

Impacto del Rol Profesional de los Ingenieros en Informática en el Comportamiento Humano frente al Uso de las Nuevas Tecnologías

Ruesjas, Ileana Berenice

Lic. en Psicología

bere0707@gmail.com

Abstract

Debido al crecimiento acelerado de las nuevas tecnologías, su implementación y uso por parte de las todas las personas, es que se piensa en la necesidad de que los futuros Ingenieros en Informática, desarrollen un pensamiento crítico hacia su accionar; es decir, evalúen el impacto del ejercicio de su profesión, incorporando la ética profesional para reconocer que el uso que la sociedad realiza de los dispositivos digitales, tiene grandes repercusiones. Este objetivo se acompaña a través de la mirada desde el punto de vista psicológico de la autora, quien cuenta con la experiencia necesaria para describir las conductas que se observan en niños y adolescentes y sus familias, frente al uso y aplicación de las nuevas tecnologías dentro de los hogares. Asimismo, se aporta a que los futuros ingenieros en informática, conozcan sobre los riesgos y posibles adicciones que presenta esta población, quiénes serían los principales consumidores de la tecnología.

Palabras Clave

Nuevas tecnologías, conducta, usos, niños, adolescentes.

INTRODUCCIÓN

Nos encontramos en el 2021 y la tecnología ya es parte esencial de todas las actividades de nuestra vida diaria. En los últimos años las nuevas tecnologías han ingresado en los hogares y en las escuelas para quedarse e ir sumando las posibilidades en su uso. Justamente allí centraremos nuestro análisis, para desafiar a los futuros ingenieros en informática, a pensar en el impacto que tiene este crecimiento masivo de la tecnología, en relación al uso de las computadoras, celulares, tablets, consolas,

etc., dentro de cada hogar en el que son incorporados. También apuntaremos a describir los riesgos frente al uso de estas herramientas, con el objetivo de brindar información sobre la repercusión que tienen y que podrán tener mientras continúen creciendo y expandiéndose estos dispositivos. Desde el punto de vista psicológico, el desafío se centrará en analizar y describir los cambios de la conducta humana, particularmente en nuestros niños y adolescentes frente al uso de las nuevas tecnologías, los riesgos que existen en ello, y también se destacará los beneficios de las mismas. Todo este planteamiento apunta a desafiar el pensamiento de los futuros profesionales de la ingeniería informática, incorporando la ética profesional; para que reflexionen sobre el impacto que tiene su accionar en la sociedad.

ELEMENTOS DEL TRABAJO Y METODOLOGÍA

Con este trabajo se pretende que los futuros profesionales de la ingeniería informática, reconozcan la importancia de obtener un acercamiento hacia el impacto que provoca el desempeño de su accionar en el comportamiento humano.

El estudio que aquí se presenta, se basa en la experiencia de la autora, Licenciada en Psicología, orientada en Niños y Adolescentes, con formación en Terapia

Sistémica y Terapia Cognitivo Conductual, de más 13 años de ejercicio profesional, participando de la atención de niños, adolescentes, padres y familiares; en diferentes instituciones, como también en el ámbito particular de consultorio. Asimismo, ha conformado diversos equipos interdisciplinarios, ha realizado Cursos, Postgrados, y desarrolla contenidos personales, a través de artículos informativos sociales. A su vez, este análisis se basa en la observación activa de los pacientes, y sus familiares, en la mirada a la sociedad, sus comportamientos y acciones desarrollados frente a la actual situación de Pandemia.

