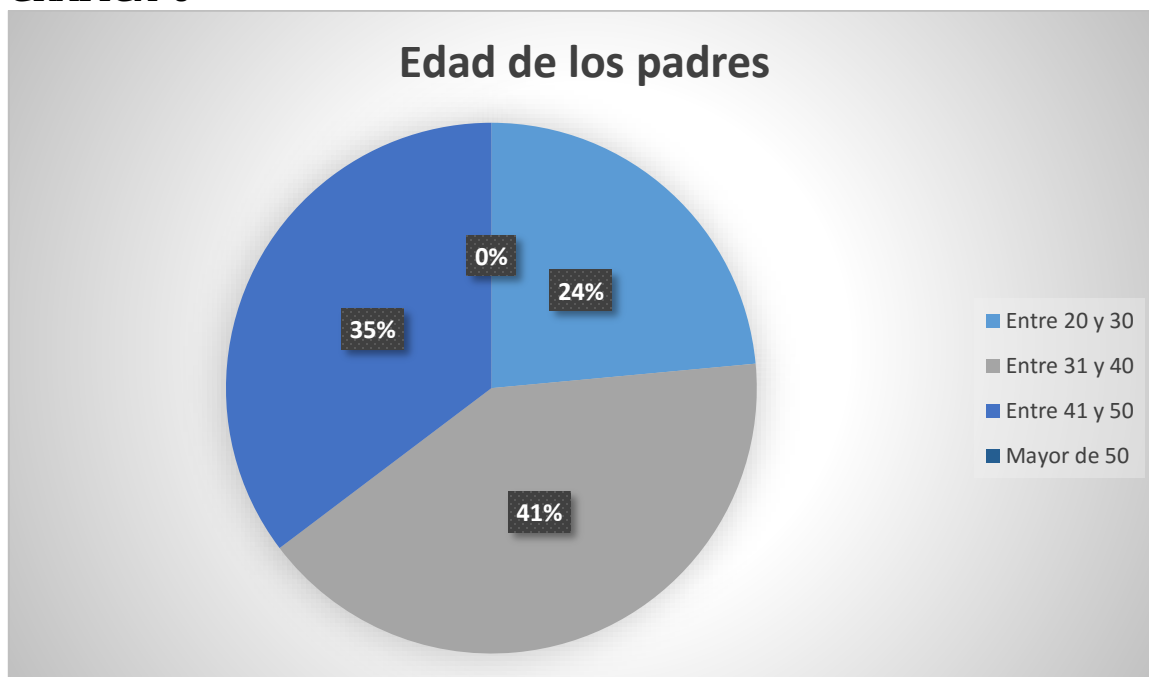
Podríamos decir que las molestias más comunes en esta población son en la cabeza y en los ojos.

GRAFICA 7

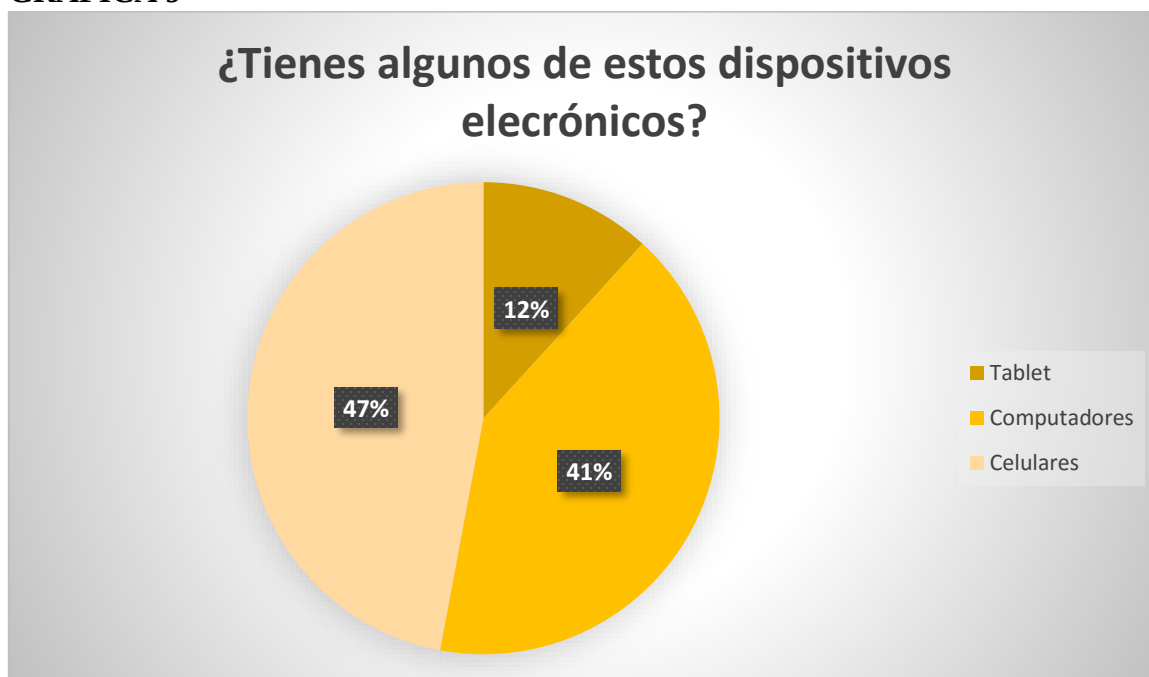
De acuerdo al resultado la gran mayoría de personas desconocen que afectaciones puede ocasionar el uso excesivo de dispositivos electrónicos.

