



Universidad del Azuay

**Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la
Educación**

Carrera de Psicología Clínica

**Factores protectores y de riesgo en el uso de redes
sociales en adolescentes**

Autora:

María Paz Vázquez Gavilanes

Director:

Mst. Juan Sebastián Herrera Puente

Cuenca – Ecuador

2021

DEDICATORIA

“En el pasado, eras lo que tenías. Ahora eres lo que compartes”. Godfried Bogaard.

A quienes desean crecer por sí mismos y preservar su integridad, pese a la relatividad de una vida digital.

AGRADECIMIENTO

A mi familia por acompañarme a lo largo de mi vida y por continuar brindándome su apoyo infinito.

A esa persona especial que me ha brindado su amor y su apoyo incondicionales durante estos años.

Mi gratitud a todas y todos los docentes de la universidad, de manera especial, al Mst. Sebastián Herrera, quien, con mucha dedicación y paciencia, me brindó una acertada guía en este proceso investigativo.

A mis queridos amigos y amigas, con quienes aprendimos juntos durante este proceso de formación profesional y humano.

RESUMEN

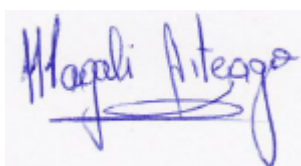
La información publicada en Internet, permite la comunicación y difusión en tiempo real, a través de las redes sociales; de manera que afecta a la privacidad de la identidad digital de cada usuario. Por ello, la presente revisión bibliográfica indaga respecto a los factores protectores y de riesgo del uso de las redes sociales en adolescentes, durante los últimos 10 años. La investigación sugiere que el uso de las redes sociales se ha incrementado, así como la participación en los retos virales. Por otro lado, existen factores de riesgo como el *sexting*, el *grooming*, el uso excesivo de redes sociales, entre otros. Por el contrario, los factores protectores corresponden a una autoestima sana, adecuadas formas de afrontamiento y vínculos estables con las figuras parentales. Finalmente, se presentan las principales consecuencias, como la nomofobia, la desinformación, infodemia y el acceso a la pornografía.

Palabras clave: adolescencia, factores protectores, factores de riesgo, redes sociales, retos virales.

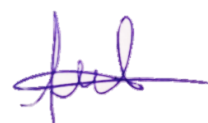
ABSTRACT

The information published on the Internet allows communication and dissemination in real time, through social networks in a way that affects the privacy of the digital identity of each user. Therefore, the present bibliographic review investigates the protective and risk factors of the use of social networks in adolescents, during the last 10 years. Research suggests that the use of social media has increased and intensified, as well as participation in viral challenges. In addition, there are risk factors such as sexting, grooming, and excessive use of social networks, among others that affect the digital identity of each user. In contrast, the protective factors belong to a healthy self-esteem, adequate ways of coping and stable relationships with the parental figures. Finally, the main consequences are presented, such as nomophobia, misinformation, infodemic and access to pornography.

Keywords: adolescence, protective factors, risk factors, social networks, viral challenges.



Translated by



María Paz Vázquez Gavilanes

ÍNDICE

DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTO.....	II
RESUMEN	III
ABSTRACT	III
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO 1.....	2
1. INTRODUCCIÓN A LAS REDES SOCIALES	2
1.1. Aproximación conceptual de Redes Sociales	2
1.2. Modo de utilización de Internet y las redes sociales.....	3
1.3. Clasificación de las redes sociales según Agustino y Guilyan y Munclús Ruiz.	4
1.4. Redes sociales más utilizadas en Ecuador y el mundo	5
1.5. La necesidad de utilizar redes sociales	7
1.6. Tipos de información más consumidas en las redes sociales	8
Conclusiones del capítulo	10
CAPÍTULO 2.....	11
2. LOS RETOS VIRALES	11
2.1. Aproximación conceptual de reto viral.....	11
2.2. ¿Por qué se viralizan los retos en los adolescentes?	12
2.3. Clasificación de los retos virales	13
2.4. Retos virales más practicados	14
2.5. Consecuencias.....	16
Conclusiones del capítulo	18
CAPÍTULO 3.....	19
3. FACTORES PROTECTORES Y DE RESGO EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES.....	19
3.1. Aproximación conceptual de identidad digital	19
3.2. Descripción de los factores protectores y de riesgo en el uso de las redes sociales.....	20
3.2.1. Descripción de los factores protectores y de riesgo	21

3.3. Importancia de la implicación parental en el manejo de las redes sociales	32
Conclusiones del capítulo	36
CAPÍTULO 4.....	37
4. METODOLOGÍA	37
4.1. Tipo de estudio.....	37
4.2. Objetivos.....	37
4.2.1. Objetivo General.....	37
4.2.2. Objetivos Específicos	37
4.3. Criterios de selección.....	37
4.4. Estrategia de búsqueda.....	38
4.4.1. Cadena de búsqueda	38
Conclusiones del capítulo	69
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	70
REFERENCIAS	73
ANEXO 1: GLOSARIO DE PALABRAS.....	83

INTRODUCCIÓN

El uso de Internet y de las redes sociales se ha intensificado en los últimos años, pues ha permitido que cada usuario, ya sea como individuo u organización, desarrolle su propia información y la publique, lo que hace posible que circule todo tipo de contenido y que en muchas de las ocasiones, no sea verídico, además de la escasa o nula corroboración de los datos.

Esto genera cierto nivel de exposición en los usuarios y acarrea dificultades de tipo informativo y educativo, así como también, conductual. Por ello, es necesario realizar una revisión bibliográfica que permita determinar aquellos factores protectores y de riesgo en profundidad, que intervienen en el uso de las distintas redes sociales en los adolescentes.

En relación a esto, es importante mencionar que, esta revisión bibliográfica pretende proporcionar de información actualizada a toda la comunidad, de manera que, la concientización sea una herramienta indispensable en pro de su beneficio.

Esta investigación está constituida por cuatro capítulos. En el primero se presenta una breve introducción a las redes sociales; en el segundo, se abordan a los retos virales como una de las temáticas actuales que ha repercutido en los adolescentes. En el tercero se desarrollan los factores protectores y de riesgo respecto al uso de las redes sociales. Finalmente, el último capítulo describe la metodología utilizada en este trabajo de graduación.

CAPÍTULO 1

1. INTRODUCCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Este apartado expone el marco teórico acerca de las redes sociales, a partir de una aproximación conceptual, seguida de los modos de utilización más comunes; de forma que se pueda presentar su respectiva clasificación, acompañada de cifras estadísticas con relación a las más utilizadas en Ecuador y en el mundo. Por último, se pretende abordar la necesidad y los tipos de información más consumidas en estas plataformas.

1.1. Aproximación conceptual de Redes Sociales

El avance de la era digital ha promovido que todas las personas, de manera especial, los adolescentes, usen y consuman la información de las redes sociales en línea como Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, Tik Tok, entre otras.

“Una red social es una estructura social integrada por personas, organizaciones o entidades que se encuentran conectadas entre sí por uno o varios tipos de relaciones como amistad, parentesco, económica, sexual, intereses o creencias comunes, entre otras” (Lorenz, 2010, párr. 1). Sin embargo, esta no es la única acepción de este término, por ello es necesario definirlo desde una perspectiva digital.

De acuerdo a Correduría Inteligente (2019), las redes sociales “son plataformas digitales que permiten la interacción social entre diversos usuarios” (párr. 1), tanto de forma individual como organizacional. Agustinoy Guilayn y Munclús Ruiz (2019) mencionan que estas se refieren a las “plataformas tecnológicas que permiten a sus usuarios, a través de sus correspondientes perfiles, vincularse entre sí, creando sistemas cruzados e interactivos de generación y difusión de información” (p. 22).

Estas se caracterizan porque permiten la conexión, interacción o *engagement* y comunicación entre usuarios en tiempo real, debido a la información que se comparte en un perfil personalizado; además, se genera la viralidad de cierto tipo de contenido que se propaga con gran velocidad, gracias a los “amigos” o “seguidores” (Correduría Inteligente, 2019).

1.2. Modo de utilización de Internet y las redes sociales

Existe un aspecto importante que concierne al uso de Internet. El Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) de Ecuador realizó la Encuesta Multipropósito - TIC 2018, en la que “el 58,7% de las personas entre 5 y 17 años accedieron a Internet desde sus hogares. El 84,0% de las personas que usaron Internet, lo hicieron por lo menos una vez al día” (pp.16-17).

Waterloo, et al. (2017) afirmaron que las mujeres utilizaban un promedio de 5 redes sociales en comparación a las usadas por los hombres. Hanna Lavalle, et al. (2020) aseguraron que “el 46% de jóvenes universitarios manejan hasta 4 redes sociales en un aproximado de 5 horas al día” (p. 11).

El INEC elaboró la Encuesta Multipropósito - TIC 2019, que mostró que “el 59,2% de la población ecuatoriana tiene acceso a Internet.... Los hombres (60.3%) utilizan Internet más que las mujeres (58,1%)” (pp. 12-13). Además, se indicó que “la población de 5 a 17 años accede a este servicio principalmente desde sus hogares y centros educativos” (p. 16) y que “el 68,9% de los jóvenes entre 16 y 24 años, cuentan con un teléfono inteligente” (p. 21).

Finalmente, según el reporte de We Are Social y Hootsuite en Enero de 2021, “las personas de 16 a 64 años pasan en Internet alrededor de 7 horas y en redes sociales, 2 horas y media” (p. 21). “El 53,6% de la población mundial es un miembro activo de una red social” (p. 79).

Otro aspecto relevante es el tipo de uso de las redes sociales por parte de los usuarios. De acuerdo al estudio realizado por Moreno López, et al. (2017) a una muestra de 6 padres de familia de 38 a 60 años y a sus hijos adolescentes con edades comprendidas entre los 15 y 17 años; indicó que los padres creían que los adolescentes utilizaban las redes sociales al estar desocupados, para su distracción o como pérdida de tiempo, lo que desembocaba en un distanciamiento entre ambas partes, así como en la manifestación de comportamientos inadecuados por parte de los jóvenes.

Un estudio practicado a 400 estudiantes universitarios de Colombia y México, demostró que los jóvenes utilizaban las redes sociales por curiosidad y en búsqueda de contenido académico, por lo que no hubo suficiente influencia del grupo de pares para su uso (Hanna Lavalle, et al., 2020, p. 11).

Cuervo y Etxague afirman que en el País Vasco, “el 75,6% de los jóvenes se comunican con sus amistades, el 15,4% con su pareja, mientras que el 2,4% con la familia” (2021, p. 4). Pacheco-Amigo, et al. (2018) realizaron un estudio a 322 adolescentes mexicanos entre 12 y 15 años y reveló que el “93% utiliza las redes sociales como pasatiempo, el 4% con fines académicos y un 3% para otros usos” (p. 13).

Esto demuestra que generalmente, los usuarios utilizan las redes sociales para mantener contacto con amigos y familiares, así como con fines educativos, laborales, políticos, sociales o de ocio; a través de la publicación de imágenes o videos relacionados a una determinada temática (Ros, 2020; Correduría Inteligente, 2019). Así también, la influencia del grupo de pares disminuye conforme avanza la edad de las personas.

1.3. Clasificación de las redes sociales según Agustinoy Guilyan y Munclús Ruiz

Debido a la multiplicidad en su uso, previamente mencionada, Agustinoy Guilyan y Munclús Ruiz (2019) clasifican a las redes sociales de la siguiente manera:

A. De acuerdo al perfil de los usuarios

- **Horizontal:** en este tipo, los usuarios pueden crear su perfil, así como, publicar y compartir contenido interactivo con otros usuarios, cómo es el caso de Facebook e Instagram.

- **Vertical:** se subdivide en:

1. **Redes profesionales:** los usuarios crean y comparten información de índole profesional, como es el caso de LinkedIn.

2. **Redes de ocio:** los usuarios acceden a varias áreas del ocio, como música, videojuegos, mascotas, entre otros; por ejemplo, ReverbNation, Raptr, etc.

3. **Redes de difusión de conocimiento:** los usuarios intercambian y actualizan información acerca de diversos temas, como Answers.

B. De acuerdo al contenido de los usuarios

- **Generalista:** los usuarios pueden publicar, consultar y distribuir el contenido en distintos formatos como texto, imagen o video, como en las

plataformas horizontales previamente mencionadas; por ejemplo, Facebook, LinkedIn, etc.

- **Especializada:** este tipo de red promueve el desarrollo de un contenido en específico, como Instagram o Pinterest, entre otros.

1.4. Redes sociales más utilizadas en Ecuador y el mundo

Facebook es una de las redes sociales más utilizadas por los usuarios para permanecer en contacto con amistades, así como el establecimiento de nuevas; además, compartir y subir fotos, videos, entre otros (Fresno Chávez, 2018) y cuenta con “2740 millones de usuarios” en la actualidad (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93).

Twitter es otra red social de “microblogging en la que los usuarios pueden leer, publicar y compartir cualquier acontecimiento” (Fresno Chávez, 2018, p. 18) y tiene “353 millones de usuarios” (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93).

Por otro lado, YouTube es un servicio que permite “compartir vídeos sobre temáticas diversas, subidos por los usuarios a través de Internet” (Escuela Ergon, 2021, párr. 4) y cuenta con “2291 millones de usuarios” (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93).

Por otra parte, WhatsApp es una “aplicación de mensajería instantánea para teléfonos inteligentes. Permite enviar y recibir mensajes de texto y de voz, fotos, vídeos, links, etc.” (Escuela Ergon, 2021, párr. 5). Tiene alrededor de 2000 millones de usuarios (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93). Asimismo, Facebook Messenger es otro “servicio de mensajería instantánea de Facebook que funciona como WhatsApp” (Escuela Ergon, 2021, párr. 6) y tiene “1300 millones de usuarios” (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93).

WeChat es otra “aplicación de mensajería instantánea” (Escuela Ergon, 2021, párr. 7) y cuenta más de 1200 millones de usuarios (We Are Social y Hootsuite, 2021, p.93)

Además, Instagram es una red social en la que se pueden “compartir fotos y vídeos... y se ha convertido en un método de marketing y promoción” (Escuela Ergon, 2021, párr. 8). Actualmente posee “1221 millones de usuarios” (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93).

TikTok es otra red social que crece de forma exponencial, pues permite crear y compartir videos cortos (Escuela Ergon, 2021, párr. 9) y cuenta con “689 millones de usuarios” (We Are Social y Hootsuite, 2021, p. 93.)

Estos datos permiten la elaboración de varios estudios e informes que revelan cifras estadísticas respecto a las redes sociales más utilizadas, tanto en Ecuador, como en el resto del mundo.

Así pues, de acuerdo a la Encuesta Multipropósito - TIC 2019 aplicada en Ecuador, las redes sociales más utilizadas “en personas de 12 años en adelante son: Facebook con 55,4%, WhatsApp con 52,0%, Instagram con 18,2%, YouTube con 15,4%, Twitter con 8,8%, LinkedIn con 1,6% y Skype con 1,5%” (INEC, 2019, p. 35). Además se indica que:

El 56,5% de hombres y el 54,4% de mujeres utilizan Facebook; el 52,6% de hombres y el 51,3% de mujeres, WhatsApp; el 17,6% de hombres y el 18,8% de mujeres, Instagram; el 16,0% de hombres y 14,9% de mujeres, YouTube; el 9,3% de hombres y el 8,3% de mujeres, Twitter. (INEC, 2019, p. 37)

El estudio realizado a 1201 jóvenes de Países Bajos entre 15 y 25 años, señaló que las redes sociales más utilizadas fueron “WhatsApp (90,2%), seguida de Facebook (88,3%), Instagram (54,5%) y Twitter (34,6%)” (Waterloo, et al., 2017, p. 1821)

La encuesta del Pew Research Center aplicada en adolescentes estadounidenses de 13 a 17 años del 7 de marzo al 10 de abril de 2018, informó que las redes más utilizadas fueron YouTube (85%), Instagram (72%) y Snapchat (69%) en comparación con Facebook (51%). Además, el 50% de adolescentes son usuarios en línea casi constantes, debido al acceso a un teléfono inteligente o computadora (Anderson y Jiang, 2018).

