

RESUMEN

La Internet, considerada de gran utilidad para la ciencia y la educación, se ha incorporado a nuestras vidas cambiando los patrones de comunicación, información y relaciones sociales. Facilita actividades de diversa índole, pero también genera problemas sociales al no utilizarse adecuadamente. El objetivo de la investigación fue determinar el efecto del programa preventivo promocional @COM, en el uso de la Internet en un grupo de estudiantes universitarios. La investigación fue cuasi experimental pre test-pos test con un grupo de control. Se trabajó con 28 sujetos del grupo experimental y 24 del grupo control. Antes y después del programa se aplicó el test de dependencia a Internet de Choliz (2009) que tiene una confiabilidad test retest de 0.94. Se aplicó al grupo experimental el programa preventivo promocional @COM diseñado teniendo en cuenta la teoría cognitiva social de Bandura (1996) y, los factores de riesgo y de protección. El análisis estadístico mediante la t de Student indica cambios significativos en el grupo experimental y ausencia de cambios en el grupo control, estos resultados se mantienen en el seguimiento, con un tamaño de efecto grande, demostrando la validez y efectividad del programa @COM en la prevención de la adicción a Internet y en la promoción de un uso seguro de la misma.

Palabras clave: prevención, promoción, uso de Internet.

ABSTRACT

The Internet, which is considered useful for science and education, has been incorporated into our lives changing patterns of communication, information and social relations. It facilitates diverse activities, but it also creates social problems when it is not used properly. The aim of the research was to determine the effect of promotional preventive program @COM in the use of the Internet in a group of college students. The research was quasi-experimental pretest-posttest with control group. We worked with 28 subjects in the experimental group and 24 in the control group. Before and after the program, Choliz Internet dependency test (2009) was applied, which has a test retest reliability of 0.94. Promotional preventive program was applied to the experimental group @COM. This program was designed considering the social cognitive theory of Bandura (1996), and the risk and protective factors. Statistical analysis using the Student's t test indicated significant changes in the experimental group and no change in the control group; these results are held in the process of monitoring, showing the validity and effectiveness of the program @COM at preventing Internet addiction and at promoting use of it.

Keywords: prevention, promotion, use of Internet.