Encuesta a los padres de familia

GRAFICA 8



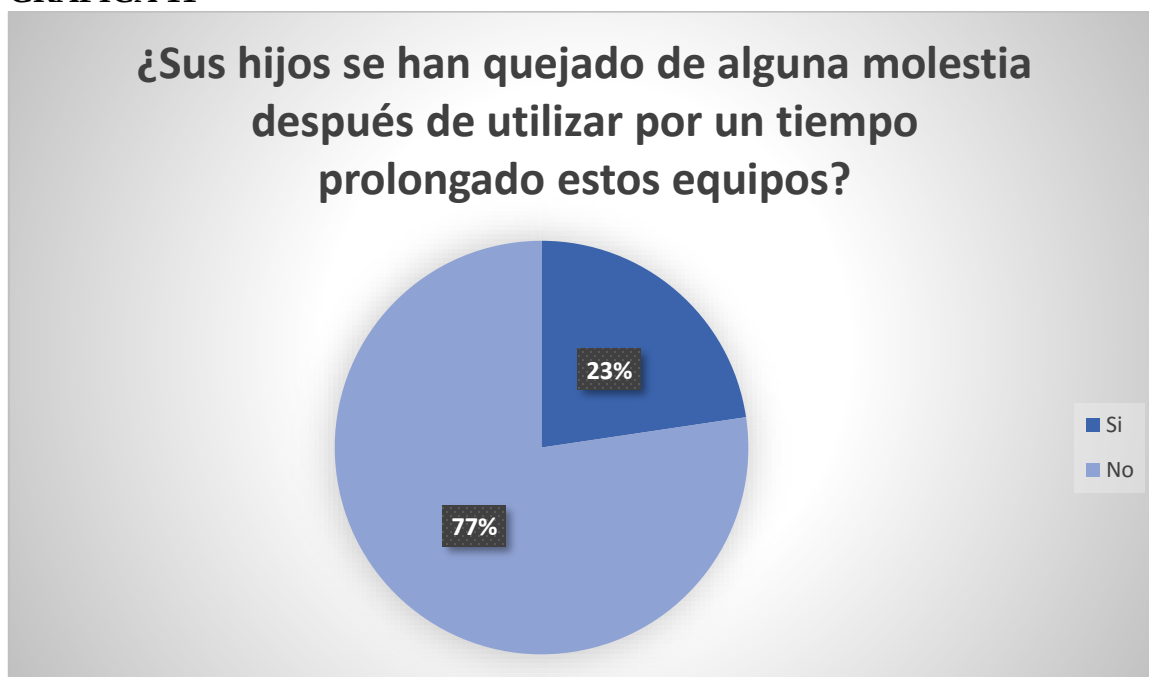
La encuesta se realizó entre los padres de familia de los alumnos del grado 8-2, cuya edad oscila entre los 20 años a los 50, siendo el rango de 31 a 40 años el porcentaje más representativo.

GRAFICA 9

De acuerdo al resultado podemos observar que los celulares y computadores son los dispositivos electrónicos más usados en esta población.