Los resultados del estudio elaborado por Riiser, et al. (2020) a 2205 adolescentes noruegos de 16 a 19 años de edad, indicaron que “Snapchat (59,8%) y Facebook (51,1%) fueron las plataformas de redes sociales más utilizadas” (p.5)

El análisis de Cuervo y Etxague (2021) sugiere que el “74% de estudiantes universitarios usan WhatsApp, el 17,9%, Instagram, el 4,1%, YouTube, el 1,6%, Twitter y, por último, el 0,8%, Avaaz.org” (p. 4).

En suma, las redes sociales, como Facebook, WhatsApp e Instagram, se han convertido en una herramienta de comunicación masiva, que crece con el paso de los días y que permite la participación de los usuarios respecto a los contenidos publicados en estas comunidades digitales.

1.5. La necesidad de utilizar redes sociales

Debido a que en la adolescencia, los padres ya no son los “referentes” de las acciones que han de tomar sus hijos; se produce un distanciamiento. De esta manera, las redes sociales facilitan un acercamiento de cierta manera anónima, así como un nivel de involucramiento e identificación con aquellas personas dentro del grupo de pares, menores y/o mayores, catalogadas como “amigos” o “seguidores”, que pasan por las mismas situaciones (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010).

Durante este estadio de desarrollo y crecimiento, los adolescentes necesitan afianzar su autopercepción y sus amistades para “adquirir habilidades sociales y conocimientos específicos que ayudarán a formar su personalidad futura” (Pacheco-Amigo et al, 2018, p. 5).

Adicionalmente, cuando la calidad de la relación parento-filial no es positiva, los adolescentes se ven obligados a buscar en otras personas, ese apoyo que su familia no le otorga, volviéndose más influenciables, de forma que aumente el riesgo en su bienestar psicosocial (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010).

Esto convierte a las redes sociales, en herramientas en las que se evidencian amistades débiles entre los usuarios, pues carece de toda conexión emocional que sí se propician en un encuentro de persona a persona (Bohórquez-López et al., 2014).

Aunque la televisión es un medio tradicional con más espectadores, Internet permite que los usuarios accedan al contenido cuando deseen; es así que, el tiempo empleado en su uso, pasa a integrar una nueva forma de pasatiempo (Gallardo, 2017).

Por ello, la motivación de los adolescentes y jóvenes por el uso de las redes sociales, se debe a la facilidad de acceso y disponibilidad (Echeburúa, 2012). Esto se agudiza, gracias al sentido de inmediatez para obtener todo tipo de información y permanecer conectados con todo aquello que acontece alrededor del individuo y del mundo (Cantero, 2018).

En este sentido, la necesidad de autoexposición en las redes sociales, provoca la vulnerabilidad en la privacidad del perfil de cada usuario y al mismo tiempo se genera la preocupación por la opinión pública respecto a lo que se divulga (Cantero, 2018). De este modo, el hecho de obtener *likes* permite “medir la popularidad y el grado de integración social..., debido a que los jóvenes toman estas situaciones como un incentivo para triunfar o perder” (Jacquier, 2019, p. 196).

Para los colombianos, los amigos conseguidos en Facebook, obedece a la obtención de más contactos con una imagen atractiva. Ellos agregan más amigos con base a dos criterios: “en sus fotos deben ser «atractivos o lindos» y debe tener Amigos en común” (Almansa Martinez, et al., 2013, p. 130).

Sin embargo, se debe tomar en cuenta y destacar aquellos aspectos positivos, como la expresión de opiniones, el establecimiento de nuevas relaciones *online*, el mantenimiento de amistades *offline*, así como el sentido de pertenencia a algún grupo (Bozzola, et al., 2019).

Waterloo, et al. (2017) indicó que la expresión de las emociones se evidenció en toda red social; sin embargo, aquellas negativas fueron percibidas como menos apropiadas en plataformas más públicas como Facebook, Twitter e Instagram, en comparación con WhatsApp, al ser de carácter privada; de ahí, la importancia y su relación con el conocimiento de la opinión ajena.

Es preciso indicar que con la llegada del confinamiento como medida preventiva para evitar la propagación de la pandemia por COVID-19; el uso y consumo de contenido en las redes sociales se incrementó, puesto que fue el único medio de comunicación con el grupo de pares.

El estudio realizado a 248 adolescentes australianos entre 13 y 16 años, señaló que los altos índices de angustia se relacionó con la imposibilidad de interactuar con amistades y por ende, de participar en actividades extracurriculares; así como, el hecho de que un familiar o amigo contrajera o muriera por COVID-19 (Magson, et al., 2021).

1.6. Tipos de información más consumidas en las redes sociales

En primera instancia, “el 30,72% de las publicaciones de Facebook tratan sobre la movilización de apoyo, 23.04% son informativas, el 15.36% son

promocionales, el 11,52% son inspiradoras y 7,68% son personales y críticas” (Mishra, 2016, p.21).

Por otro lado, “en Twitter, el 35,37% de las publicaciones son informativas, el 24,89% son sobre movilización de apoyo, el 18,34% de publicaciones son inspiradoras, el 11,79% son promocionales y el 6,5% son publicaciones personales y críticas” (Mishra, 2016, p.21).

Además, “en Instagram, el 21,7% de las publicaciones son sobre el apoyo informativo y movilizador, el 19,53% son promocionales, el 17,36% son inspiradoras, el 10,85% son publicaciones personales y el 8.68% de publicaciones son sobre críticas” (Mishra, 2016, p.21).

Es así, que el acceso a Internet ha permitido “la creación de blogs, videos y páginas web que pueden desarrollar capacidades, generación de elementos educativos, reforzamiento de relaciones creadas *offline*, educación sexual, promoción y prevención en salud (tabaco, alcohol, drogas, hábitos alimentarios, conductas sexuales) y acceso a la educación” (Arab y Díaz, 2015, p. 11).

Un caso en particular es la plataforma de YouTube, donde “el 50% de las publicaciones son inspiradoras y promocionales” (Mishra, 2016, p.21). Los seguidores de los youtubers que relataban su vida, se sentían más identificados y vinculados con ellos, además, del hecho de tener más suscriptores; puesto que se generaba un espacio de interacción para expresar sus creencias respecto al tema, mediante el uso de los comentarios (Pérez-Torres et al., 2018).

Por último, Mishra (2016) indica que las redes sociales propician nuevas formas de sensibilizar a la sociedad, por medio de la difusión de contenidos informativos o inspiradores, de manera que se promueva la práctica de valores para el beneficio de la humanidad y que no se utilicen únicamente con fines recreativos.

Conclusiones del capítulo

Las redes sociales se han convertido en una herramienta de comunicación masiva, puesto que permite la creación de uno o varios perfiles personalizados en los que cada usuario plasma sus preferencias, gustos o creencias, de forma pública o anónima; de manera que se pueda entablar nuevas amistades *online* y mantener las que ya se poseen en la vida real (*offline*), así como, la inminente vulnerabilidad a su privacidad.

Finalmente, estas plataformas digitales, como Facebook, WhatsApp, Instagram, entre otras, permiten que los usuarios manejen aquellos contenidos que se convierten en tendencia, de forma que cambie constantemente. Por lo tanto, el uso y consumo de información en las redes sociales se ha incrementado con el paso de los años.

CAPÍTULO 2

2. LOS RETOS VIRALES

Este capítulo describe una aproximación conceptual concerniente a los retos virales; posteriormente se expone su clasificación, así como los retos más realizados, para finalizar con sus respectivas consecuencias.

2.1. Aproximación conceptual de reto viral

Las redes sociales propician la utilización de un término denominado *viralización*. Según el Diccionario Prehispánico del Español Jurídico (2020), viralizar se trata de un “proceso informático de difusión por el que se adquiere conocimiento de carácter masivo” (párr. 1). De acuerdo al Diccionario Libre (2016), esta palabra se refiere a “volver viral un video o contenido a través de las redes sociales. Lograr que esa información se vuelva masiva” (párr. 1).

Es así, que los retos virales o *challenges*, en inglés, “son acciones que se proponen en el entorno digital y buscan animar a los usuarios a llevarlas a cabo, para grabarse y colgarlo en sus redes sociales...; cuyo objetivo es conseguir el mayor número de visitas, *likes*, comentarios y *followers*” (Content Factory, 2019, párr. 2).

El Heraldo (2020) indica que estos se presentan como “simples juegos entre amigos, que pueden incluir actividades peligrosas con la finalidad de agradar a sus seguidores en redes sociales” (párr. 4) y que “en ocasiones provoca lesiones graves o la muerte” (Gaptain, 2020, párr. 2).

Aunque el estudio realizado a 2205 adolescentes noruegos de 16 a 19 años de edad, indicó que “las principales fuentes de información de salud relacionada con la COVID-19, fueron la televisión (86%), la familia (81,1%) y los periódicos (59,8%) (Riiser, et al., 2020, p.5); existió un incremento de la ansiedad.

En este sentido, Ferreira Deslandes y Coutinho (2020) describieron que, de acuerdo a los resultados de la encuesta de Google Trends, existió un incremento en la búsqueda de “desafíos en línea” tras el aislamiento social en el contexto de pandemia; por lo tanto, “los desafíos online implican algún tipo de autolesión” (p. 2482) y este contenido es fácilmente encontrado en YouTube y otras redes sociales.

2.2. ¿Por qué se viralizan los retos en los adolescentes?

“Los desafíos se tornan virales en cuestión de horas, se difunden mediante el uso de *hashtags* seguidos de la palabra *challenge* (#Challenge)” (Jacquier, 2019, p. 197), debido a la gran velocidad con la que trascienden “a través de las redes sociales y herramientas de mensajería instantánea (WhatsApp y Messenger)” (Jacquier, 2019, p. 197).

“Estos retos generalmente comienzan como una broma entre *youtubers* o *instagramers* a la que se suman sus seguidores y que posteriormente se viralizan, hasta el punto de que tanto celebridades como personas anónimas, participan” (López, 2019, párr. 2). Por lo tanto, estos pueden ser ejecutados por cualquier usuario (Bigas, 2017).

Cantero adopta el término de metalenguaje, en virtud de que el lenguaje audiovisual está conformado “por sus potencialidades, capacidad de síntesis, manejo de los sentidos y la percepción, la capacidad para decretar en el individuo una realidad parcial” (2018, p. 48), lo que hace posible que cierto tipo de información se difunda con facilidad y que pueda ser entendida en un determinado contexto.

El consumo del contenido difundido en redes sociales se debe a que los *influencers* publican respecto a algo en concreto, lo que influye en los usuarios, quienes tienen el poder de que algo se convierta en tendencia, de manera que se mantengan en un cambio constante (Gallardo, 2017).

Además, los *influencers* publican contenido que posibilita el ocio de sus seguidores, debido a “la sensación de haber sido elegidos y no impuestos a la audiencia, mayor credibilidad y empatía, lenguaje audiovisual más cercano y un mensaje que llega a un público global” (Gallardo, 2017, p. 131).

Uno de los mayores desafíos a los que se enfrentan los adolescentes es la aceptación dentro de un grupo, por lo que, en muchas de las ocasiones, se ven presionados socialmente a realizar algo para ser en efecto, aceptados. Sin embargo, dicha presión trae consigo consecuencias como inseguridad sobre sus pensamientos, aspecto físico u otros, así como, una autoestima baja, sentimientos de inferioridad y la ausencia de opiniones y creencias propias, lo que provoca que existan más personas superficiales (La Vanguardia, 2020).

Las personas de menor edad son más vulnerables a utilizar las redes sociales de forma intensa y crítica con el objeto de satisfacer su necesidad de permanecer socialmente conectados y aceptados, lo que reafirma su sentido de pertenencia (Ostendorf, et al., 2020).

En la entrevista realizada a la psicóloga clínica Mónica Llanos, señala que existen dos factores que incitan a realizar los desafíos: “el primero es el temor a perder algo, como la estima o prestigio; el segundo es la posibilidad de ganar algo, por lo que hay que arriesgarse” (El Universo, 2020, párr. 12).

De acuerdo a Enric Soler, los adolescentes son más propensos a participar en los retos, debido a sus “necesidades gregarias, por lo que al realizar estos retos, se sienten integrados en su mundo” (ABC Padres e Hijos, 2021, párr. 2); sin embargo, no es la única razón, pues quienes se encuentran dentro de una familia muy poco expresiva en cuanto a sus sentimientos, con escasas formas de afrontamiento ante las pérdidas y el no contar con amistades (ABC Padres e Hijos, 2021, párr. 6), también son predictores para su ejecución.

Para Mireia Cabero hay 3 razones para participar en los retos virales: “solidaridad, sensación de pertenencia y su realización en equipo” (Bigas, 2017, párr. 5). De esta forma existe una motivación y una distracción pese al contexto virtual de pandemia por COVID-19.

2.3. Clasificación de los retos virales

Los retos que se han viralizado se muestran de forma polarizada. Por un lado, se encuentran los benéficos y por otro, los que se realizan en pro del entretenimiento o que conllevan algún tipo de lesión física (Orta, s.f.). Estos pueden ser ejecutados “de forma individual o grupal” (Jacquier, 2019, p. 198).

Es por esto, que a continuación se describe una clasificación en la que se unifican las propuestas de Jacquier (2019) y Juárez Escribano (2020).

- **Concientización o solidarios:** es una problemática que sensibiliza al público sin perjudicar físicamente a alguien. Un ejemplo es el *#IceBucketChallenge* o desafío del agua helada, que se volvió famoso en 2014, cuando las personas se grababan vertiéndose a sí mismos, un cubo de agua helada para concientizar acerca de la esclerosis lateral amiotrófica (Orta, s.f.). Otro ejemplo es el *Trashtag*

Challenge, que se trata de tomar una fotografía de un lugar lleno de basura, seguida de otra que esté limpio.

- **Destreza:** se dividen en dos. Por un lado se encuentran los inofensivos en los que se realiza alguna actividad física, como el *#FlipBottleChallenge* o desafío de la botella con agua, en el que hay que demostrar habilidad para que la botella lanzada, caiga verticalmente. Por otro, los perjudiciales en los que se llevan a cabo conductas físicas peligrosas, como *#CondomChallenge* o desafío del condón, en el que una persona se introduce un condón por la nariz y se saca por la boca.

- **Sociales:** son retos sin ningún componente peligroso para quienes lo realizan y pueden ser visualizados por todas las personas. Por ejemplo, en 2019 se popularizó el *#10yearChallenge*, en el que se exponen dos fotografías comparativas, una de hace 10 años y otra actual (Orta, s.f.).