IMPACTO SOCIAL DE LA INFORMÁTICA

Las nuevas tecnologías, y a los fines del presente trabajo entendamos por esto a todos los dispositivos digitales que pueden estar conectados a internet, y que han desarrollado la posibilidad de establecer una comunicación casi inmediata y un acceso asombroso a la información. El uso de estas herramientas se ha vuelto prácticamente cotidiano y constante, dentro de todos los ámbitos de desempeño de las personas en el mundo. También se ha llegado a pensar que, si continuamos avanzando, las nuevas tecnologías lograrán desarrollar una computadora que pueda igualar el funcionamiento de una persona. Sin embargo, debemos saber que esto no es posible, porque el cerebro tiene una capacidad plástica para remodelar sus circuitos; y esto la tecnología no podrá igualar o al menos tendrán que dedicar muchos años más para descubrir si lograrlo es posible [1].

Precisamente en esta situación es donde quiero centrarme, donde convergen dos aspectos muy importantes en el desarrollo

profesional de los Ingenieros en Informática; uno de ellos es la formación académica, la cual debería considerar la idea central de que los ingenieros en informática en el desempeño de su actividad, provocarán una repercusión social muy importante, para lo cual deberán estar preparados para alcanzar un pensamiento más analítico sobre la futura actividad profesional a realizar [2]. El otro punto esencial, se trata precisamente de la forma en que podrán acompañar ese desarrollo profesional, asumiendo que esa formación debe generar la conciencia sobre las ideas que propongan, las acciones que realicen y las decisiones que tomen, porque las mismas generarán consecuencias, directas o indirectas, de las cuales deberán hacerse responsables, asumiendo el quehacer profesional [3]. Todo esto no es nada más ni menos que la incorporación de la formación Ética, es decir que, en esa formación académica, puedan hallar la manera de observar y estar atentos hacia las respuestas de las personas en el uso de los dispositivos que ellos crearán.

Se sabe que los ingenieros en informática, no acuden a la carrera con un primer objetivo de formarse para resolver problemas éticos en relación al comportamiento de las personas, lo que se trata de afirmar es que debería pensarse en incluir el desarrollo de un pensamiento reflexivo hacia su accionar; ya que el impacto de lo que construyan o inventen, tendrá repercusiones en la sociedad. De hecho, esto está comprobado cuando nos detenemos a observar la conducta humana frente a la adquisición de computadoras y celulares, como elementos diarios de trabajo, de estudio o entretenimiento tanto para adultos, como niños y adolescentes; el crecimiento del uso de las TICs hoy en día

es algo indefectible en la vida diaria del ser humano.

Mirando en profundidad los párrafos anteriores, se observa que las nuevas tecnologías no sólo se desarrollaron de forma acelerada, sino que al mismo tiempo ingresaron en los hogares y las escuelas, sin que las personas que se encuentran allí, puedan adquirir una preparación previa en su uso. El impacto en las dinámicas familiares dentro del hogar, ha sido grande a lo largo de los últimos años, y en especial durante el período inicial de la Pandemia, porque ese ingreso terminó siendo abrupto por necesidad, y representó un gran desafío en la adaptación frente al uso de los dispositivos digitales; lo cual fue provocado por el aislamiento y la necesidad de mantenerse comunicados con las actividades que solían desarrollarse cotidianamente fuera del hogar.

Asimismo, para el ámbito escolar también implicó un desafío la incorporación, aprendizaje y desarrollo de estos recursos, ya que muchas personas aún no se hallaban capacitadas frente al uso de algunos dispositivos, otras no contaban siquiera con las herramientas para hacerlo, y algunos se resistían directamente a implementarlo.

Probablemente, uno de los aspectos centrales relacionados con esta situación, se deba a la llamada “**Brecha Digital**”, la cual delimita la capacidad de adaptación que cada persona tiene frente al implemento de dispositivos tecnológicos. Vista desde sus tres formas, demuestra la diferencia que existe al momento de emplearlos, ya que, en cuanto al **Acceso**, hay diferencias en la forma en que las personas acceden o incorporan tecnología a su vida diaria y aquellas que directamente no lo hacen o no lo desean. En cuanto al **Uso**, está relacionado con, saber y no saber utilizarlas y aprovecharlas; y finalmente la **Calidad**

del Uso, demuestra las diferencias que existen entre las personas y las generaciones al momento de emplear estas herramientas [4].