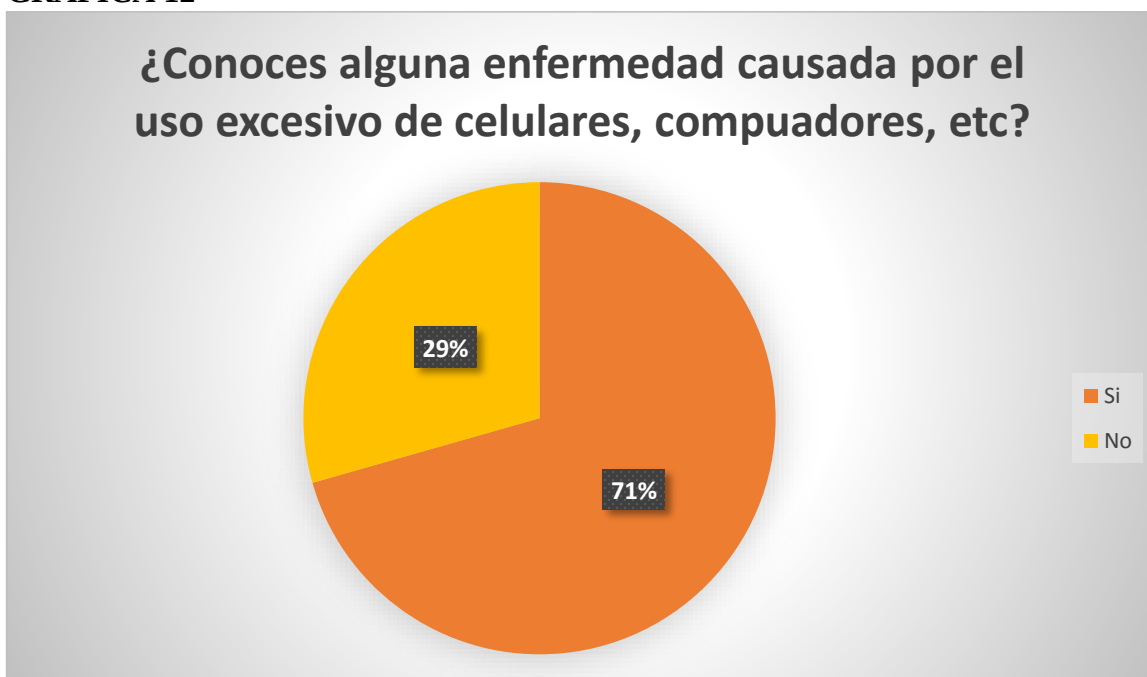
GRAFICA 10

El 60% de los padres considera o afirma que sus hijos hacen uso de celulares, computadores, etc, de 3 a 6 horas diarias.

GRAFICA 11

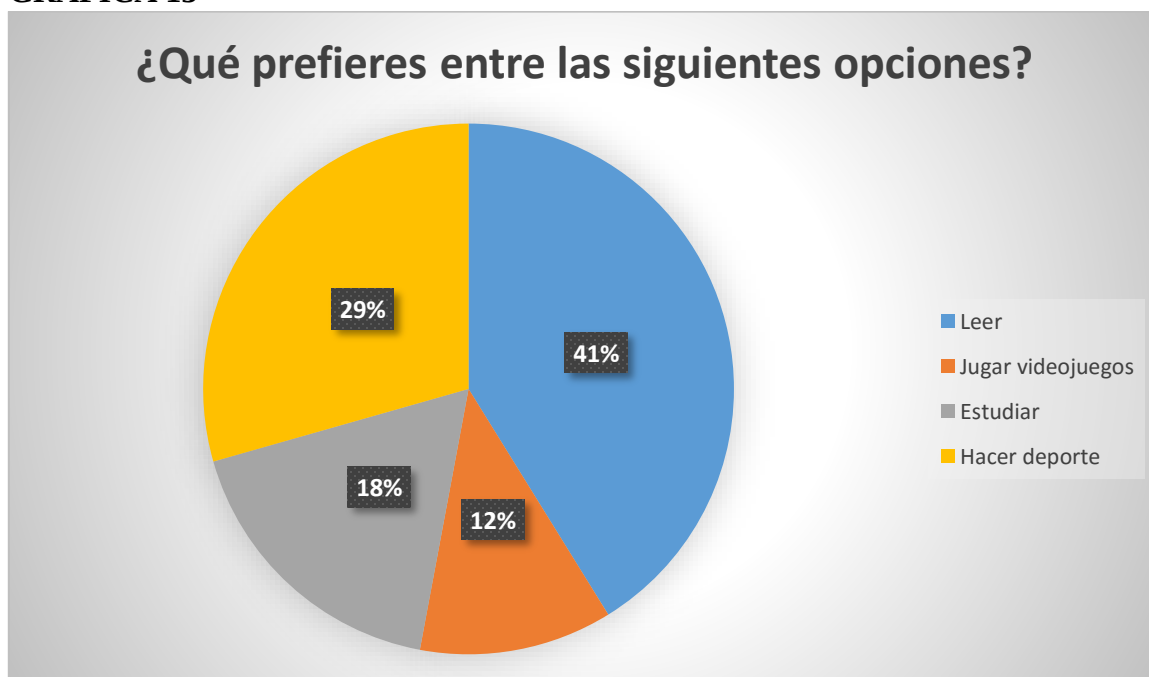
La encuesta arroja que el 77% de los padres afirma no haber recibido quejas de sus hijos sobre molestias o afectaciones por el uso excesivo de estos dispositivos.