- **Incívicos:** este tipo de retos no conllevan algún tipo de peligro físico, pero tienen acciones inadecuadas consideradas como inmorales e indecorosas, como es el caso del *#iceCreamChallenge*, en el que una persona llega a la sección de helados de un supermercado y graba cuando abre un envase de helado, lame el contenido y lo devuelve a la nevera para que alguien más lo compre.

- **Autolesivos:** se trata de poner en riesgo directamente la vida de quienes lo practican, por lo que generalmente se lo realiza individualmente, como el *#BlueWhaleChallenge* o reto de la Ballena Azul, que se describe a continuación.

2.4. Retos virales más practicados

Uno de los retos más controversiales es el de la Ballena Azul creado en Rusia en 2017. Este reto consiste en realizar “50 tareas en 50 días, que incluyen varios cortes en la piel con la forma del cetáceo, acercarse a precipicios, ver videos de terror durante largas horas hasta llegar al suicidio” (Juárez Escribano, 2020, p. 1274) “Todo ello, se registra a través de fotos o videos que se envían a una persona encargada o tutor” (Digipadres, 2019, p. 2). Esto ha afectado a “Europa en un 60% y a América Latina en un 25%” (Jacquier, 2019, p. 201).

Otro reto polémico es el de Momo, que se popularizó a mediados de 2018 (Digipadres, 2019), en el que un usuario agrega a los contactos de su teléfono móvil, un número que inicie con +81 (Japón), después se podrá observar la imagen inquietante de una mujer con enormes ojos y una gran sonrisa, de manera que se

entable una conversación por WhatsApp para cumplir con sus instrucciones; en caso de no ejecutarlas, el usuario será víctima de varias maldiciones (Juárez Escribano, 2020, p. 1273).

El abecedario del diablo se trata de decir una palabra que comience con cada letra del abecedario, mientras que otro participante hiere la mano del primer jugador con un objeto punzante, de forma que la herida incremente su intensidad (Juárez Escribano, 2020).

Por otro lado, existen retos que conllevan alguna acción en contra de sí mismos o de otra persona, por ejemplo, el Knockout Challenge, que consiste en golpear a un transeúnte y dejarlo inconsciente, mientras este hecho es grabado por otra persona (Juárez Escribano, 2020). También, se encuentra el reto del aliento del dragón, en el que se debe ingerir una cucharada de canela en polvo para ser expulsado por la nariz; sin embargo, esto provocó serios problemas respiratorios (Juárez Escribano, 2020).

Otro es el Vodka en el ojo se trata de verter esta bebida alcohólica en el ojo para alcanzar un estado de embriaguez con rapidez; sin embargo, resulta en la inflamación de estas partes (Juárez Escribano, 2020).

En Brasil, los *youtubers* publicaron el *Alcohol Gel Challenge*, en el que se puede inhalar, beber o prender fuego una vez que se ha ingerido el gel en alcohol; debido a que esta sustancia combate el coronavirus, sin embargo, los seguidores se exponen a un riesgo aún mayor (Ferreira Deslandes y Coutinho, 2020).

Fernando Barrio (2021) escribió un artículo en el diario digital *El Independiente*, respecto a otro reto, el *Blackout challenge* o desafío del desmayo, que se ha viralizado en TikTok, que consiste en contener la respiración hasta perder la consciencia y desmayarse; lo que ha provocado la muerte de varias personas.

En redes sociales se utilizan los *hashtags* #Ana (anorexia) y #Mía (bulimia), con el fin de divulgar contenido sobre la delgadez corporal al utilizar filtros y retoques, de manera que se promuevan los trastornos de conducta alimentaria. Pese a la problemática se invita a los padres de familia a acceder a la aplicación *Qustodio*, para administrar el tiempo y uso de Internet (Díaz, 2020).

Pero, existen otros retos que no necesariamente conllevan conductas autolesivas, sino que tienen como fin, el entretenimiento, como es el caso de *In My*

Fellings Challenge, que consiste en bajarse del auto en marcha y bailar la canción de Drake que se titula de la misma forma (Juárez Escribano, 2020).

De acuerdo al artículo elaborado por el periódico digital *Las Provincias* (2021), existe un reto viral que consiste en grabar la reacción de los padres al ver un piercing falso a base de imanes en el cuerpo de sus hijos. Debido a esto, dos menores de 11 y 13 años en Reino Unido, requirieron de una intervención quirúrgica para extraer dichos imanes de sus estómagos. (Las Provincias, 2021).

El reto de las 48 horas consiste en desaparecer sin previo aviso sin tener contacto con ninguna otra persona durante este tiempo, de modo que aparezcan en las listas de personas desaparecidas publicadas en redes sociales; todo ello con el fin, no solo de generar preocupación en la familia, sino también, obtener más menciones o publicaciones (Vargas, 2021).

Otro de los retos de TikTok que ha llamado la atención es “Dime que tienes hijos sin decir que los tienes”, en el que una madre invita que otros padres expresen que la realidad de tener hijos no es perfecta como se muestra en Instagram. Los usuarios comparten videos para mostrar sus billeteras vacías, el cambio de su cuerpo tras la maternidad, entre otros (La Vanguardia, 2021).

2.5. Consecuencias

La información previamente revisada sugiere que la principal consecuencia es el analfabetismo digital, que puede ser entendido como el desconocimiento en el manejo e interacción con los dispositivos como celulares, Tablet o computadoras; así como también, la poca o nula discriminación del contenido difundido en Internet por parte de los usuarios (Álvarez, et al., 2019).

Según el INEC (2018), el analfabetismo digital corresponde “al 10,7% de personas de 15 a 49 años que no tienen un celular activo, que en los últimos 12 meses no han utilizado una computadora o Internet” (p. 32). Sin embargo, “el 92,0% de la población de 5 años en adelante usan celular y redes sociales; en tanto que el 36,0% utiliza redes sociales desde su Smartphone” (p. 35). En la Encuesta Multipropósito - TIC 2019, se afirmó que “el analfabetismo digital en personas de 15 a 49 años aumentó: 10,6% para hombres y 12,1% para mujeres” (INEC, 2019, p. 33).

Por lo tanto, es preciso educar para contrarrestar este aspecto. De acuerdo a Moreno López, et al. (2017), “la alfabetización digital es la capacidad de acceder, comprender y utilizar redes informáticas, a través de cualquier dispositivo tecnológico...; así como de un proceso de aprendizaje de navegación en la red que permita buscar y utilizar correctamente la información” (p. 13).

Otra consecuencia es la desinformación que hace referencia a las noticias falsas o *fake news*, que son manipuladas de forma intencionada (ONU México, 2020). Este hecho provoca la expresión libre de opiniones y emociones de los consumidores de una determinada historia; sin embargo, la publicación de memes es otra forma de viralizar cierto tipo información, gracias al anonimato, que de alguna manera protege la identidad propia y real, así como, la sátira de alguien o algún acontecimiento del momento; de esta manera, los bulos se convierten en lo más consumido por los usuarios (Caro Samada, 2015; Rodríguez Fernández, 2021).

La infodemia es otra consecuencia, definida por la OMS como la “sobreabundancia de información, alguna rigurosa y otra no, que hace que para las personas sea difícil encontrar recursos fidedignos y una guía de confianza cuando la necesitan” (Naciones Unidas, s.f., párr. 5).

El análisis de Ballesteros Herencia (2020) “detectó un alto nivel de *engagement* de los vídeos subidos en TikTok, pues cuentan con una media de 27 mil interacciones con cada post” (p. 178) y “comprobó cómo ocho de las diez etiquetas con mayor número de interacciones fueron “no oficiales” (p. 180).

Estos aspectos se asocian con el factor privacidad. Toda la información publicada a través de fotografías o videos, no requiere de un consentimiento formal, puesto que cada usuario se encarga de aceptar este requisito que podrá o no afectar a su identidad (Content Factory, 2019).

Toda red social digital permite la expresión de las emociones; sin embargo, las negativas son percibidas como menos apropiadas en plataformas más públicas como Facebook, Twitter e Instagram, en comparación con WhatsApp, al ser de carácter privada (Waterloo, et al., 2017).

Las experiencias afectivas en el uso de las redes sociales se relacionan con “4 dimensiones: autoexpresión, interacciones relacionales, exploración impulsada por intereses y navegación” (Weinstein, 2018, p. 3609).

Esto contribuye a que los adolescentes perciban efectos dinámicos, que varíen conforme pasan los días; así como la conexión permanente al perfil de otro usuario por envidia o admiración del contenido publicado, lo que genera “la dictadura del *like*, que consiste en hacer todo aquello que se considere necesario para obtener más popularidad” (ABC Padres e Hijos, 2021, párr. 3).

En este sentido, los retos forman parte de la expresión de la identidad de cada adolescente. El psicoanalista Ramón Ubieto asegura que no solo se trata de que el mundo vea el reto cumplido, sino también, de alcanzar nuevos récords, lo que conlleva a otro tipo de acciones como el “suicidio, bulimia, anorexia o autolesiones” (Barrio, 2021, para. 6).

Esto no solo provoca la exposición de los cibernautas, sino también, la vulnerabilidad en la que se hallan; y producto de ella, los adolescentes optan por conductas autolesivas, ideación suicida, suicidios fallidos o consumados; como consecuencias del uso indebido de las redes sociales, así como, la poca o nula regulación del consumo de información por parte de los padres o cuidadores a cargo.

A su vez, la exposición de datos personales en las redes sociales, permite que las marcas utilicen estrategias de marketing para que la comunidad consuma sus productos. Para ello, contratan a *influencers* o personas destacadas que cuenten con miles o millones de seguidores, de forma que el mensaje pueda ser transmitido de forma masiva; además, de poseer perfiles falsos, con el objeto generar mayor influencia respecto al producto ofrecido, en comparación con los de otras marcas (Wihbey, 2014).

Conclusiones del capítulo

Los retos virales se han convertido en una forma de expresión de la identidad propia de los adolescentes, a través de la autoexposición de fotos y videos en los que se vislumbran su realización; así como una nueva forma de entretenimiento y ocio. Sin embargo, existe la publicación de su contraparte, como son los retos virales peligrosos, que forman parte del contexto actual; por lo que la alfabetización en niños/as, adolescentes y adultos para la correcta utilización de la información que circula en Internet, es una estrategia importante para combatir este fenómeno.

CAPÍTULO 3

3. FACTORES PROTECTORES Y DE RESGO EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES

En este apartado se da a conocer lo que es la identidad digital; posteriormente, se detallan los factores protectores y de riesgo respecto al uso de las redes sociales para finalizar con la importancia de la implicación parental en la educación y control respecto a su utilización.

3.1. Aproximación conceptual de identidad digital

Los nativos digitales son aquellos que “nacen en un entorno digital” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 16). Utilizan los dispositivos tecnológicos con el objeto de entretenerse o de evitar el aburrimiento, lo que conlleva a la fácil comprensión del funcionamiento de cada dispositivo.

Ellos acceden y participan activamente en las redes sociales, lo que permite que cada persona se convierta en usuario de las mismas dentro del ciberespacio, con la posibilidad de crear perfiles tanto semejantes a su propia identidad real, como falsos, en los que muestre una versión mejorada del sí mismo; propio para el anonimato (Caro Samada, 2015). De este modo, se da paso a la construcción de la denominada, *identidad digital*.

Pérez Subías (2012) sugiere que este término se refiere a “aquellos rasgos de cada individuo que se encuentran digitalizados y que están a disposición de los demás” (p. 56), tanto de manera personal como profesional.

De acuerdo a Ruiz-Corbelli y Juanas-Oliva (2013) esta se conforma “a partir de la habilidad de gestionar con éxito la propia visibilidad, reputación y privacidad en la red, y que se va construyendo a partir de la propia actividad y de la de los demás en este entorno” (p.107). Por tanto, cada joven pretende obtener el reconocimiento, al “adoptar las características deseadas de cada grupo o persona” (Caro Samada, 2015, p. 192).

Caro Samada (2015) indica que la identidad digital se compone de dos características esenciales: “multiplicidad: el usuario puede tener diferentes perfiles virtuales en una misma Red social. Al mismo tiempo son polimorfos, lo cual hace referencia a la diversidad de formatos con las que esta se presenta” (p. 191).

Así pues, existen tres factores que inciden en su construcción: “el modo en el que la propia persona se muestra en Internet, la información generada por otros y aquellas relacionadas con las relaciones que establece el sujeto en la Red (por ejemplo, las reacciones y comentarios)” (Caro Samada, 2015, p. 195); es decir, que las opiniones de otros usuarios, facilita que un determinado perfil pueda ser encontrado con mayor facilidad (Pérez Subías, 2012).

De esta forma, la validación personal se alcanza, a través de las impresiones que otros usuarios perciben de un perfil en específico y construye un espacio preciso para la interacción respecto a los comportamientos o características de dicho perfil (Caro Castaño, 2012).

La publicación de la información personal en las redes sociales se enfrenta con la barrera de la privacidad, puesto que esta queda anulada en la mayoría de los casos. Aunque, los adolescentes generalmente no comparten “asuntos penosos o de sufrimiento..., como: conflictos familiares, complejos de inferioridad, sentimientos de exclusión y fantasías sexuales” (Winocur, 2012, p. 84); ocurre algo diferente, particularmente, con los estados de ánimo generados a través de metáforas o ironías, debido a que no necesariamente cuentan con un destinatario específico (Winocur, 2012).

Por ello, es preciso enfatizar que toda publicación permanece en Internet y sobrepasa la barrera de lo privado a lo público; por lo tanto, la información que brinde un usuario puede ser encontrada por otro, lo que repercute en su propia imagen y reputación (Ruiz-Corbella y Juanas-Oliva, 2013); además, provoca un “ambiente ideal para actos criminales” (Calva-Nagua et al., 2019, p. 33), que se detallan en el siguiente inciso.

3.2. Descripción de los factores protectores y de riesgo en el uso de las redes sociales

El uso de la tecnología se ha vuelto indispensable para comunicarse con otros, informarse, compartir información personal, participar de videojuegos y en la compra-venta de aquello que implica una necesidad (Díaz-Bohórquez, 2018).

Pacheco-Amigo et al. (2018) informó que “el 98% de adolescentes mexicanos afirmó la inexistencia de riesgos en Internet... y que el 86% ha creado cuatro o más cuentas en una red social” (p. 13). Esto podría sugerir que la población infanto-

juvenil desconoce la magnitud de la vulnerabilidad a la que se exponen, una vez que comparten su información personal.

Para entender lo que motiva a la población adolescente a participar en actividades que contengan algún riesgo, es importante mencionar al artículo publicado por la organización “healthychildren”, (Healthychildren.org, 2020) que indica que, el cerebro de cada adolescente continúa en desarrollo hasta los “25 años aproximadamente, por lo que la corteza prefrontal, zona encargada del pensamiento racional, aún no se encuentra totalmente desarrollada. Por esta razón los adolescentes son naturalmente más impulsivos y tienden a actuar antes de pensar totalmente en las consecuencias” (healthychildren.org, 2020, párr. 3).

En este sentido, Crone (2019) manifiesta que, aquellos adolescentes que se desarrollan en un entorno con recompensas tienden a la hiperactividad del sistema límbico, lo que explicaría su deseo por la participación en situaciones nuevas y desafiantes, de forma que en varias ocasiones no experimentan una señal de alerta ante el peligro de una situación.