Todo lo dicho hasta ahora, debe considerarse desde el objetivo de demostrar la importancia de detenerse un momento a mirar el impacto que provoca el crecimiento masivo de la tecnología socialmente, y sobre todo su impacto en cada individuo y cada familia; porque justamente es la conducta la que va cambiando, mientras más recursos ingresan a su vida cotidiana. Y esto a su vez, permite hacer foco en el modo en que la tecnología es empleada, desde los niños más pequeños hasta los adultos mayores.

EL USO DE LA TECNOLOGÍA

Continuando con el desarrollo de este análisis, nos detendremos ahora en el Uso de la Tecnología. Si hablamos de “Uso” hacemos referencia a la incorporación de la computadora, la televisión digital, los celulares, las tablets, hasta los videojuegos y sus respectivas consolas. Como hemos podido observar durante la Pandemia, la frecuencia en el uso, es prácticamente diaria, por la implementación del celular y la computadora, para realizar todas las actividades, tanto de trabajo como las escolares. Como menciona Facundo Manes, nuestro cerebro se ve impactado por ello, en este uso diario vamos perdiendo la habilidad de estar tranquilos, relajados, dar lugar a la reflexión, a la creatividad y bienestar; pero por sobre todas las cosas, también estamos perdiendo la habilidad de estar con otras personas, compartir con ellas, encontrarnos; como seres sociales, vamos reemplazando gradualmente esos encuentros personales; y si sumamos la situación actual de Pandemia, hasta lo reemplazamos utilizando la tecnología [5].

Entonces formulemos una premisa: *“Si en la formación académica de los futuros profesionales ingenieros en informática, se los prepara para desarrollar este pensamiento analítico hacia el uso que las personas harán de las herramientas que ellos crean, deberían poder desarrollar estrategias para que ese uso sea adecuado, y hasta puedan propiciar mayores interacciones interpersonales.*

Esto se logrará combinando su accionar, sus habilidades individuales, sin perder la riqueza de la propia actividad y sus conocimientos, simplemente pensando en ese uso y hacia quiénes va dirigido.

Escrito así, suena simple para quien viene de la rama de la salud; pero la intención es matizar los saberes. Para los futuros ingenieros en informática, es importante saber que el análisis situacional frente al crecimiento de las nuevas tecnologías se encuentra a su alcance. Como resultados positivos, es importante que puedan ver como hoy en día, gracias al desarrollo tecnológico, las personas están intercomunicadas, a pesar de las distancias en relación a espacios físicos, pueden vincularse casi de manera inmediata con otros, acceden a toda la información necesaria de manera rápida, por el uso de las TICs. Y es esto lo que los continuará impulsando en su quehacer diario y demostrará cuán necesario es desarrollar el pensamiento ético.

Así como tenemos el uso provechoso de la tecnología, también podemos decir que existe un mal uso o un uso inadecuado que presenta riesgos para las personas que la utilizan.

Lo importante acá es diferenciar, que cuando se alude al mal uso, normalmente se refiere a las veces en que los medios tecnológicos empleados presentan problemas técnicos, que impiden el

desarrollo de tareas cotidianas como, por ejemplo; cuando mi computadora dejó de encenderse y funcionar adecuadamente. En este punto, presenta un daño físico, un problema técnico.

En cambio, si se habla del *riesgo por el uso*, se hace mención a una determinada conducta o comportamiento de la persona, provocando problemas o poniéndola en riesgo, por la manera en que las TICs y herramientas tecnológicas fueron utilizadas y aprovechadas. En este caso un ejemplo sería, exponer información confidencial que compromete el trabajo de una persona, acceder a contenidos no adecuados, recibir amenazas, o ser víctima de cyberbulling.