GRAFICA 12



El 67% de los padres tienen conocimiento de que los dispositivos electrónicos producen enfermedades.

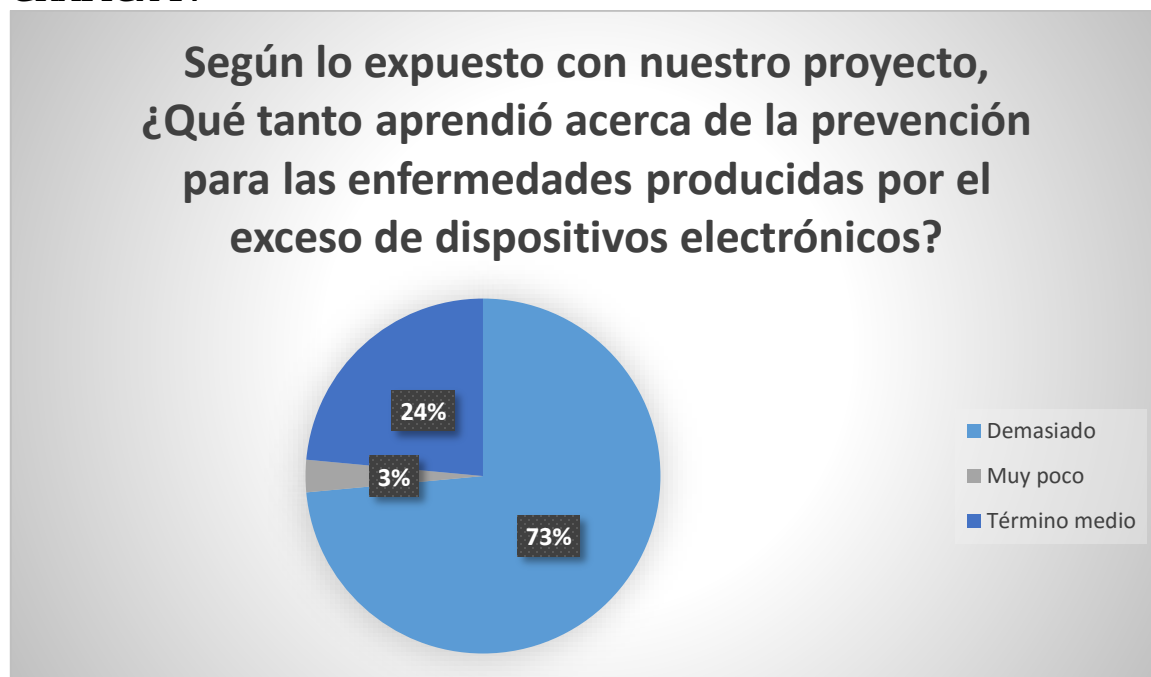
GRAFICA 13



El resultado arroja que solamente el 12% de los padres de familia hace uso de dispositivos electrónicos en sus tiempos libres.

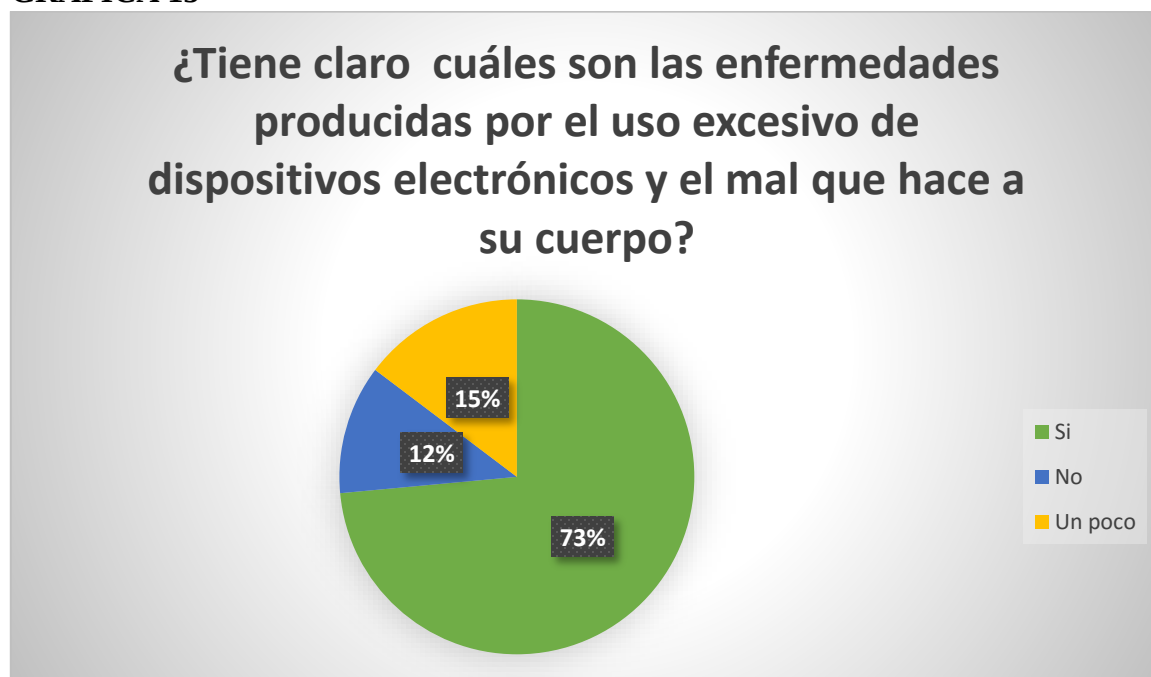
Última encuesta a los alumnos:

GRAFICA 14



De acuerdo al resultado podemos observar que la gran mayoría de alumnos manifestó su aceptación sobre la prevención de enfermedades por el uso excesivo de dispositivos electrónicos.

GRAFICA 15



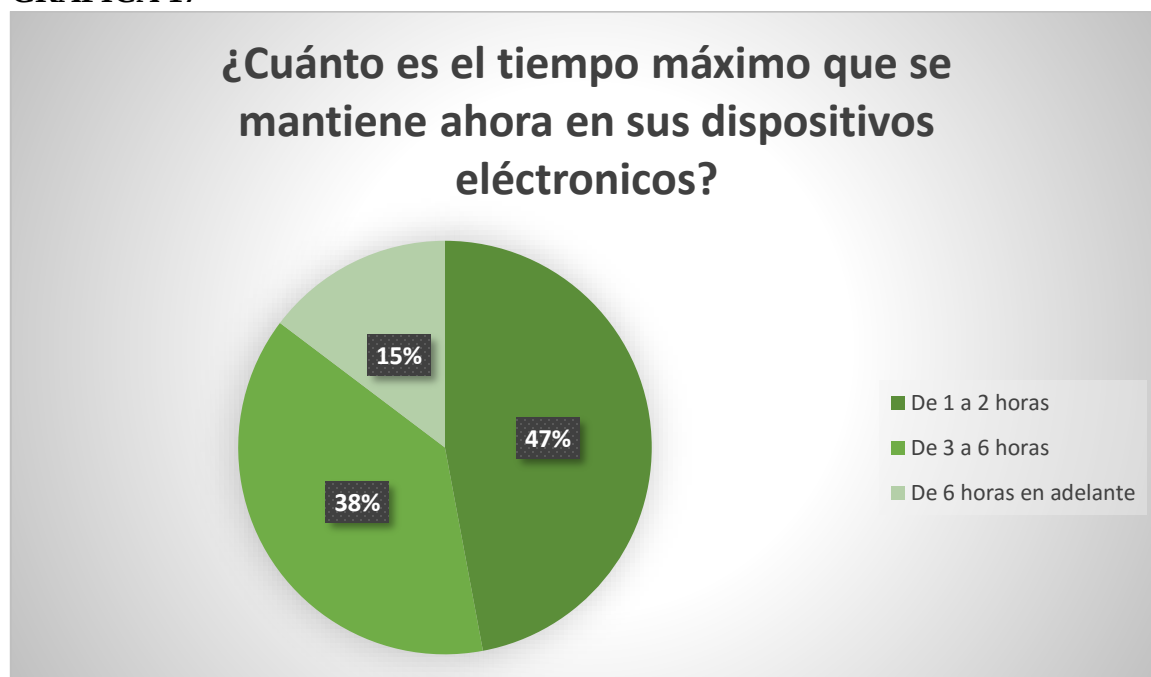
La gran mayoría de los alumnos tienen conocimiento de las diferentes enfermedades que generan los medios electrónicos.

GRAFICA 16



El resultado arroja que después de haber desarrollado nuestro proyecto el 68% disminuyó o intentó disminuir las horas frente a sus computadores, celulares, etc.