3.2.1. Descripción de los factores protectores y de riesgo

Para abordar la temática en cuestión, hay que tener en cuenta las definiciones correspondientes. En el ámbito de la salud mental, un factor protector hace referencia a los “recursos personales, sociales, institucionales y ambientales (biológicos, psicológicos y socioculturales) que favorecen su desarrollo y aumentan su resiliencia o capacidad para sobreponerse a los distintos contratiempos o tragedias a las que se enfrenta e incluso salir fortalecido de la experiencia” (Spenagaricano, 2010, párr. 1).

Por el contrario, un factor de riesgo en el ámbito de la salud se refiere “al hecho o la circunstancia que incrementa las probabilidades de que un individuo sufra un determinado problema o contraiga una enfermedad” (Pérez Porto y Gardey, s.f., párr. 2).

Un primer aspecto a tener en cuenta es el nivel de exposición de los usuarios. Huang, et al. (2014) indicó que la exposición en línea de comportamientos arriesgados, como el consumo de sustancias o contenido sexual, está fuertemente influenciada por el grupo de pares, de forma que se promueva la participación en este tipo de prácticas por parte de los adolescentes.

De acuerdo al estudio realizado a 1563 estudiantes de 15 años de edad de las escuelas secundarias del sur de California, señaló que los adolescentes cuyos amigos publicaban fotos de fiestas o la ingesta de alcohol en Myspace, eran más propensos a fumar y consumir alcohol como conductas de riesgo (Huang, et al., 2014).

Además, los adolescentes evitan que personas adultas cercanas se involucren en sus perfiles de redes sociales, como es el caso de sus familiares, porque no quieren que sepan sus actividades (Almansa Martínez, et al., 2013).

Con respecto a esto, el 95% de los adolescentes españoles emplearon su nombre real, a pesar del peligro inminente de que alguien los encuentre y se aproveche de su situación. Sus perfiles mantuvieron activa la opción de vista al público, puesto que desconocían la configuración de su privacidad; sin embargo, ellos alegaron que en la red existen demasiados usuarios como para fijarse específicamente en uno. También, “publicaban menos de cinco comentarios al mes... y no se prestó interés en la filosofía, la religión y la política” (Almansa Martínez, et al., pp. 131-132).

Otro tipo de exposición es el corporal. El análisis de 400 coreografías subidas a TikTok, elaborado por Vizcaíno-Verdú y Tirocchi (2021), indicó que las mujeres mostraban en mayor parte, su busto y llevaban ropa muy ajustada al cuerpo; en tanto que los hombres exhibían sus glúteos. Además, una boca grande y mandíbula definida constituyeron un atractivo físico significativo, acompañado de movimientos sensuales durante el reto musical. Esto demuestra que los bailes se encuentran altamente auto-objetivados sexualmente.

Así pues, las redes sociales son una herramienta, en el que tanto perfiles de usuarios como de organizaciones o empresas, puede incidir en el comportamiento de forma masiva. Por ejemplo, en el análisis realizado de los mensajes de la cuenta de twitter JUUL, que promociona cigarrillos electrónicos, expuso que cuando se publica un mensaje, los adolescentes son los primeros en leerlo y compartirlo en sus redes, que generalmente están conformadas por su grupo de pares; por lo que se incrementa el riesgo de su uso (Chua, et al., 2018).

Un segundo factor en consideración es la imagen corporal publicada. Por su parte, Pérez-Torres et al. (2018) realizaron un análisis de 22 videos de 10 *youtubers*

en los que se abordaron el tema de la construcción de su identidad durante la adolescencia; hablaron acerca de los cambios físicos por los que pasaron, así como de los desafíos personales y sociales que representó la elección de su género y orientación sexual.

También, se observó cierta incertidumbre frente a su vocación, debido a la diversidad de información y opiniones respecto del futuro, además de las metas propias. Por último, se advirtió que una decisión que estuviera en desacuerdo con los objetivos planteados traería “ansiedad, malestar o falta de motivación” (Pérez-Torres et al., 2018, p. 68). El apoyo familiar incidió en la identidad de género, autoestima y autoconfianza; en tanto que las amistades y parejas representaron otra fuente de apoyo y configuración de grupos (Pérez-Torres et al., 2018).

En relación a esto, Pilgrim y Bohnet-Joschko (2019) señalan que los *influencers* promueven una imagen corporal ideal, vendida a través del concepto de felicidad y belleza, por efecto del consumo de los productos presentados en el contenido publicado. Sin embargo, las redes sociales pueden favorecer en la prevención de trastornos alimenticios, obesidad u otros trastornos mentales, que afectan principalmente, a adolescentes y adultos jóvenes.

De acuerdo al estudio realizado en Alemania en 2018, Instagram es una red social que influye directamente en la imagen corporal de los seguidores, debido a que los *influencers* dan a conocer en sus cuentas, consejos acerca de nutrición y ejercicio para obtener un cuerpo esbelto. Al mismo tiempo, el 88% de marcas promocionadas se relacionan con dieta y ejercicio; esto permite que los *influencers* consigan más seguidores por sus publicaciones atractivas para el público (Pilgrim y Bohnet-Joschko, 2019).

Un tercer aspecto es el ciberacoso o *ciberbullying*. De acuerdo a Bozzola, et al. (2019), esto es una manera de “intimidación realizada por una o varias personas, a través del uso de correos electrónicos, llamadas telefónicas, mensajes de texto, imágenes y/o videos; con el fin de infligir malestar, amenaza, miedo o vergüenza a la víctima” (p. 4). Pacheco-Amigo, et al (2018) afirma que “el 83% de adolescentes mexicanos, sobre todo del sexo femenino, ha sufrido algún tipo de ciberacoso” (p. 13).

De acuerdo al artículo realizado por Livingstone y Smith (2014) afirmaron que al menos uno de cada cinco adolescentes de Reino Unido podría sufrir algún tipo de ciberagresión, como el envío de mensajes hostiles (*flaming*); así como ser víctima de ciberacoso.

Asimismo, el análisis realizado en estudiantes universitarios entre 22 a 30 años del País Vasco, sugiere que “el 13,8% manifestaba razones relacionadas con el *ciberbullying*” (Cuervo y Etxague, 2021, p. 4).

El cuarto factor es el *sexting*, que se refiere al “intercambio de imágenes sexualmente sugestivas o de simples desnudos entre personas, adultos o niños, por medio de los celulares” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 26). Pacheco-Amigo, et al (2018) señalaron que “el 72% de adolescentes mexicanos ha participado en esta práctica” (p. 13).

Ochoa Pineda y Aranda Torres (2019) afirman que el mayor problema de esta práctica es la difusión de este tipo de contenido sin el consentimiento de las personas implicadas. Esto genera “aislamiento, culpa, rechazo, acoso entre adolescentes, entre otras” (p. 23). A pesar de este riesgo, esto constituye una forma de representar al cuerpo y por consiguiente, incita a participar fácilmente en encuentros sexuales, sumado a la necesidad de aprobación.

El quinto aspecto concerniente al *grooming*, “se da cuando un adulto se hace pasar por un menor de edad para engañar a otro y ganarse su confianza con el objeto de abusar de él” (Díaz-Bohórquez, 2018, pp. 25-26). Pacheco-Amigo, et al (2018) afirmaron que “47% de los adolescentes mexicanos fueron víctimas esta práctica; sin embargo, solo el 2% comunicó algún adulto lo sucedido” (p. 14). Esto ocurre en 4 fases (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 26):

1. Enganche: el adulto se hace pasar por alguien de su grupo de pares y contacta al menor a través de un mensaje para acceder a su información.

2. Fidelización: se gana la confianza del menor con detalles para construir una falsa relación de amistad.

3. Seducción: el adulto realiza propuestas sexuales al menor para que exhiba su cuerpo a manera de juego.

4. Acoso: el adulto manipula al menor con el objeto de solicitarle más contenido o dinero; a cambio de que no se publiquen las imágenes en Internet.

El ciberespacio admite la presencia de otros tres factores: “el *gossiping* o la creación de espacios (foros, chats, grupos, etc.) en los que se comentan rumores de forma anónima; así como el *phishing* o engaño, dirigido a revelar datos personales confidenciales, como cuentas bancarias o contraseñas” (Ruiz-Corbella y Juanas-Oliva, 2013, p. 108), que afectó al “27,6% de jóvenes españoles” (Cuervo y Etxague, 2021, p. 4)

Por último, el *oversharing* es “la excesiva publicación de información de todo tipo, incluyendo la personal..., como direcciones, actividades, entre otras...; lo que pone en riesgo la intimidad y la privacidad de las personas” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 29).

Todo ello propicia a que la cibervictimización sea uno de los riesgos más importantes que enfrentan los adolescentes. Esto ocurre en la *sextorsión*, que hace referencia al ciberacoso en el que se utiliza “contenido sexual explícito para manipular, humillar y ejercer coerción sobre la víctima; por lo que se asocia con el uso problemático de Internet y las redes sociales, que acarrea consecuencias como depresión, conductas sexuales riesgosas y problemas de autoestima” (Tamarit, et al., 2021, p. 3).

Estos riesgos son generados por parte de personas que conocen directamente al usuario o de forma anónima, a través del contenido difundido por los dispositivos móviles, lo que dificulta emprender acciones eficaces para detener estos actos y desemboca que la víctima sienta ira, tristeza, frustración, vergüenza, entre otras (Livingstone y Smith, 2014; Díaz-Bohórquez, 2018). Pacheco-Amigo, et al (2018) informaron que “el 81% de adolescentes mexicanos han recibido material con contenido sexual” (p. 13).

Así pues, un estudio realizado en adolescentes de 12 y 16 años pertenecientes al País Vasco (España), sugiere que las mujeres adolescentes tienen más preocupaciones acerca de su imagen corporal, por lo que las vuelve más vulnerables a sufrir algún tipo de cibervictimización sexual (Tamarit, et al., 2021).

De acuerdo al estudio practicado a adolescentes españoles entre 11 y 19 años mencionó que este riesgo se incrementa por el uso frecuente de redes sociales y

programas de mensajería instantánea, como WhatsApp o Facebook Messenger; así como el excesivo, poco o nulo control parental respecto a su utilización, lo que conlleva a conductas de riesgo como revelar información personal (Álvarez-García, et al., 2015).

La pandemia por COVID-19 ha provocado que incrementemente el uso de redes sociales por parte de los adolescentes. La utilización de imágenes editadas ha aumentado para que otros usuarios conozcan a un determinado perfil; por lo tanto, no es posible la corrección acerca de las distorsiones corporales propias, lo que conlleva a comparaciones sociales (Hamilton, et al., 2020). Además, los adolescentes que se sienten menos satisfechos con su imagen corporal publican imágenes retocadas, en virtud de sus ansiedades e inseguridades (Peris, et al., 2020).

A su vez, la exposición de imágenes de carácter sexual se asocia con el consumo de contenido pornográfico, que pueden incluir imágenes total o parcialmente desnudas de la población infantojuvenil, ya sea de personas reales o de caricaturas, al igual que representaciones de poses o relaciones sexuales violentas (Livingstone y Smith, 2014; Bohórquez López y Rodríguez-Cárdenas, 2014).

“Cuanto mayor es el riesgo sexual, se asociará con conductas adictivas o victimización..., lo que puede conllevar a la depresión y riesgo suicida.” (Ochoa Pineda y Aranda Torres, 2019, p. 23).

De acuerdo a Tamarit, et al. (2021) “tanto el sexteo erótico como el pornográfico son factores de riesgo importantes para la victimización sexual en línea, incluida la *sextorsión* y el *grooming*” (p.13). No obstante, una autoestima sana constituye un factor protector para confrontar estos fenómenos (Álvarez-García, 2015).

Otro aspecto que genera riesgo, es el temor a la suplantación de identidad del usuario con el que se mantiene una relación de amistad en redes sociales; así como la veracidad de la información recibida o ser víctima de algún tipo de agresión por el contenido publicado en el propio perfil (Bohórquez López y Rodríguez-Cárdenas, 2014)

Por otro lado, existe un factor que está relacionado con la manifestación de las emociones, creencias y opiniones *online*. Weinstein (2018) en su estudio,

sugiere que casi el 70% de los participantes describieron que en general, su experiencia fue positiva en las redes sociales. También, quienes afirmaron que Snapchat es su red social preferida, experimentaron emociones positivas, en comparación de quienes usan Instagram.

De acuerdo al estudio realizado por Bohórquez López y Rodríguez-Cárdenas (2014) en Colombia a 30 adolescentes entre 12 y 17 años de edad, señaló “la ausencia de una conexión emocional, aunque se presente el intercambio de información” (p. 328).

Pese a que el uso de los emoticones en los mensajes y otro tipo de códigos escritos, favorecen a la evasión de las inseguridades de los jóvenes; esto no permite la expresión de los sentimientos más profundos como sucede en la interacción presencial con el otro (Bohórquez López y Rodríguez-Cárdenas, 2014).

El mundo digital de ahora exige que todo contenido se transmita en tiempo real, de manera que los usuarios de las redes sociales puedan expresarse de forma inmediata, debido a la rapidez de respuesta; lo que incita a su uso excesivo, impulsivo y adictivo (Ruiz-Corbelli y Juanas-Oliva, 2013).

Así pues, el acceso directo a los dispositivos genera que los usuarios revisen constantemente las distintas aplicaciones y redes sociales que utilizan, así como, el factor de ser mujer, constituyen un riesgo elevado de un uso excesivo o de una posible adicción y por ende, de otro factor de riesgo (Bozzola, et al, 2019).

Este tipo de uso se relaciona de manera significativa con el empleo de las redes sociales, por lo que también se evidencian secuelas a nivel psicológico, como: distracción cognitiva, reducción de la concentración, procrastinación, bajo rendimiento académico, así como, dificultades en las horas y calidad del sueño; lo que provoca que los adolescentes se aburran casi de inmediato y que no ocupen su tiempo de manera productiva (Bozzola, et al, 2019).

McNamee, et al. (2019) practicaron un estudio en adolescentes de 10 a 16 años de edad en Reino Unido y señalaron que, la exposición superior a 3 horas diarias a redes sociales, incrementa los efectos negativos sobre sí mismos respecto a su autoestima; por lo tanto, resulta más perjudicial para su bienestar mental. Así también, esto se asoció a un mayor nivel de hiperactividad y déficit de atención.

Según un estudio realizado a jóvenes universitarios españoles entre 18 y 31 años sostuvo que el abuso de Internet y dispositivos móviles son predictores de ansiedad, depresión y problemas relacionados con una autoestima baja. Se estima que las mujeres tienen una mayor necesidad de permanecer en contacto con aquella persona que no se encuentra presente, lo que sugiere un uso elevado de los dispositivos (Estevez, et al., 2017).

De acuerdo al estudio practicado en estudiantes españoles entre 11 y 18 años, señaló que existe una tendencia al uso excesivo de las redes sociales por parte de las mujeres con más del 12% por encima de los hombres; del mismo modo, se atribuye una personalidad con alto nivel de neuroticismo, impulsividad y un autoconcepto bajo (Malo-Cerrato, et al., 2018).

Asimismo, en un estudio elaborado por Martínez-Ferrer y Moreno Ruíz (2017) en 9 centros de Enseñanza Secundaria Obligatoria en España a 1952 adolescentes con edades comprendidas entre 11 y 16 años, concluyó que el “uso excesivo de redes sociales virtuales se asocia con el aumento de expresiones de conductas violentas de tipo relacional hacia sus iguales” (p. 112); como por ejemplo, cuando alguien siente enfado, deja de hablarle o trata con indiferencia o desprecio a otra persona.