LAS CONDUCTAS ADICTIVAS

Por otro lado, existen riesgos o peligros inminentes a la salud mental de los individuos, éstas serían las conocidas **conductas adictivas** frente al uso de la tecnología. Se considera adicción cuando una persona, un niño o un adolescente se expone una cantidad excesiva de tiempo frente a una computadora, celular, tablet o consola, y no reconoce que lo hace o miente sobre el tiempo de uso. También interrumpen otras actividades de su vida cotidiana, como lo son las actividades deportivas o recreativas. Asimismo, suelen descuidar la alimentación o el descanso necesario, sobre todo durante la noche. Otro riesgo latente a esta exposición, es que, al estar sin el acompañamiento y asesoramiento de un adulto, pueden tener acceso a contenidos inapropiados, que luego repercutirán en su desarrollo emocional y comportamiento, porque no tienen la edad suficiente para procesar esa información recibida [6]. En relación a esto, quisiera dejarles una apreciación personal sobre la amenaza que muchos padres sienten frente a la incorporación de los

dispositivos digitales en sus hijos, ya sean niños o adolescentes. Muchas veces, los padres no encuentran el camino adecuado en esa implementación, no saben cómo enseñarles a usar estas herramientas y mucho menos regular el tiempo de uso, por lo que terminan cayendo en el uso excesivo y desregulado.

Detallando más específicamente sobre la adicción a las nuevas tecnologías, se definirán desde el punto de vista de la salud mental. Básicamente, se trata de la falta de control sobre la propia conducta, ya que lo que la persona realiza le produce un efecto placentero, y esto que siente, comienza a dominar todos sus comportamientos. Ese efecto que no está relacionado a un producto químico, sino más bien hacia una actividad, que el cerebro percibe como placentera, no puede dejar de realizarla, y toma el control perturbando su vida cotidiana, afectando también otras áreas, como el trabajo, las relaciones sociales, la alimentación, etc. Es importante saber que, si bien no hay una sustancia química ingerida, la conducta realizada produce un aumento considerable de Dopamina, y ésta al ser una sustancia que se encuentra en el cerebro, específicamente en la interconexión entre neuronas, se encarga de producir sensaciones placenteras y relajantes; y justamente por esa sensación placentera, la persona busca de manera constante la repetición de esta conducta, volviéndose así adictiva [7].

Desarrollemos otra premisa; si los futuros ingenieros en informática toman conocimiento sobre los riesgos y su impacto en la salud de las personas, como lo es esta comprobación de que existe la adicción en cuanto a lo tecnológico, podrán rever algunos aspectos vinculados en la evolución o renovación de los dispositivos tecnológicos. Con esto no se trata de poner

el foco en resolver los problemas conductuales de las personas, sino simplemente que se conozcan y reconozcan.

LOS NIÑOS Y LAS TICS

Continuando, se abordará ahora un aspecto también importante como lo es el uso de las nuevas tecnologías por parte de niños y adolescentes. En relación a los niños, se considera que han nacido en la era digital, y por esa razón incorporan las herramientas tecnológicas con facilidad, y hasta desarrollan casi innatamente, el conocido "touch". Con respecto a esto, existe una Generación que es denominada Touch, que serían aquellos niños nacidos entre el año 2010 a 2020, que se caracterizan por interactuar frente a todas las pantallas con las manos, incorporando ese tipo de interacción con todos los dispositivos digitales [8]. Esto no debería sorprendernos y tampoco hacernos sentir culpables, porque precisamente de esto se trata la era digital, y nuestros niños nacen directamente expuestos a celulares, tablets y computadoras. Desde el momento en que el niño abre los ojos, ya está captando la cámara del dispositivo, que al mismo tiempo lo capta a él. Si bien este aspecto es discutible para algunos profesionales de la salud, es positiva esta incorporación automática a la tecnología. Pero aún, así no dejamos de correr riesgos frente a esa exposición temprana, que algunos profesionales rechazan, se preocupan y hasta afirman, que no deberían producirse desde tan temprana edad. Desde el punto de vista de la autora, y como muchos otros profesionales, se recomienda el uso de dispositivos digitales, con el objetivo de estimular el adecuado crecimiento de los niños; esta herramienta es un accesorio, que hoy forma parte inminente de la vida cotidiana, y erradicarlo podría ser un error

que impacte negativamente en ese desarrollo. Estas herramientas deberán ser empleadas con seguridad para evitar los riesgos ya mencionados anteriormente.