GRAFICA 17

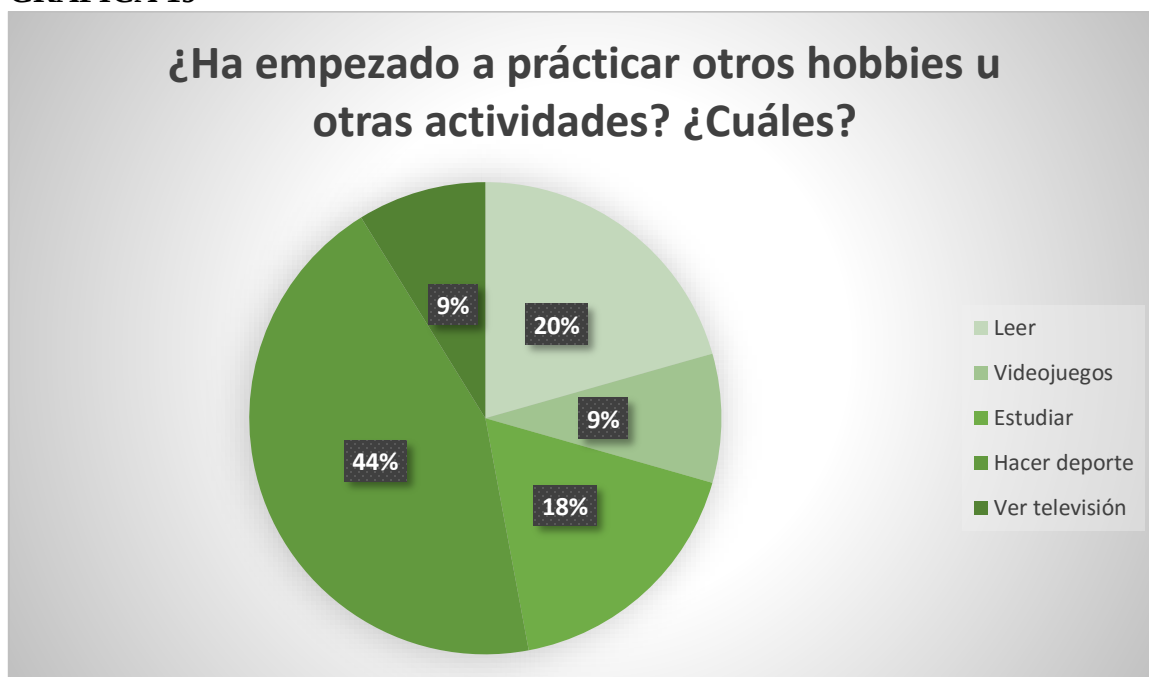


De acuerdo a la encuesta se observa que después de haber realizado el proyecto se redujo significativamente el uso de dispositivos electrónicos.

GRAFICA 18

El resultado indica que el 50% de los alumnos ha mejorado en sus molestias.

GRAFICA 19



La gran mayoría manifestó haber iniciado con la práctica de otras actividades para disminuir el uso de aparatos electrónicos.

12. CONCLUSIONES

Después de realizar nuestro proyecto llegamos a la conclusión de que los jóvenes están muy poco informados sobre los riesgos que corren al pasar tiempos muy prolongados utilizando aparatos electrónicos y esto conlleva a que no tomen las medidas necesarias para evitar futuras enfermedades.

También concluimos que, aunque los padres están un poco más informados, no lo están lo suficiente como para prevenir adecuadamente futuras enfermedades en sus hijos y hasta en ellos mismos.

13. RECOMENDACIONES

Se le recomienda a la docente del área de tecnología e informática que haga uso de las diferentes estrategias recomendadas (Estiramientos, pausas activas) para evitar las malas posturas y las consecuencias que podrían traer a largo plazo las mismas.

También se les recomienda a los padres de familia estar atentos del tiempo que sus hijos pasan frente a dispositivos electrónicos y de las malas posturas que ellos usan, incentivándolos igualmente a realizar otro tipo de actividades, especialmente físicas, ya que son más beneficiosas para ellos.

A los estudiantes sin importar su edad se les recomienda no exceder el uso de los aparatos electrónicos y ayudar a concientizar a sus familiares, amigos y conocidos según lo aprendido durante el desarrollo de este proyecto.

REFERENCIAS

Arcila, J. C. (04 de marzo de 2013).

de Gonzalez, Lessire; Yudith, Omaira; . (febrero de 2015). *Repositorio Institucional Universidad de Carabobo*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad de Carabobo: <http://riuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/3025>

Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes. *Revista de sociodrogalcohol*, 91-96.

Guerrero, Ariel de la Rosa; Alba, Carlos Cueva de; . (18 de julio de 2011). *Medigraphic*. Obtenido de Medigraphic: <http://www.medigraphic.com/pdfs/columna/col-2011/col114b.pdf>

Heras, J. I. (abril de 2012). La adicción de los adolescentes a Internet: ¿La incipiente. *La adicción de los adolescentes a Internet: ¿La incipiente*. universidad Diego Corrales, Chile.