Además, este tipo de uso de los dispositivos móviles conlleva ciertas consecuencias físicas como dolores musculares y de cabeza, ciertas molestias oculares como irritación o disminución de la agudeza visual; además de inducir posturas incorrectas, lo que desata problemas cervicales (Bozzola, et al, 2019).

El uso problemático de Internet se relaciona directamente con la falta de apoyo familiar *offline* y por consiguiente, los adolescentes no aprenden a desarrollar habilidades que les ayuden en la regulación emocional, debido a que el mundo virtual ofrece la evitación experiencial (Gioia, et al., 2021). “El 26,8% de jóvenes españoles manifestó adicción o dependencia” (Cuervo y Etxague, 2021, p. 4).

Según Echeburúa (2012) existen ciertos factores de riesgo que aumentan la vulnerabilidad de adquirir una adicción por el uso de las nuevas tecnologías y las redes sociales; estas son: “la impulsividad, autoestima baja, intolerancia a estímulos displacenteros, búsqueda exagerada de emociones fuertes, estilo de afrontamiento

inadecuado de las dificultades, estado de ánimo disfórico, carencia de afecto..., cohesión familiar débil y relaciones sociales pobres” (p. 140-141).

De esta forma, Peris, et al. (2020) mencionan que el uso excesivo de redes sociales tiene repercusiones negativas como estados de ánimo negativos, problemas de concentración y poco interés en compartir tiempo con miembros de la familia y amigos. Además, indican que las mujeres utilizan sus dispositivos móviles para mantener la comunicación *online*, a través de Instagram y Facebook; en tanto que los hombres, manejan aplicaciones de juegos.

Peris, et al., (2020) explican que las mujeres adolescentes tienden a presentarse físicamente más atractivas en las fotos compartidas a través de redes sociales, debido a la presión que experimentan, lo que conlleva a un mayor riesgo de adicción.

De acuerdo al estudio realizado a adolescentes griegos con una edad promedio de 14,7 años, afirmó que los hombres son más proclives al uso problemático de Internet para recuperar información sexual, juegos interactivos y socialización, así como de presentar hiperactividad y problemas de conducta (Kormas, et al., 2011).

Aunque el estudio realizado a adolescentes españoles de 13 a 16 años muestra que la desinhibición, el neuroticismo y la extraversión son factores asociados directamente con el uso adictivo de los sitios de redes sociales; conforme la edad avanza, este tipo de utilización, disminuye (Peris, de la Barrera, Schoeps, & Montoya-Castilla, 2020).

Por el contrario, los factores protectores que se presentan frente a esta misma problemática corresponden a una autoestima alta, habilidades sociales y de comunicación, un estilo de afrontamiento realista y adecuado de las distintas situaciones y del estrés; así como la realización de actividades recreativas (Echeburúa, 2012).

En este sentido, según los resultados del estudio realizado a adolescentes alemanes con edades comprendidas entre 10 y 17 años, señaló que las elevadas competencias autorreguladoras en línea, como la regulación del propio comportamiento y tiempo *online*, se asocian de manera significativa con menos síntomas de uso problemático de las redes sociales (Ostendorf, et al., 2020).

Por lo tanto, este nivel exagerado de utilización de los dispositivos móviles ha generado el fenómeno del “*phubbing*”, que proviene del acrónimo en inglés de las palabras “teléfono” y “desaire”, definido como “el acto de ignorar a las personas en las interacciones sociales, debido al uso del teléfono inteligente, que afecta negativamente al nivel de comunicación y de satisfacción de la relación” (Chotpitayasunondh y Douglas, 2016, p. 10).

De acuerdo a la investigación realizada a personas entre 18 y 66 años en Canterbury (Reino Unido), el *phubbing* se ha normalizado dentro de la sociedad, debido a que las personas asumen que todos practican este comportamiento; por tanto, en algún momento la gente promueve este fenómeno con otros y al mismo recibe esta conducta, por lo que se vuelve recíproco (Chotpitayasunondh y Douglas, 2016).

Otra consecuencia del uso inadecuado de los dispositivos móviles es el *vamping*, en el que los jóvenes “permanecen despiertos hasta altas horas de la noche, mientras utilizan sus computadoras portátiles, móviles o Tablet... Esto genera cansancio, alteraciones del sueño, de alimentación, estrés y mal humor” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 31).

En contraposición a esto, el estudio practicado en adolescentes chinos entre 13 y 18 años señaló que un alto nivel de determinación en la personalidad, corresponde a un factor protector contra el uso problemático de Internet; en tanto que de haber victimización entre pares, puede considerarse como un factor de riesgo. Por ello, Internet no sirve como defensa virtual para protegerse de los sentimientos de soledad y del miedo sobre las interacciones sociales (Lan y Wang, 2020).

De acuerdo al artículo realizado por Arab y Díaz (2015), señaló que, el uso de Internet “estimula un mayor número de regiones cerebrales, aumenta la memoria de trabajo, produce una mayor capacidad de aprendizaje perceptual, permite manejar varios estímulos de manera simultánea y la habilidad para tomar decisiones rápidas” (p. 11).

La investigación realizada por Martín Herrera y Merino Cajaraville (2021) a 430 adolescentes españoles entre 14 a 17 años, sugiere que “el 78.6% de estudiantes, especialmente mujeres, tienen bastante interés en las noticias diarias”

(p. 1704), lo que podría representar un factor protector frente a la infodemia. “El 35,8% afirma leer noticias 1 o 2 veces por semana” (p. 1706). “Casi el 70% aseguró que consume noticias mientras navega en las redes sociales... el 33,3% decidió buscarlas” (p. 1709). La mayoría de jóvenes optó por no compartir las noticias por sus redes sociales o dar *like* o escribir comentarios; por el contrario, prefirió hablar con sus familiares y amigos.

Otros factores de riesgo corresponden a la infodemia y desinformación, definidas en el apartado anterior. El exceso de actividad comunicativa favorece la difusión de noticias falsas, debido a que la información se transmite con más relevancia a través de contactos más cercanos como familiares y amigos, lo que hace casi imperceptible que en redes como WhatsApp, se pueda controlar que estos contenidos se viralicen (Alonso González, 2019).

De acuerdo a Vosoughi, et al. (2018) las noticias falsas se difunden con mayor rapidez en un 70%, en virtud de que tienen contenido más novedoso y por ende entretenido, específicamente, la información política. Pacheco-Amigo et al. (2018) indicó que “el 86% de adolescentes mexicanos creen lo que se publica en las redes” (p. 13).

Martín Herrera y Merino Cajaraville (2021), mencionaron que “el 52,5% de los estudiantes españoles se consideró capacitado para identificar una noticia falsa publicada en Internet... El 66,3% de mujeres contrastaron la información para comprobar su veracidad” (p. 1711). La mayor parte de estudiantes dijo que su colegio no les instruyó adecuadamente para consumir noticias publicadas en Internet.

Aral y Walker (2014) realizaron un estudio experimental en el que se asociaron con una empresa para desarrollar una aplicación publicada en Facebook, que permitió a los usuarios, compartir información y opiniones sobre la industria cinematográfica. Luego de 44 días del experimento, se recolectó 7730 perfiles, que indicaron una mayor influencia sobre amigos de Facebook que estudian en la misma universidad o que viven en la misma ciudad.

Debido a la difusión masiva de contenidos a través de redes sociales, “las políticas públicas adoptadas por gobiernos o empresas podrían promover comportamientos positivos” en los usuarios que consuman información o productos

ofrecidos (Aral y Walker, 2014, p. 20). Mc Namee, et al. (2019), dijeron que hubo una “leve mejora en comportamientos prosociales y de relaciones con los compañeros” (p. 20).

La adolescencia es una etapa transitiva en la que se busca la identidad y que se acompaña de un sentido de pertenencia a un grupo; por lo que la exposición propia en las redes sociales es un recurso utilizado para ser aceptado, lo que desemboca en riesgos en los que los adolescentes pueden ser partícipes diariamente y que no se vislumbran a simple vista (Moreno López, et al., 2017).

Al publicar todo tipo de contenido en las redes sociales, en particular, los adolescentes no siempre diferencian lo que desean postear; de forma que se desencadena en un espacio apto para el ciberacoso, *sexting*, *grooming*, pornografía, ciberadicción, *oversharing*, entre otros aspectos que traen consigo, inseguridad respecto a la propia autoimagen (Arab et al., 2015; Astorga, et al., 2019; Díaz-Bohórquez, 2018).

En este sentido, Malo-Cerrato, et al. (2018) sugieren que los factores protectores del uso de redes sociales son “la responsabilidad con normas reguladoras de utilización y ser hombre; en tanto que los factores de riesgo corresponden al uso por distracción y diversión, así como una elevada percepción de consumo por parte de los hermanos” (p. 105).

Por ello, es necesario educar a los padres e hijos acerca de la privacidad y seguridad en el ciberespacio, de manera que se desarrolle una dinámica de aprendizaje integral, mutua y continua; así como también la promoción del uso responsable de las mismas, de forma que disminuya la probabilidad de sufrir suplantación de identidad, estafas o pérdida de información personal (Astorga-Aguilar y Schmidt-Fonseca, 2019).

3.3. Importancia de la implicación parental en el manejo de las redes sociales

La conexión permanente con las redes sociales permite la frecuente interacción entre los usuarios, al mismo tiempo que se reduce la interacción entre personas, que incluyen familiares, amigos y parejas; sin olvidar que son los padres, quienes facilitan el uso de algún dispositivo móvil para mantenerse en contacto con

sus hijos adolescentes cuando ellos están fuera de casa (Weinstein y Davis, 2015; Tamarit, et al., 2021).

Esto favorece a la presencia de la *nomofobia* o FOMO, su acrónimo en inglés, que hace referencia “al miedo no clínico de permanecer desconectado de Internet y no participar en interacciones sociales online, por lo que se asocia con la angustia emocional, lo que constituye un factor de riesgo para la adicción a Internet en la adolescencia” (Kuss y Griffiths, 2017, p. 8); lo que a su vez, provocaría un elevado nivel de impulsividad (Kuss y Griffiths, 2017).

Al ser esto una práctica frecuente en adolescentes, “el control y la educación parental se hace más acuciante que nunca, ya que es en el núcleo familiar donde los padres deben acompañar a sus hijos en el ámbito digital” (Juárez Escribano, 2020, p. 1279).

Así pues, la familia constituye el primer contacto de socialización infanto-juvenil, por lo que los padres son guías que educan a sus hijos en varios aspectos, permitiéndoles desarrollar sus habilidades y enfrentar los obstáculos propios de la vida. De ahí la importancia que desempeña el apoyo parental como un indicador de la calidad de la relación parento-filial, de manera que los hijos puedan adaptarse en la escuela, mantener una autoestima sana y desarrollar formas de socialización positivas (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010).

En la entrevista realizada a la psicóloga Alicia Banderas, se manifiesta la importancia del control parental sobre el manejo del contenido difundido en Internet y el uso de redes sociales; que por un lado, han permitido que los niños y adolescentes puedan expresarse, adquirir conocimientos y lidiar con la soledad y el aburrimiento. Por el contrario, existe más vulnerabilidad, debido a que se desconocen los peligros a los que se exponen, como, *sexting*, *grooming*, *cyberbullying*, el amor falso con el control excesivo de la pareja, las críticas y/o *likes* frente al contenido publicado, la utilización del anonimato y los retos virales; por lo que se normalizan distintas formas de violencia (Infosalus, 2021).

Por ello, se resalta el uso responsable de las redes sociales, en el que exista la implicación inevitable de la familia, para la transmisión de este conocimiento, así como la privatización de cierto tipo de información personal y el establecimiento

de límites, tanto de tiempo como de espacio, para su utilización (Ruiz-Corbella y Juanas-Oliva, 2013).

Moreno López, et al. (2017) concluyó que, luego de realizar encuentros entre padres e hijos para discutir las ventajas y desventajas del uso de Internet, mejoró la dinámica y la comunicación familiar.

Para que los hijos aprendan la correcta utilización de la tecnología, es importante que los padres sepan manejarla, de modo que puedan guiarlos y establecer normas de uso, como el tiempo, en lugar de prohibirla; con ello, se pretende que los niños/as y adolescentes sean críticos con la información publicada (Díaz-Bohórquez, 2018).

Es recomendable que se brinde la información pertinente sobre el uso responsable de las redes sociales, tanto a los adolescentes como a sus padres, de manera que se fomente más conciencia acerca de las consecuencias y riesgos que conlleva una práctica excesiva e ilimitada; de tal forma que tomen decisiones reflexivas y que eviten su manejo por miedo a la soledad (Bozzola, et al., 2019).

Por ejemplo, el estudio realizado a adolescentes de entre 11 y 19 años en Bélgica, presentó la aplicación de paquetes educativos que permitió la toma de conciencia de los riesgos de las redes sociales, divididos en tres: el primero fue de contenido, que contenía mensajes de odio; el segundo fue de contacto, que se refirió al establecimiento de amistades con distintos fines, incluido el sexual, y por último, fue el comercial, en el que se dio un uso indebido de la información personal. Esto sugirió la posibilidad del cambio en la configuración de la privacidad e información personal (Vanderhoven, et al., 2014).

Por otro lado, el artículo publicado por Branwen Jeffreys (2021) en la *BBC-News*, señaló que los niños y adolescentes se exponen a contenido pornográfico, debido a falta de una política que regule su acceso. En el mismo, se menciona que el profesor Neil Thruman “realizó una encuesta a 1000 jóvenes de 16 y 17 años e indicó que, el 63% encontró pornografía en las redes sociales y que el 46% utilizó un modo incógnito para evadir la verificación de edad” (párr. 21-24).

De acuerdo al estudio realizado a 211 adolescentes de Indonesia entre 15 y 23 años, existe una relación estrecha entre el grupo de pares y medios de información sobre el comportamiento sexual; sin embargo, si las figuras parentales

educan y brindan una atención adecuada a sus hijos, ellos podrán tener un comportamiento sexual positivo (Andriani y Mustikarini, 2019).

Por otra parte, de acuerdo al artículo publicado por Elinor Aspegren (2020) en el periódico digital *USA Today*, la COVID-19 ha traído consigo un grave problema, pues los adolescentes han tenido que adaptarse a permanecer en sus dispositivos durante horas, lo que ha provocado una socialización limitada, así como también, la imposibilidad de realizar actividades extracurriculares e inconvenientes en el rendimiento académico y/o deserción escolar.

No obstante, en el mismo se indica que es importante hacer suficiente ejercicio, dormir lo necesario sin dispositivos electrónicos y promover espacios en los que se pueda compartir con la familia, amigos y/o profesionales de la salud mental, de forma virtual y con las debidas precauciones (Aspegren, 2020). En este sentido, las autoridades han logrado informar a los adolescentes respecto a las medidas de bioseguridad utilizadas para el cuidado de su salud (Riiser, Helseth, et al., 2020), lo que representa una ventaja durante la pandemia y frente a la desinformación.

Por otra parte, un artículo publicado por Wendy Tuohy (2020) en el periódico digital *The Age*, recopiló las impresiones que dejó el documental titulado “El dilema social” realizado por Netflix; en el que se plasma una fuerte crítica acerca del uso de redes sociales en adolescentes. Una de ellas fue realizada por el psicólogo social Jonathan Haidt, quien indicó un incremento de “depresión, ansiedad, autolesiones y suicidios en preadolescentes y adolescentes” (párr. 7).