Quizás en este embrollo, salud vs tecnología, es donde para los futuros ingenieros en informática se centre su desafío; en poder generar dispositivos con programas informáticos que desarrollen un fácil control por parte de los padres al momento que los menores serán expuestos a la tecnología [9].

En relación a todo lo referido, se hace necesario diferenciar que los niños, emplean la tecnología sólo con fines de entretenimiento o estimulación. Podemos afirmar que son los padres, los que utilizan los dispositivos para entretener o distraer a sus hijos pequeños, enseñarles juegos, dibujos o canciones. Se insiste en que esto no es algo contraindicado, siempre que sea empleado adecuadamente. Para reforzar esta afirmación, tomaremos una referencia desde las neurociencias, que confirma que la estimulación digital activa los circuitos de placer y recompensa en el cerebro, y es por esa razón que se desarrolla un mecanismo adaptativo al buscar repetirlos. Lo importante es tomar en cuenta que, si exponemos a niños con indicadores de impulsividad, aparecerá la mencionada conducta adictiva, y entonces fallará la implementación de estos recursos [10].

Otro aspecto sustancial, es que el uso de los dispositivos tecnológicos, permitirá al niño familiarizarse con estos, desarrollar habilidades manuales, de coordinación, hasta aprender sobre actividades escolares. Debemos saber que nuestro cerebro se encarga de procesar la información del ambiente, a través de los sentidos, el pensamiento y las emociones, [5] y es por ello, que emplear el uso de las nuevas tecnologías, termina siendo favorable

porque permite combinar todos estos aspectos a la hora de ser utilizados para la enseñanza.

Se visualiza de manera natural que esto servirá para formar a los futuros ingenieros en informática, ya que al reconocer los beneficios de la tecnología en relación a la estimulación durante el crecimiento de un niño, esto podrá estimularlos en el desarrollo de su actividad profesional.

LOS ADOLESCENTES Y LAS TICS

Siguiendo el análisis, ahora nos centraremos en los adolescentes, y para empezar realizaremos una breve descripción sobre esta etapa, la cual se considera como un período de crecimiento y desarrollo, en el que se experimentan muchos cambios, y los jóvenes se exponen a grandes riesgos. Además, atraviesan distintas experiencias de desarrollo tanto físico, como mental. Y en este proceso, se van preparando para ser adultos e independientes, por lo que una de las tareas fundamentales, es la de alcanzar la madurez tanto cognitiva como emocional, para poder realizar una adecuada toma de decisiones; apuntando a la posibilidad de adquirir las competencias necesarias para funcionar como un adulto responsable [11]. Sabiendo esto, podemos decir que, frente a esos grandes cambios, los adolescentes han incorporado las nuevas tecnologías con facilidad, porque en ellas encuentran respuestas rápidas, recompensas inmediatas, interacción con múltiples estímulos, disfrutan de poder realizar sus actividades de interés; como lo son el escuchar música, estar en contacto con amigos, tomar fotografías, buscar y encontrar la información rápidamente, resolver problemas, y hasta desarrollar sus tareas escolares [12]. Para ellos, el uso del celular y la computadora es habitual, se

trata de una herramienta que está incorporada a su vida cotidiana y disfrutan usarla, siempre y cuando ello sea regulado desde sus propios intereses.

Precisamente hay dos herramientas fundamentales que son de mucho interés para éstos. Una de ellas son las “Redes Sociales” y la otra los “Videojuegos”.