Lopez, A. J. (2011). *Poryecto de prevencion del mal uso de las nuevas tecnologias*. La mancha, España.

Salazar, M. A. (04 de Mayo de 2013). *situación problema - como afecta el mal uso de la tecnología a los jóvenes*. Obtenido de eduteka.icesi.edu: <http://eduteka.icesi.edu.co/proyectos.php/1/6067>

SerranoLopez, A. J. (s.f.).

Arcila, J. C. (04 de marzo de 2013).

de Gonzalez, Lessire; Yudith, Omaira; . (febrero de 2015). *Repositorio Institucional Universidad de Carabobo*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad de Carabobo: <http://riuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/3025>

Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes. *Revista de sociodrogalcohol*, 91-96.

Guerrero, Ariel de la Rosa; Alba, Carlos Cueva de; . (18 de julio de 2011). *Medigraphic*. Obtenido de Medigraphic: <http://www.medigraphic.com/pdfs/columna/col-2011/col114b.pdf>

Heras, J. I. (abril de 2012). La adicción de los adolescentes a Internet: ¿La incipiente. *La adicción de los adolescentes a Internet: ¿La incipiente*. universidad Diego Corrales, Chile.

Lopez, A. J. (2011). *Proyecto de prevención del mal uso de las nuevas tecnologías*. La Mancha, España.

Salazar, M. A. (04 de Mayo de 2013). *situación problema - como afecta el mal uso de la tecnología a los jóvenes*. Obtenido de eduteka.icesi.edu: <http://eduteka.icesi.edu.co/proyectos.php/1/6067>

SerranoLopez, A. J. (s.f.).

ANEXOS








COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA
Metodología de la investigación
ESTRATEGIAS DE PREVENCION PARA LAS ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR EL EXCESIVO USO DE APARATOS ELECTRONICOS ENFOCADO A LOS ESTUDIANTES DE 8-2 DEL COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA

 Género: F. ☐ M. ☐

Edad: a) Entre 20-30 b) Entre 31-40 c) De 41-50 d) Mayor de 50 Edad de su hijo/a:

Queridos padres de familia por medio de esta encuesta queremos hacerlos partícipes de nuestro proyecto de investigación llamado "estrategias para evitar las enfermedades por el uso excesivo de aparatos electrónicos enfocado en los estudiantes del grado 8-2" Por favor conteste con la mayor sinceridad posible.

1. ¿Qué suelen hacer sus hijos en sus tiempos libres?

- a) Practicar deportes b) Leer c) utilizar aparatos electrónicos d) Otros.

2. ¿Tienes dispositivos electrónicos?, seleccione cuales:

- a) Tablet b) Computadores c) Celulares d) Video Juegos e) Reproductores de música f) Otros.

3. ¿Cuánto tiempo considera que su hijo/a usa estos dispositivos?

- a) 1 a 2 horas b) 3 a 6 horas c. Más horas

4. ¿Qué aparatos electrónicos usas?

- a) Tablet b) Computadores c) Celulares d) Video Juegos e) Reproductores de música f) Otros.

5. ¿Sus hijos se han quejado de alguna molestia después de utilizar por largo rato estos equipos?

Si: ____ No: ____

6. ¿Cuáles molestias?

- a) Dolor de cabeza b) Dolor de espalda c) Dolor en las articulaciones d) Dolores de oído
-
- e) Otra ¿Cuál?: _____

7. ¿Conoces alguna enfermedad causada por el uso excesivo de dispositivos electrónicos?

Si: ____ No: ____ ¿Cuál? _____

8. ¿Conoces a alguien que sufra alguna de estas enfermedades?

- a) Túnel carpiano b) Daños de audición c) Problemas mentales d) Sobrepeso e) Daños sistema nervioso

9. ¿Qué prefieres entre las siguientes opciones? (total sinceridad por favor al responder la pregunta)

- a) Leer b) Videojuegos c) Estudiar d) Hacer Deporte. e) Ver televisión

f) Otra ¿Cuál?: _____

10. ¿Consideras que es bueno el uso de aparatos electrónicos?

Si: ____ No: ____ Porqué: _____

GRACIAS POR TU GRANDIOSA COLABORACIÓN, DIOS LOS BENDIGA.



COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA

Metodología de la investigación

MÉTODOS DE PREVENCIÓN PARA LAS ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR EL EXCESIVO USO DE APARATOS ELECTRÓNICOS ENFOCADO A LOS ESTUDIANTES DE 802 DEL COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA

Nombre Completo: _____

Edad: _____

Curso: _____

Queridos estudiantes por medio de esta encuesta queremos hacerlos partícipes de nuestro proyecto de investigación llamado "estrategias para evitar las enfermedades por el uso excesivo de computadores enfocado en los estudiantes del grado 8-2 "Por favor conteste con la mayor sinceridad posible.