Un artículo publicado en el periódico digital *The Conversation* por Monserrat Gas-Aixendri y Marc Grau-Grau (2021), señaló que es preciso generar medidas preventivas que resguarden la seguridad de la población infantil y adolescente, debido al alto grado de vulnerabilidad al que se exponen con el uso de Internet. Por ello, es fundamental que exista un entorno familiar integrado, de manera que se garantice los vínculos estables entre sus integrantes, al mismo tiempo que se busque otras formas de entretenimiento y compartir más tiempo, así como, limitar el acceso a los contenidos publicados en Internet.

Por el contrario, existe un incremento en la sintomatología de depresión y ansiedad; además, de una disminución considerable en el nivel de satisfacción de

vida, provocado, sobre todo, por mayores conflictos parentales (Magson, et al., 2021).

Kuss y Griffiths (2017) recomiendan investigar el tipo de actividades online que realizan los adolescentes, como redes sociales, juegos, entre otras; en lugar de enfocarse en el medio de acceso, como computadora o dispositivos móviles.

Este acceso ilimitado ha generado que se presente el fenómeno del *sharent*, que se da cuando “los padres de familia publican fotos y acontecimientos de la vida de sus hijos desde que son muy pequeños, incluso antes de nacer..., como la primera ecografía” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 30); sin tomar en cuenta la privacidad de sus hijos.

Sin embargo, no es la única problemática que ha surgido; pues en países asiáticos se ha generado el fenómeno social llamado *Shakaiteki hikikomori*, que quiere decir que, las personas se recluyen socialmente de 1 a 4 años aproximadamente, por lo que evitan asistir a la escuela o el trabajo, e incluso, a su propia familia. El informe del gabinete japonés de 2016 mencionó que alrededor de 541,000 adolescentes y adultos jóvenes entre los 15 a 39 años formaban parte de esto; de modo que pasan su tiempo en videojuegos, redes sociales o revisan otro tipo de contenido en Internet, debido a las pocas habilidades sociales que poseían (Kato, et al., 2018).

Conclusiones del capítulo

El acceso ilimitado a las redes sociales ha favorecido que la comunicación se mantenga en tiempo real y casi de forma inmediata; pero también ha permitido que, cada usuario pueda manejarse desde su realidad o desde el anonimato para distintas finalidades.

Esto conlleva a que la población sea más proclive a convertirse en una cibervíctima del ciberacoso, *sexting*, *grooming*, *pishing*, *ovresharing*, el uso excesivo de redes sociales, entre otros tipos de riesgo; sin olvidar que, una autoestima sana, adecuadas formas de afrontamiento y vínculos estables con las figuras parentales, representan un medio de protección frente a esta problemática.

CAPÍTULO 4

4. METODOLOGÍA

En este capítulo se describe la metodología utilizada para la presente investigación, en el que se detalla el tipo de estudio, seguido de los objetivos; posteriormente, los criterios de selección. Finalmente, la estrategia de búsqueda con las ecuaciones de búsqueda y estudios correspondientes.

4.1. Tipo de estudio

La presente investigación se realizó a través de una revisión bibliográfica de los últimos 10 años, respecto a los factores protectores y de riesgo del uso de las redes sociales con un alcance descriptivo.

4.2. Objetivos

4.2.1. Objetivo General

Revisar la bibliografía de los últimos 10 años acerca de los factores protectores y de riesgo en el uso de las redes sociales en adolescentes.

4.2.2. Objetivos Específicos

- Determinar aquellos artículos que hablen de factores de riesgo del uso de las redes sociales en adolescentes.
- Establecer aquellos artículos que hablen de factores protectores del uso de las redes sociales en adolescentes.
- Resumir la información revisada respecto a este tema.

4.3. Criterios de selección

Para la respectiva revisión bibliográfica se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- Los artículos fueron tomados de las siguientes bases de datos: Dialnet, Redalyc, Hinari, BioMed Central y Scopus.
- Revisión de información expuesta en prensa.
- La información de artículos y de medios de comunicación deberán contener las siguientes palabras clave, tanto en español como en inglés: factores de riesgo o *risk factors*, factores protectores o *protective factors*, redes sociales o *social networks*, adolescencia o *adolescence*, retos virales o *challenges*, consecuencias o *consequences*.

- Los artículos serán revisados con año de publicación a partir de 2010.
- El contenido de cifras oficiales será tomado de los mismos artículos revisados o del INEC.
- Artículos de libre acceso.

4.4. Estrategia de búsqueda

La estrategia de búsqueda es una forma de indagar y acceder a un determinado tipo de información y está conformada por las ecuaciones de búsqueda, que se refiere a la “estructura resultante de la combinación de términos seleccionados (palabras clave), campos de búsqueda y partículas (operadores como y, o, no)” (Universidad de Alicante y CI2 Competencias Informáticas e Informacionales, s.f., p. 7).

4.4.1. Cadena de búsqueda

En esta investigación se utilizó una cadena de búsqueda, que es un conjunto de términos unidos por operadores (lógicos, como AND [Y], OR [O], o NOT [NO], y de proximidad) y ampliados o precisados por funciones especiales (paréntesis, truncamientos [*] y comodines) (Del Pino Casado, 2017, p. 5).

Así también, se usó el signo + para que los resultados incluyeran a todos los términos antes y después de este elemento (Marquina, 2018) en las bibliotecas previamente seleccionadas, como Dialnet, Redalyc, Hinari, BioMed Central y Scopus. Cabe mencionar que luego se añadieron los artículos encontrados en SSRN y del buscador de Google Académico.

Las ecuaciones de búsqueda estuvieron conformadas por términos, tanto en español como en inglés, que fueron utilizados en todas las bibliotecas digitales previamente mencionadas. Estas fueron las siguientes.

- “social network + risk factors + adolescence + challenges (viral challenges)”
- “redes sociales + factores de riesgo + adolescencia + retos (retos virales)”
- “risk factors + protective factors + social networks + adolescence”
- “factores de riesgo + factores protectores + redes sociales + adolescencia”
- “social network + risk factors + adolescence”
- “redes sociales + factores de riesgo + adolescencia”
- “social network + adolescence + challenges (viral challenges)”
- “redes sociales + adolescencia + retos (retos virales)”

- “redes sociales + adolescencia”
- “social network + adolescence”

A continuación, se detallan los estudios encontrados y relacionados a los objetivos planteados para esta revisión bibliográfica.

Base de datos	Artículo	Autores y año de publicación	País	Tipo de estudio	Muestra	Resultados
Dialnet	1. Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes	Belén Martínez-Ferrer y David Moreno Ruíz (2017)	España	Transversal	1952 adolescentes españoles entre 11 y 16 años.	Los resultados mostraron que los adolescentes con mayor dependencia de las RSV obtuvieron las puntuaciones más elevadas en violencia manifiesta y relacional (reactiva e instrumental). Además, los chicos y las chicas con alta dependencia de las RSV mostraron una implicación similar en conductas de violencia relacional (reactiva e instrumental), mientras que los chicos con alta dependencia mostraron mayor violencia manifiesta (reactiva e instrumental) (Martínez-Ferrer y Ruiz Moreno, 2017).
	2. Jóvenes, privacidad y dependencia en las redes sociales	María del Carmen García Galera, Jesús del Olmo Barbero y	España	Cualitativo	Jóvenes españoles de 18 y 24 años.	Los jóvenes se han convertido en ciudadanos digitales, puesto que necesitan estar permanentemente conectados. Ellos reconocieron que tienen una alta dependencia a las redes pero que no puede ser catalogada como adicción. Además, la red social de mayor uso está influenciada por la elección del grupo. Aunque la percepción de la privacidad aumenta con la edad, el hecho de compartir información

		Mercedes del Hoyo Hurtado (2018)				forma parte de esta conexión sin interrupciones (García Galera, et al., 2018).
	3. Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad	Cristel Astorga-Aguilar e Ileana Schmidt-Fonseca (2019)	Costa Rica	Revisión Bibliográfica	No aplica	La educación en ciberseguridad es primordial para que exista un aprendizaje acerca del uso responsable de las redes sociales, en la que participen tanto padres e hijos; de manera que conozcan las políticas de uso de las redes sociales, investigar y configurar la seguridad y privacidad de la cuenta o perfil y delimitar quiénes pueden acceder a los contenidos y publicaciones que hacen. Por ello, se requiere del monitoreo, acompañamiento y supervisión sobre el uso correcto de las redes sociales en línea, de modo que se eviten ciertos peligros, como la exposición a la pornografía infantil, acoso y <i>bullying</i> (Astorga-Aguilar y Schmidt-Fonseca, 2019).
	4. El desarrollo socioemocional del	Iván Castillo Ledo;	Cuba	Revisión Bibliográfica	No aplica	En la adolescencia se aprecia un incremento en el uso de las TIC, debido a que forman parte de la cotidianidad. Aunque esto conlleva cambios en la dinámica de

	adolescente ante los retos y desafíos de la informatización de la sociedad	Dinorah Janet Torres Lugo; Iriam Rojas Díaz; Nélida Águila Falcón (2019)				interacción social y familiar; es posible el aprendizaje de competencias emocionales, gracias al predominio del grupo de pares Castillo Ledo, et al., 2019).
Redalyc	5. Percepción de Amistad en Adolescentes: el Papel de las Redes Sociales	Catalina Bohórquez López y Diego Efrén Rodríguez-Cárdenas (2014)	Colombia	Cualitativo hermenéutico-interpretativo	30 adolescentes colombianos entre los 12 y 17 años de edad.	Los resultados indicaron que la configuración del concepto de amistad se realiza a partir de cuatro categorías: Empatía, Intimidad, Aporte al Crecimiento Personal e Incondicionalidad. También se encontró que las redes sociales, ayudan al mantenimiento de las relaciones de amistad, principalmente porque superan los límites espaciotemporales y aportan al establecimiento de nuevas amistades al facilitar la comunicación cuando se carece de habilidades sociales (Bohórquez López y Rodríguez-Cárdenas, 2014).

	6. Alfabetización digital a padres de familia en el uso de las redes sociales.	Nidia Milena Moreno López; Angie Carolina González Robles y Ana Carolina Torres Gómez (2017)	Colombia	Investigación-acción	6 padres de familia de la Institución Educativa Coopteboy de la ciudad de Tunja y sus hijos adolescentes de 14 a 17 años.	Los padres de familia consideraron que sus hijos utilizaban las redes sociales porque se encontraban desocupados, distraídos o para perder el tiempo; lo que provocó que los jóvenes se sientan rechazados y que luego manifestaran comportamientos inadecuados frente a ellos, al mismo tiempo generó cierta temor por sentirse vigilado y controlados por sus padres. Sin embargo, luego de los encuentros educativos entre ambas partes, se logró que reconocieran las ventajas y desventajas del uso inadecuado de Internet; así como la alfabetización digital que contribuyó en la disminución del distanciamiento intrafamiliar (Moreno López, et al., 2017).
	7. Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios	Mónica Isabel Hanna Lavalle; Mónica Mabel Ocampo	Colombia y México	Descriptiva, transversal, correlacional	400 jóvenes colombianos y mexicanos de 19 a 22 años.	354 (88,5%) de los universitarios tienen un dispositivo móvil con conexión a internet; 184 (46%) consultan entre 3 a 4 redes sociales, aproximadamente de 1 a 4 horas diarias 196 (49%). 157 (39.2%) manifestaron no ver afectada la academia por el uso de redes sociales. La salud general, en una escala de 0 a 100, obtuvo una puntuación de 58,5 por

		Rivero; Nadya María Janna Lavalle; María Carolina Mena Gutiérrez y Leydi Diana Torreglosa Portillo (2020)				los colombianos y de 38,3 en los mexicanos (Hanna Lavalle, et al., 2020).
Hinari	8. Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile	Sonia Livingstone y Peter Smith (2014)	Inglaterra (Reino Unido)	Revisión Bibliográfica	No aplica	Riesgos de acoso cibernético, contacto con extraños, mensajes sexuales (“ <i>sexting</i> ”) y pornografía en general afectan a menos de uno de cada cinco adolescentes. Las estimaciones de prevalencia varían según la definición y la medición, pero no parece estar incrementar sustancialmente con el aumento del acceso a las tecnologías móviles y en línea, posiblemente porque las tecnologías no suponen un riesgo adicional para el

	technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age					comportamiento fuera de línea, o porque los riesgos se compensan con un crecimiento proporcional en sensibilización e iniciativas de seguridad. Si bien no todos los riesgos en línea resultan en daños autoinformados, una variedad de efectos emocionales adversos y las consecuencias psicosociales son reveladas por estudios longitudinales. Este estudio identifica qué niños son más vulnerables que otros, la evidencia revela varios factores de riesgo: factores de personalidad (búsqueda de sensaciones, baja autoestima, dificultades psicológicas), factores sociales (falta de apoyo de los padres, normas de los pares) y factores digitales (prácticas en línea, habilidades digitales, sitios en línea específicos) (Livingstone y Smith, 2014).
	9. Dependencia emocional en el noviazgo y consecuencias psicológicas del abuso de	Ana Estevez; Irache Urbiola; Itzair Iruarizaga;	España	Correlacio- nal transversal	535 jóvenes españoles entre 18 y 31 años.	Los resultados muestran que habría diferencias de género en el abuso de móvil, depresión y autoestima. Además, la dependencia emocional se correlacionaría con el abuso de Internet y móvil, y ambos constructos se correlacionarían con ansiedad, depresión y autoestima. Finalmente, la dependencia emocional sería predictora del abuso de

	internet y móvil en jóvenes	Jaione Onaindia y Paula Jauregui (2017)				Internet y móvil, así como de la sintomatología ansiosa y depresiva, y de la autoestima, que también serían predictores del abuso de móvil e Internet (Estevez, et al., 2017).
	10. Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles	Sara Malo-Cerrato; María de las Mercedes Martin-Perpina y Ferran Vinas-Poch (2018)	España	Transversal	1102 adolescentes españoles de 11 a 18 años.	La prevalencia de uso excesivo fue del 12,8%, más en chicas que en chicos. El perfil de personalidad se caracterizaba por el neuroticismo, la impulsividad y menor autoconcepto familiar, académico y emocional; además de percibir elevado consumo de TIC en la madre y hermanos y no disponer de normas de uso define su perfil social. Los factores protectores fueron: la responsabilidad, tener normas de uso y ser chico, y los de riesgo: el uso de redes sociales para distraerse y divertirse, y la elevada percepción de consumo de los hermanos (Malo-Cerrato, 2018).
BioMed Central	11. Risk factors and psychosocial	Geogios Kormas; Elena	Grecia	Transversal	866 adolescentes griegos con una	Entre la población de estudio, las tasas de prevalencia del Uso Problemático de Internet (PIU) y PIU potenciales fueron 19,4% y 1,5%, respectivamente. La regresión

	characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: A cross-sectional study	Critselis; Mari Janikian; Dimitrios Kafetzis y Artemis Tsitsika (2011)			edad media de 14.7 años.	logística multinomial indicó que el género masculino (Odds Ratio, OR: 2,01; intervalo de confianza del 95%, IC del 95%: 1,35-3,00), así como el uso de Internet para recuperar información sexual (OR: 2,52; IC del 95%: 1,53-4.12), juegos interactivos (OR: 1,85; IC del 95%: 1,21-2,82) y socialización, incluido el uso de salas de chat (OR: 1,97; IC del 95%: 1,36-2,86) y correo electrónico (OR: 1,53; 95% CI: 1.05-2.24), se asociaron de forma independiente con la PIU y la PIU potenciales. Los adolescentes con PIU potencial tenían una mayor probabilidad de presentar concomitantemente problemas de hiperactividad (OR: 4,39; IC del 95%: 2,03-9,52) y de conducta (OR: 2,56; IC del 95%: 1,46-4,50). Además, la PIU adolescente fue significativamente asociado con hiperactividad (OR: 9,96; IC del 95%: 1,76-56,20) y conducta (OR: 8,39; IC del 95%: 2,04-34,56) problemas, así como desajuste psicosocial integral (OR: 8,08; IC 95%: 1,44-45,34) (Kormas, et al., 2011).
--	--	--	--	--	--------------------------	---