Los adolescentes se caracterizan por transitar su etapa de crecimiento construyendo su identidad, y a favor de ello utilizan las **Redes Sociales**, ya que pueden formar parte de diferentes comunidades digitales. En estos espacios, aprovechan el acercamiento hacia personas, a veces conocidas, como también desconocidas, buscan la posibilidad de generar encuentros a través de chats, logran exponer sus ideologías abiertamente, realizan videos o creaciones para ser visibles y adquirir popularidad, y hasta pueden desarrollar una identidad falsa con el fin de evitar quedar expuestos o en evidencia por lo que realmente sienten o piensan [13].

Y otra vez, frente a estos comportamientos, volvemos a encontrarnos con el riesgo por el uso de estas redes sociales. Los adolescentes son propensos a exponerse, sin medir las consecuencias; no cuentan con la capacidad para diferenciar el riesgo al momento de publicar contenidos que son privados, buscan ser aceptados socialmente a través de sus seguidores, y mientras más “me gusta” obtienen en sus publicaciones mayor es su autoestima. En cambio, la autoestima se ve afectada cuando los seguidores descalifican el contenido o critican negativamente al desarrollador, o hasta la no colocación de un “me gusta” afecta seriamente su estado anímico. Es necesario destacar la vulnerabilidad en la que se encuentran los adolescentes y el riesgo frente a esta alta exposición personal que vivencian con el uso de Redes Sociales.

Y ni hablar del mundo de la imagen, otro aspecto de riesgo porque los adolescentes son los principales consumidores de lo que transmiten las pantallas de todos los programas a los que pueden acceder. En la actualidad, priman las aplicaciones que nos hacen perfectos, corrigen todos los defectos del ser humano, para hacerlo un ser ideal. En este punto, la inseguridad que padecen nuestros adolescentes, provoca que el acceso a estas herramientas sea otro recurso más para desarrollar la identidad soñada, pero siempre escondidos detrás de un mundo ficticio, y nuevamente encuentran en las comunidades digitales la aprobación que tanto buscan, por lo que evitan desarrollar encuentros personales y permanecen aislados en sus habitaciones y hogar, detrás de la pantalla que los hace ser lo que sueñan [13].

En relación a la ocupación del tiempo libre tenemos los conocidos **Videojuegos**, y sus respectivas consolas. Otra herramienta en la que se sumergen los adolescentes, y se identifican con el famoso término de “Gamers”. En este caso, lo realizan más como actividad de ocio y tiempo libre, aunque en algunos jóvenes puede convertirse en conducta adictiva el empleo del juego en consolas, computadoras, celulares o tablets, cuando es excesivo y modifica sus conductas y altera su estado emocional. Pero ¿qué serían en sí los Videojuegos? Estos implican aquellos programas de entretenimiento que pueden utilizarse en computadoras, celulares o consolas, que presentan la edad aconsejada para su uso, y poseen una variedad enorme frente a la temática que ofrecen para su desarrollo. Las ventajas por su uso, implican principalmente el entretenimiento que proveen tanto a niños como adolescentes, también propician la interacción social, favorecen el desarrollo

de habilidades de coordinación, orientación, ejercitación, etc.; y finalmente permiten el aprendizaje frente a la toma de decisiones y la resolución de problemas [14].

Se observa que se trata de otra herramienta que cuenta con aspectos positivos ya descriptos, y también se sugiere su empleo en los hogares, pero siempre reforzando la importancia de que exista la supervisión de un adulto.

En lo que respecta, a los aspectos negativos, se puede ver que la alta exposición a videojuegos con contenidos no aptos para niños o adolescentes producen cambios en su comportamiento, alteraciones en su estado de ánimo y hasta provocan que muchos niños o adolescentes modifiquen sus rutinas diarias, debido a que esa cantidad de tiempo empleada, consume toda su atención y su capacidad de interrelación adecuada con otras personas.

Asimismo, también se observa la desorganización en relación a la calidad de sueño, al desarrollo de sus tareas o actividades extraescolares y también frente a los momentos de alimentación y descanso.