1. ¿Qué sueles hacer en tus tiempos libres?

2. ¿tienes dispositivos electrónicos?

Si: ____ No: ____

3. ¿Cuánto tiempo los usa estos dispositivos?

A. 1 a 2 horas

B. 3 a 6 horas

C. Más horas

4. ¿Qué aparatos electrónicos usas?

5. ¿sientes alguna molestia al utilizarlos por un largo tiempo?

Si: ____ No: ____

6. ¿en dónde sientes estas molestias?

7. ¿conoces alguna enfermedad causada por el uso excesivo de dispositivos electrónicos?

Si: ____ No: ____ ¿Cuál? _____

8. ¿conoces a alguien que sufra alguna de estas enfermedades?

A. Túnel carpiano B. Daños de audición C. Problemas mentales D. Sobrepeso E. Daños sistema nervioso

9. ¿Qué prefieres entre las siguientes opciones? (total sinceridad por favor al responder la pregunta)

A. Leer B. Videojuegos C. Estudiar D. Hacer Deporte.

10. ¿consideras que es bueno el uso de aparatos electrónicos?

Si: ____ No: ____ Porqué: _____



COLEGIO SANTA ANA
Congregación de Hermanas de la Caridad de Santa Ana
Bucaramanga
CONSENTIMIENTO INFORMADO PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
ÁREA DE METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

**MÉTODOS DE PREVENCIÓN PARA LAS ENFERMEDADES PRODUCIDAS
POR EL EXCESIVO USO DE APARATOS ELECTRÓNICOS ENFOCADO A LOS
ESTUDIANTES DE 802 DEL COLEGIO SANTA ANA DE BUCARAMANGA**

Queridos padres de familia espero que estén muy bien rodeados de unión y amor, mediante esta carta estamos pidiendo su colaboración y el de su hijo (a) para participaren la investigación Métodos De Prevención Para Las Enfermedades Producidas Por La Excesividad Por El Uso De Aparatos Electrónicos Enfocado A Los Estudiantes De 802 Del Colegio Santa Ana De Bucaramanga que tiene como objetivo Implementar Estrategias para evitar las enfermedades por el uso excesivo de dispositivos electrónicos enfocado en los estudiantes del grado 8-2, que se realiza para el área de metodología de la investigación a cargo de la docente Laura Delgado Barajas.

¿Cuál es el propósito de este informe de consentimiento?

Este Informe de consentimiento se da a usted para ayudarle a entender las características del estudio, de tal modo que usted pueda decidir voluntariamente si desea participar o no. Si luego de leer este documento tiene alguna duda puede acercarse al Colegio Santa Ana de Bucaramanga o llamar a los teléfonos del Colegio, recuerden que estamos a su entera disposición para proporcionarles la información que necesite para que tengan un buen entendimiento del estudio.

Confidencialidad del participante

Las únicas personas que sabrán que usted participó en el estudio somos los miembros del equipo de investigación. Nosotros no divulgaremos ninguna información sobre usted, o proporcionada por usted durante la investigación. Cuando los resultados de la investigación se publiquen o se discutan en conferencias, no se incluirá información que pueda revelar su identidad. Si es su voluntad, su nombre no será registrado en la encuesta ni en ninguna otra parte. Nadie fuera del equipo de investigación tendrá acceso a su información sin su autorización escrita. Si durante el diligenciamiento usted tiene alguna duda puede contactarse con el investigador que conduce este proyecto: Prof. LAURA DELGADO BARAJAS, teléfono 3174031025, correo electrónico: laura.delgado.santaana@gmail.com.

Su participación en esta investigación es voluntaria. Su decisión de participar o no en este proyecto no afectará sus relaciones actuales o futuras con el Colegio Santa Ana de Bucaramanga. Si usted decide participar, usted está libre de

retirarse en cualquier momento sin tener ninguna consecuencia para usted. En el momento que solicite información relacionada con el proyecto los investigadores se la proporcionarán.

Consentimiento del sujeto del estudio

He leído y escuchado satisfactoriamente las explicaciones sobre este estudio. Estoy enterado de los riesgos y beneficios potenciales de participar en este estudio y sé que puedo retirarme de él en cualquier momento.

Autorizo la participación de mi hijo(a): _____

La cual tiene _____ de edad y cursa el grado _____

Nombre del padre de familia / tutor legal/ acudiente:

Documento de Identidad: _____ de

Firma _____

Firma del estudiante	Firma del Líder del proyecto	Firma de la docente de Metodología de la Investigación.