	12. Media use during adolescence: the recommendations of the Italian Pediatric Society	Elena Bozzola, Giulia Spina, Margherita Ruggiero, Davide Vecchio, Cinthia Caruso, Mauro Bozzola, Anna Maria Staiano, Rino Agostiniani, Antonello Del Vecchio, Giuseppe	Italia	Revisión Bibliográfica	No aplica	En la literatura, el uso de teléfonos inteligentes y tabletas puede influir negativamente en el desarrollo psicofísico del adolescente, como el aprendizaje, el sueño y la respiración. Además, se describen fenómenos de obesidad, distracción, adicción, ciberacoso y <i>Hikikomori</i> en adolescentes que utilizan dispositivos multimedia con demasiada frecuencia (Bozzola, et al., 2019).
--	--	--	--------	------------------------	-----------	--

		Banderali, Diego Peroni, Alberto Chiara, Memo de Luigi ,Renato Turra, Giovanni Corsello y Alberto Villani (2019)				
Scopus	13. Risk factors associated with cybervictimization in adolescence	David Álvarez-García; José Carlos Núñez Pérez;	España	Análisis de regresión logística multinomial	3180 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria de	Los análisis de regresión logística multinomial muestran que la edad, la victimización escolar <i>offline</i> , el control parental, las conductas de riesgo en Internet, el uso de redes sociales o programas de mensajería instantánea y la frecuencia de uso de Internet durante el fin de semana son factores de riesgo estadísticamente significativos tanto de

		Alejandra Dobarro González y Celestino Rodríguez Pérez (2015)			Asturias (España), entre 11 y 19 años.	cibervictimización ocasional como severa. La autoestima es factor protector de cibervictimización ocasional. Tener móvil propio, jugar <i>online</i> con otras personas y la frecuencia de uso de Internet de lunes a viernes son factores de riesgo de cibervictimización severa (Álvarez-García, et al., 2015).
	14. Problematic social-networks-use in German children and adolescents—The interaction of need to belong, online self-regulative competences, and age	Sina Ostendorf; Elisa Wegmann y Matthias Brand (2020)	Alemania	Análisis de regresión moderado	466 adolescentes alemanes de 10 a 17 años.	El análisis de regresión moderado reveló efectos significativos de la edad, necesidad de pertenencia (NTB) y competencias autorreguladoras en línea (OSRC). La interacción de tres vías también fue significativa (potencialmente causada principalmente por mujeres), con más síntomas del trastorno por uso de redes sociales que se encuentran en personas con NTB alto y OSRC bajo, especialmente cuando es mayor. Con un OSRC alto, los síntomas fueron significativamente más bajos tanto para los jóvenes como para las personas de edad avanzada que tienen altas NTB. Sin embargo, incluso si la NTB era baja, las personas mayores mostraban síntomas elevados de

						trastorno por uso de redes sociales si su OSRC era bajo (Ostendorf, et al., 2020).
	15. Parental attachment and problematic internet use among chinese adolescents: The moderating role of gender and grit	Xiaoyu Lan y Wenchao Wang (2020)	China	Análisis de regresión lineal	2677 adolescentes chinos de 13 a 18 años.	Los resultados de los análisis de regresión lineal mostraron que el apego paterno y la seguridad del apego materno se relacionaron negativamente con la Uso Problemático de Internet (PIU). Además, los análisis revelaron que los niveles más altos de determinación debilitaban contra PIU de los niños en el contexto de la seguridad del apego y de las niñas en el contexto de la inseguridad del apego paterno (Lan y Wang, 2020).
	16. Problematic internet use and emotional dysregulation among young people: A	Francesca Gioia; Valeria Rega y Valentina	Italia	Revisión Bibliográfica	No aplica	Los hallazgos revisados confirmó que las actividades problemáticas basadas en Internet podrían servir como una estrategia de afrontamiento desadaptativa para las personas con dificultades en la regulación de las emociones, ayudándoles a distraerse de las emociones negativas, escapar de la realidad, o regular los sentimientos de

	literature review	Boursier (2021)				soledad, depresión, ansiedad y estrés, a pesar de otras posibles consecuencias negativas y la creciente probabilidad de ser problemático participan en el uso de Internet (Gioia, et al., 2021).
	17. The impact of adolescent internet addiction on sexual online victimization: The mediating effects of sexting and body self-esteem	Alicia Tamarit; Konstanze Schoeps; Montserrat Peris-Hernández e Inmaculada Montoya-Castilla (2021)	País Vasco (España)	Correlacional	1763 adolescentes españoles de 12 a 16 años.	Los resultados mostraron que la adicción a Internet predice la victimización sexual en línea; específicamente, los mejores predictores de <i>sexting</i> , la sextorsión y la victimización por acicalamiento fueron síntomas de adicción a Internet y comportamiento <i>geek</i> . La autoestima corporal y el sexteo mediaron la relación entre la adicción a Internet y el sexo en línea como una forma de victimización en adolescentes. Estos resultados resaltan la importancia de atender a los adolescentes salud mental con respecto a su comportamiento en línea, considerando los factores de riesgo y de protección involucrados, debido a su estrecha asociación con la victimización sexual en línea (Tamarit, et al., 2021).

Google académico	18. Social Networks and Young People. Comparative Study of Facebook between Colombia and Spain	Ana Almansa Martínez, Oscar Fonseca y Antonio Castillo Esparcia (2013)	Colombia y España	Comparativo mixto	En Colombia, se analizaron 100 perfiles de Facebook y se realizaron 20 entrevistas a estudiantes entre 12 y 15 años de edad. En España, se analizaron 100 perfiles de Facebook y se realizaron 20 entrevistas a alumnos de las mismas edades.	Tanto en Colombia como en España, la mayoría de los adolescentes utilizan Facebook para interactuar con sus amigos; además, necesitan pertenecer a una red para presentarse de la manera más original posible, a través del lenguaje personalizado. Los adolescentes españoles y colombianos compitieron fotos que atrajeran la atención de su pareja, mediante poses sugerentes o retoques en las imágenes. Por lo tanto, existe una sobreexposición a las redes sociales, específicamente, un promedio de 114,6 imágenes por cada persona colombiana y 168, por cada española. El 95% de los adolescentes españoles utilizan sus nombres en sus perfiles de Facebook, mientras que en Colombia, solo el 55%. Casi nadie expresa afiliación a un partido político o religión. En Colombia, los adolescentes reconocieron que agregaron a incógnitas a su lista de amigos; mientras que en España la mayoría de los adolescentes declaró que solo aceptan
------------------	--	--	-------------------	-------------------	---	---

						personas que conocen, pero se demostró que esto era falso (Martínez, et al., 2013).
	19. Enseñar a los adolescentes los riesgos de las redes sociales: una propuesta de intervención en Secundaria	Ellen Vanderhove n; Tammy Schellens y Martin Valcke (2014)	Bélgica	Cuasi-experimental	Un grupo de control y tres grupos experimentales, con un total de 2071 alumnos entre 11 y 19 años.	Estos resultados indican que todos los cursos –incluyendo el curso sobre riesgos comerciales– tuvieron un impacto en el comportamiento de un número importante de adolescentes. No obstante, hay que subrayar que una gran cantidad de los adolescentes que asistieron a algún curso no realizó ningún cambio (Vanderhoven, et al., 2014).
	20. Peer influences: the impact of online and offline friendship networks on adolescent smoking and alcohol use	Grace C. Huang; Jennifer B. Unger; Daniel Soto; Kayo Fujimoto; Mary Ann Pentz; Maryalice	EE.UU	Longitudinal	1315 adolescentes estadounidenses de décimo grado.	La frecuencia de uso de los Sitios de Redes Sociales (SNS) por parte de los adolescentes y el número de sus amigos más cercanos en el mismo SNS no se asoció significativamente con las conductas de riesgo. Sin embargo, la exposición a imágenes en línea de amigos de fiestas o bebidas se asoció significativamente tanto con el tabaquismo ($\beta = .07$, $p < .001$) como con el consumo de alcohol ($\beta = .08$, $p < .05$). Mientras que los adolescentes con amigos bebedores tenían niveles más altos de riesgo de beber, los adolescentes sin amigos bebedores tenían más

		Jordan-Marsh y Thomas W. Valente (2014)				probabilidades de verse afectados por una mayor exposición a imágenes en línea de riesgo ($\beta = -.10$, $p < .10$). Myspace y Facebook tenían características de usuario demográficamente distintas y tenían efectos diferenciales sobre los comportamientos de riesgo (Huang, et al., 2014).
	21. Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos	Elías Arab y Alejandra Díaz (2015)	Chile	Revisión Bibliográfica	No aplica	Debido al uso y abuso de redes sociales, es indispensable que un adulto guíe, eduque, module y controle el acceso a todas las herramientas tecnológicas a las que se exponen los adolescentes y que constantemente se actualice en el manejo apropiado, para pueda cumplir con este rol. Aunque el abuso de las redes sociales se asocia con depresión, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, insomnio, disminución de las horas de sueño y del rendimiento académico; se ha visto que un uso supervisado, puede desarrollar sentimientos de competencia, reforzamiento de relaciones creadas <i>offline</i> , educación sexual, promoción y prevención en salud, así como el apoyo académico (Arab y Díaz, 2015).

	22. How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone	Varoth Chotpitayas unondh y Karen Douglas (2016)	Canterbury (Reino Unido)	Análisis de variables	251 participantes con edades comprendidas entre los 18 y los 66 años.	Los resultados revelaron que la adicción a Internet, el miedo a perderse y el autocontrol predijeron la adicción a los teléfonos inteligentes. Este camino también predijo la medida en que la gente siente que el <i>phubbing</i> es normativo, tanto a través de (a) la medida en que las personas son <i>phubbed</i> ellos mismos y (b) de forma independiente. Además, el género moderó la relación entre el grado en que las personas son <i>phubbed</i> y su percepción de que el <i>phubbing</i> es normativo (Chotpitayasunondh y Douglas, 2016).
	23. Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, Twitter, Instagram, and WhatsApp	Sophie F Waterloo, Susanne E Baumgartner, Jochen Peter, Patti M Valkenburg (2017)	Países Bajos	Correlacional	1201 jóvenes holandeses de 15 a 25 años.	La expresión de emociones negativas fue calificada como más apropiada para WhatsApp, seguida de Facebook, Twitter e Instagram. Para la expresión de emociones positivas, la idoneidad percibida fue más alta para WhatsApp, seguida de Instagram, Facebook, y Twitter. Además, se encontraron algunas diferencias de género, mientras que la edad mostró pequeñas variaciones (Waterloo, et al., 2017).

	24. The social media see-saw: Positive and negative influences on adolescents' affective well-being	Emily Weinstein (2018)	EE.UU	Mixto	568 encuestados y 26 entrevistados estadounidenses de 13 a 17 años.	En los autoinformes de encuestas (n = 568) describen el uso de las redes sociales como predominantemente positivo. El análisis de componentes indica además que las emociones positivas y negativas se forman componentes de respuesta ortogonal. En las entrevistas en profundidad con una submuestra de jóvenes (n = 26), seleccionados para la máxima variación, revelan que las experiencias afectivas pueden ser organizado en cuatro dimensiones funcionales. Las interacciones relacionales contribuyen a ambos cercanía y desconexión; la autoexpresión facilita la afirmación junto con la preocupación sobre los juicios de otros; la exploración impulsada por el interés confiere inspiración y angustia; y la navegación conduce al entretenimiento y al aburrimiento, así como a la admiración y la envidia. Todos los entrevistados describen experiencias afectivas positivas y negativas en múltiples dimensiones. Los análisis sugieren la relación entre el uso de la tecnología social y el bienestar, ya sea mejorado o degradado, no se limita a un “esto o lo otro” (Weinstein, 2018).
--	---	------------------------	-------	-------	---	---

	25. Los youtubers y la construcción de la identidad adolescente	Vanesa Pérez-Torres, Yolanda Pastor-Ruiz y Sara Abarrou-Ben-Boubaker (2018)	España	Cualitativo	22 vídeos de la plataforma YouTube.	El análisis ha dado lugar a varios códigos emergentes relacionados con la construcción de la identidad personal en la adolescencia. La mayoría de los mensajes sobre la identidad personal estaban orientados a transmitir la autodefinición que hace el <i>youtuber</i> sobre sí mismo y la relación de esa autoimagen con su identidad de género, orientación sexual e identidad vocacional. Además, la familia y los iguales aparecen en los vídeos, especialmente como proveedores de apoyo social. Los seguidores adolescentes incluyen mensajes de apoyo al <i>youtuber</i>, manifiestan su identificación con los mensajes y utilizan los espacios de comentarios para exponer sus experiencias personales, expresando las mismas inquietudes en la configuración de su identidad (Pérez-Torres, et al., 2018).
	26. Diagnóstico de utilización de Redes sociales:	Beatriz Mabel Pacheco-Amigo,	México	No experimental de tipo descriptivo	322 adolescentes mexicanos entre 12 y 15 años de edad.	En la muestra estudiada se pudo detectar en términos de porcentajes de frecuencia lineal una gran influencia en el uso de los medios de comunicación para desarrollar conductas inapropiadas a su nivel de desarrollo cognitivo,

	factor de riesgo para el adolescente	Jorge Luis Lozano Gutiérrez y Noemi González Ríos (2018)		de corte transversal-inductivo (enfoque mixto)		madurativo y social; asociándose a conductas de riesgo como lo son el acoso cibernético (83%), el <i>sexting</i> (72%) y <i>grooming</i> (47%), entre otros (Pacheco-Amigo, et., 2018).
	27. Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research	Katharina Pilgrim y Sabine Bohnet-Joschko (2019)	Alemania	Transversal no experimental	1000 publicaciones de <i>influencers</i> en Instagram	Los <i>influencers</i> se ganan la confianza y la amistad de sus seguidores al diseñar contenido visual centrado en la forma del cuerpo y técnicas de comunicación específicas. Identifican y definen la dieta y el ejercicio como factores a controlar para lograr la perfección corporal. Al consumir suplementos dietéticos y usar ropa deportiva de marca ajustada, los <i>influencers</i> prometen una forma simplificada de optimizar la apariencia como la clave de la felicidad. La publicidad directa y subrepticia de productos específicos de la industria constituye el foco comunicativo. Al mismo tiempo, los menores se identifican con los roles e ideales demostrados por los influencers y sus necesidades se satisfacen en varios niveles diferentes. Esto crea una

						relación de dependencia entre influencers y sus seguidores (Pilgrim y Bohnet-Joschko, 2019).
	28. Psychological risk factors that predict social networking and internet addiction in adolescents	Montserrat Peris; Usue de la Barrera; Konstanze Schoeps e Inmaculada Montoya-Castilla (2020)	País Vasco (España)	Análisis comparativo cualitativo de conjunto difuso	447 adolescentes españoles de 13 a 16 años.	Los resultados evidenciaron diferentes vías que explican cuatro tipos de adicción a Internet de los adolescentes: el género y la desinhibición fueron los predictores más relevantes de los síntomas de adicción; el género combinado con el atractivo físico explica mejor el uso de las redes sociales; el narcisismo y el neuroticismo parecen ser los predictores más relevantes del comportamiento <i>friki</i> ; y el narcisismo fue la variable que mejor explicó la nomofobia (Peris, et al., 2020).
	29. The intensive use of the internet by children and adolescents in the context of COVID-19	Suely Ferreira Deslandes y Tiago Coutinho (2020)	Brasil	Ensayo	Implicaciones del aislamiento social debido a la pandemia COVID-19 para el uso intensivo de internet entre niños	Durante la pandemia por COVID-19, se intensificó el uso de Internet, sin embargo, el exceso de tiempo en su participación, puede provocar adicción. Por lo tanto, esto es un aspecto que genera vulnerabilidad a los niños/as y adolescentes ante la violencia autoinfligida, como es el caso de los videos de libre acceso expuestos en YouTube, específicamente en los retos virales. El diálogo sin juicio es

	and the risks for self-inflicted violence				y adolescentes y sus posibles consecuencias para la práctica de la violencia autoinfligida.	una herramienta que permite entender las actividades en línea que realiza la población infanto-juvenil (Ferreira Deslandes y Coutinho, 2020).
	30. La propagación digital del coronavirus: Midiendo el <i>engagement</i> del entretenimiento en la red social emergente TikTok.	Carlos Ballesteros Herencia (2020)	España	Cuantitativo	28.234 vídeos que incluyeron alguno de los 18 hashtags relacionados con el coronavirus de la muestra seleccionada.	El empleo de los hashtags seleccionados creció aceleradamente para después mantenerse estable en torno a las 500 citas diarias. Se detectó un intenso índice de <i>engagement</i> con una media de 27 mil interacciones con cada post (Ballesteros Herencia, 2020).