Otra vez se reafirma lo que se viene describiendo a lo largo de todo el análisis; el hecho de que el uso de las nuevas tecnologías siempre impacta en la conducta humana.

CONCLUSIONES

Para concluir, resumiendo un poco todo lo abordado, desde el ingreso inusitado de la tecnología a nuestros hogares y al ámbito educativo, se hace necesario prestar atención al impacto que provoca el uso de las nuevas tecnologías en el desempeño de cada persona, y en la forma en que éstas incluyen en su vida cotidiana alguna herramienta o dispositivo tecnológico.

Realmente será todo un desafío para los futuros ingenieros en informática, la incorporación de este punto de vista ético, de esta mirada hacia el impacto de su accionar.

Lo que se ha logrado con este análisis detallado es poder comenzar a pensar detenidamente sobre esto y considerar algunas de las repercusiones que conlleva el crecimiento de la tecnología y el mundo digital, en nuestros niños, adolescentes y sus respectivas familias.

Se sabe que todo esto implica un gran cambio en las mentes de todas las personas y en su conducta social. Y como refiere Facundo Manes, "la integración de la tecnología y el cerebro es el nuevo gran paso en la evolución de la humanidad" [10]. Resta que podamos articular los actores de ambos mundos académicos para construir ese futuro tan deseado.

Referencias Bibliográficas

- [1] Manes, F. (2014). *"Usar el Cerebro. Conocer nuestra mente para vivir mejor"*. 4ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Editorial Planeta.
- [2] Bilbao, G., Fuertes, J., Guibert JM. (2006). *"Ética para Ingenieros"*. 2ª ed. [Libro] <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433020741.pdf>
- [3] Jiménez, LO., Carrillo, E. Frey, W. (2012). *"Implicaciones Éticas en la Ingeniería"*. Puerto Rico [Diapositiva de Power Point] Universidad de Puerto Rico <http://ece.uprm.edu/~icom5047/fall08/documents/EthicsforEngineeringICOMCapstone2.pdf>
- [4] Camacho, C. (2005). *"La Brecha Digital"*. Nombre de la página: <https://analfatecnicos.net/archivos/96.LaBrechaDigital-PalabrasEnJuego-KenlyCamacho.pdf>
- [5] Manes, F., Roca, M. (2017). *"Descubriendo el cerebro. Neurociencia para chicos y grandes"*. 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Editorial Planeta.
- [6] Echeburúa, E., De Corral, P. (2010). *"Adicciones a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto"*. Revista Adicciones. Vol. 22. 1-7 <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- [7] Cía, AH. (2013). *"Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las*

clasificaciones categoriales vigentes". Revista de Neuro Psiquiatría. Vol. 76. 1-9

<https://www.redalyc.org/pdf/3720/372036946004.pdf>

[8] Jimenez, CAZ. (2017). "*Generación Touch*". Revista Anales Médicos. Vol. 62 1-2

<https://www.medigraphic.com/pdfs/abc/bc-2017/bc173a.pdf>

[9] Arza, J. (2010). "*Familias y nuevas tecnologías*". Navarra. [Guía para padres y Madres].

https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/585666/Familia_NuevasTecnologias.pdf

[10] Manes, F., Roca, M. (2019). "*Cerebros en Construcción*". 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Editorial Planeta.

[11] Torralva, T. (2019). "*Cerebro Adolescente. Riesgos y Oportunidades*". 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Editorial Paidós.

[12] Echeburúa, E., De Corral, P. (2010). "*Adicciones a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*". Revista Adicciones. Vol. 22. 1-7

<https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>

[13] Arab, EL., Díaz, AG. (2015). "*Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos*". Revista Médica Clínica Las Condes. Vol. 26 7-13

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>

[14] Arza, J. (2010). "*Familias y nuevas tecnologías*". Navarra. [Guía para padres y Madres].

https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/585666/Familia_NuevasTecnologias.pdf