	31. Consumo mediático en Internet de los adolescentes de la generación Z en la provincia de Sevilla	Inmaculada Martín Herrera y Alba Merino Cajaraville (2021)	España	Mixto	430 jóvenes españoles entre 14 y 17 años.	Los resultados muestran que existe un interés por parte de estos adolescentes hacia el contenido informativo, siendo la salud, el medio ambiente y la cultura los asuntos de mayor preferencia. Asimismo, suelen consumir las noticias por la tarde, dos o tres días a la semana y a través del teléfono móvil. Desde el punto de vista formativo, la mayoría de los estudiantes indica que en sus centros escolares no se desarrollan programas de alfabetización mediática, donde los formen para consultar información en internet de una manera segura y efectiva (Martín Herrera y Merino Cajaraville, 2021).
	32. Tiktokers y objetivación sexual de género en retos musicales	Arantxa Vizcaíno-Verdú, y Simona Tirocchi (2021)	Italia	Análisis descriptivo-correlacional	400 <i>tiktoks</i> , 200 femeninos y 200 masculinos.	Los resultados revelaron que, estadísticamente, la relación entre género y objetivación sexual era significativa en todos los casos, excepto en el de las coreografías y movimientos sensuales, posiciones sexuales y expresiones seductoras. En el resto de códigos analizados el género femenino destacaba. De este segmento sobresalían con diferencia la exposición de partes del cuerpo, el atractivo facial y el vestuario provocativo. En suma, la investigación introduce un nuevo fenómeno social caracterizado por la

						sexualización de sus protagonistas, donde las diferencias de género se acentúan entre la juventud, perpetuando el modelo mediático de la industria musical (Vizcaíno-Verdú, y Tirocchi, 2021).
	33. Percepción de riesgo de las redes sociales en alumnado universitario. Estudio de caso País Vasco - España	Sandra Cuervo e Itxaro Etxague (2021)	País Vasco (España)	Análisis mixto (estudio de caso)	123 españoles entre 22 y 30 años de edad.	En relación con las Redes Sociales que más utilizan, como primera opción que seleccionaron entre trece posibilidades, se encuentra WhatsApp con 74%, Instagram con 17,9%, YouTube con 4,1%, Twitter con 1,6% y, por último, Avaaz.org con un 0,8%. En referencia a las personas con las que más se comunican a través de las Redes Sociales, el 75,6% seleccionaron a los y las amigas y el 15,4% a la pareja, mientras que el 2,4% señaló la familia. En cuanto a las horas de permanencia en las Redes Sociales al día, el 43,9% dijo utilizarlas entre 3-4 horas, el 26,8% entre 1-2 horas, el 9,8% más de 6 horas y el 8,9% más de 4 horas. En cuanto a los riesgos en las redes sociales, el 13,8% del alumnado manifestaba razones relacionadas con el

						<i>ciberbullying</i> , el 26,8% con las adicciones o dependencias y el 27,6% con <i>phishing</i> , relacionado este con la pérdida de privacidad de sus datos en las Redes Sociales Sandra (Cuervo y Etxague, 2021).
SSRN	34. Tie Strength, Embeddedness & Social Influence: Evidence from a Large Scale Networked Experiment	Sinan Aral y Dylan Walker (2014)	EE.UU	Experimental aleatorio cuantitativo	Mensajes aleatorios enviados por 7730 perfiles de Facebook a sus 1,3 millones de pares.	Encontramos que tanto la unión como la fuerza del lazo aumentan la influencia. Sin embargo, la cantidad de interacción física entre amigos, medida por la aparición conjunta en las fotos, no tiene ningún efecto. Las personas experimentan un aumento del 0,6% en la influencia sobre sus compañeros por cada amigo que comparten con ese compañero. Los individuos ejercen un 125% más de influencia sobre sus compañeros por cada afiliación que comparten en común, un 1355% más de influencia en los pares con los que asistieron misma universidad, y un 622% más de influencia sobre los compañeros que viven en la misma ciudad actual (Aral y Walker, 2014).

	35. Social Media and Protection of Child Rights: A Study of Online Initiative of Cry	Raghavendr a Mishra (2016)	India	Análisis cuantitativo	Publicaciones de Child Rights and You (CRY) en Facebook, Twitter, Instagram, YouTube y Google+.	Los hallazgos sugieren que en las redes sociales, los perfiles de los activistas y organizaciones han intentado sensibilizar a la gente acerca de los derechos del niño, de manera que la ciudadanía esté informada para recibir ayuda, apoyo y acción respecto a esta temática (Mishra, 2016).
	36. JUUL: Spreading Online and Offline	Kar-Hai Chua, Jason B. Colditz, Brian A. Primack, Ariel Shensa, Jon-Patrick Allem, Elizabeth Miller, Jennifer B.	EE.UU	Análisis cuantitativo	3239 tweets de la cuenta oficial de Twitter de JUUL (@JUULVapor), que fueron <i>retuiteados</i> por 721 usuarios adolescentes y adultos.	Se determinó que una cuarta parte (25%) de los usuarios eran adolescentes. El análisis de redes sociales reveló una longitud de trayectoria máxima de 4 y una asortatividad positiva ($r = 0,29$). Había 25 (9%) instancias de un adolescente <i>retuiteando</i> contenido de otro adolescente, 35 (12%) de un adolescente <i>retuiteando</i> de un adulto, y 30 (11%) de un adulto <i>retuiteando</i> de un adolescente.

		Unger y Tess BoleyCruz (2018)				
	37. Influence of Peers, Family, Knowledge, Media Information on Adolescent Sexual Behavior	Adelia Pritha Andriani y Salma Mustikarini (2019)	Indone-sia	Cuantitativo	211 adolescentes entre 15 y 23 años.	Los resultados mostraron una relación positiva del factor-factor esperado. Dónde el valor de la variable t-count pares > 1.64 es igual a 7.765 > 1.64, Variables familiares > 1.64 del valor de la tabla t que es igual a 4.586 > 1.64. El conocimiento se adquiere valor t-count más grande que la tabla t hasta 2,125 > 1,64. Además, hay un comunicado de prensa información significativa que da como resultado roomates es igual a 2.361 > 1.64 (Andriani y Salma Mustikarini, 2019).
	38. Social Media Extensive Use and Emotional and Behavioural Outcomes in	Paul McNamee, Silvia Mendolia y Oleg	Reino Unido	Longitudi-nal	23.000 observaciones a más de 8.000 niños y adolescentes entre 10 y 15 años.	Los resultados muestran que el uso prolongado de las redes sociales (más de 4 horas por día) se asocia significativamente con una salud emocional más pobre y más dificultades de comportamiento y, en particular, disminución de la percepción de la autoestima y aumento de hiperactividad, falta de atención y problemas de

	Adolescence: Evidence from British Longitudinal Data	Yerokhin (2019)				conducta. Sin embargo, el uso limitado de redes sociales medios de comunicación (menos de 3 horas al día) tiene algún efecto positivo en las relaciones con los compañeros (McNamee, et al., 2019).
	39. Adolescents' health literacy, health protective measures, and health-related quality of life during the Covid-19 pandemic	Riiser Kirsti, Helseth Sølvi, Haraldstad Kristin, Torbjornsen Astrid, Kare Ronn Richardsen (2020)	Noruega	Transversal	2205 adolescentes noruegos de 16 a 19 años de edad.	Se indicó que la televisión (TV) y la familia son las principales fuentes de información sobre salud relacionada con la pandemia. El lavado de manos, el distanciamiento físico y la limitación del número de contactos sociales fueron las medidas reportadas con mayor frecuencia. La alfabetización en salud y el conocimiento sobre el lavado de manos se asociaron significativamente. Por cada unidad de aumento en la escala Alfabetización en Salud (HL), los participantes tenían un 5% más de probabilidades de socializar menos con amigos en comparación con lo normal. Las medidas de protección de la salud y la calidad de vida relacionada con la salud (HRQoL) establecidas como media, fue muy baja en comparación con las normas europeas. Estar en cuarentena o aislado y tener COVID-19 confirmado o sospechado se asociaron significativamente

						negativamente con la HRQoL, pero ver menos amigos de lo normal no se asoció. El HL se asoció significativamente de forma positiva con la HRQoL, aunque de menor importancia clínica (Riiser, et al., 2020).
	40. Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic	Natasha R. Magson, Justin YA Freeman, Ronald M. Rapee, Cele E. Richardson, Ella L. Oar y Jazmín Fardouly (2021)	Nueva Gales (Australia)	Longitudinal	248 adolescentes australianos entre 13 y 16 años de edad.	Los resultados sugieren que los adolescentes están más preocupados por las restricciones gubernamentales diseñadas para contener la propagación del virus que por el virus mismo, y que esas preocupaciones están asociadas con un aumento de la ansiedad y los síntomas depresivos y una menor satisfacción con la vida (Magson, et al., 2021).

Conclusiones del capítulo

La presente revisión bibliográfica permite realizar una investigación rigurosa, mediante la utilización de términos clave, necesarios para las distintas ecuaciones de búsqueda. Pese a que las bases de datos seleccionadas para este trabajo de graduación, contaron con miles de artículos, no todos se relacionaron particularmente, con los retos virales difundidos en redes sociales; así como el hecho de que no se pudo encontrar estudios practicados en Ecuador. Esto sugiere, la falta de investigación respecto a esta problemática, específicamente en este país.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La utilización de Internet y de las redes sociales se ha incrementado de manera significativa durante la última década; de modo que facilita la multiplicidad en su uso, como es el caso de la creación y desarrollo, tanto de perfiles adaptados para cada usuario, así como, la publicación de todo tipo de contenido. A su vez, esto provoca que la privacidad se convierta en uno de los aspectos principales con un alto grado de vulnerabilidad entre los internautas.

Uno de los fenómenos que ha tendido mayor relevancia son los retos virales, que empiezan como simples juegos, algunos inofensivos e inclusive con fines altruistas, en tanto que otros contienen conductas autolesivas o suicidas. Estos son captados por las cámaras de los *influencers* e incitan a que sus seguidores, también los realicen, debido a la facilidad de acceso.

Esto se relaciona directamente con la autoexposición de la identidad digital de cada usuario, quien adoptará diversos comportamientos con la finalidad de obtener un *like*, es decir, la aprobación de la comunidad *online*, que hace posible su existencia. Debido a la necesidad de filiación, los adolescentes son más susceptibles a participar de este tipo de desafíos; sin olvidar, que la corteza prefrontal continúa desarrollándose hasta la adultez temprana y que es una de las áreas encargadas de predecir las consecuencias de cada acción.

Estos fenómenos ameritan que la presente revisión bibliográfica, determine aquellos factores protectores y de riesgo respecto al uso de las redes sociales en adolescentes. Uno de los aspectos más afectados es la vulnerabilidad de la privacidad de cada usuario, convirtiéndole en una víctima potencial de ciberacoso, como consecuencia de la divulgación de información personal, lo que perjudica directamente a su identidad digital e inclusive, la real.

Otros de los peligros a los que se enfrentan los internautas, son el *sexting*, el *grooming*, el *pishing*, el *ovresharing*, el uso excesivo de redes sociales, entre otros; sin olvidar que este acceso ilimitado ocasiona también, la exposición a la infodemia y desinformación, así como a la pornografía.

Hay que destacar, que de acuerdo a la información revisada, se afirma que, conforme la edad se incrementa, la participación en este tipo de prácticas,

disminuye, puesto que, el cerebro alcanza su nivel de madurez, además de las habilidades sociales y de toma de decisiones que aprende cada individuo.

Por otra parte, una autoestima sana, adecuadas formas de afrontamiento y toma de decisiones, vínculos estables con las figuras parentales, así como estrategias de regulación emocional, conforman los factores protectores para enfrentar a estas problemáticas.

Es preciso recalcar que existe información pertinente a cada uno de ellos; sin embargo, no se presta la debida relevancia a estos aspectos, por lo que las campañas de concientización y programas vivenciales dirigidos, tanto a adolescentes como a padres y madres de familia o cuidadores, son una herramienta indispensable para prevenir que se involucren en este tipo de práctica; de manera, que disminuya el porcentaje de cibervíctimas de estos fenómenos e impedir que afecten a su salud mental.

Por lo tanto, las figuras parentales son los principales responsables en informarse y brindar una guía a sus hijos, concerniente a las temáticas actuales; así como al manejo adecuado de su privacidad, apoyados del sistema educativo que refuerce estos conocimientos y pueda ofrecer el acompañamiento apropiado a las víctimas de estos peligros.

Es importante enfatizar que muchos de los padres, madres o cuidadores desconocen acerca del uso correcto de los dispositivos móviles y por ende, de las redes sociales, así como de aplicaciones que ayuden en el control del acceso a Internet. Aunque este hecho los desconcierta, paradójicamente temen aprender nuevas cosas, lo que repercute en la manera de ver a sus hijos y de juzgarlos por ser de otra generación.

En particular, el contexto ecuatoriano está conformado por padres y madres trabajadores, cuyos hijos se encuentran al cuidado de otros familiares u otras personas, lo que dificulta aún más, la creación de un vínculo afectivo fuerte, así como la actualización, guía y control respecto al manejo de la tecnología.

Así también, la propia familia genera ambientes propicios para la nomofobia y el uso excesivo de dispositivos móviles, tanto para ellos como padres, madres o cuidadores, como para sus hijos.

Por ello, la alfabetización a toda la comunidad, es preciso para que se pueda ofrecer una correcta guía en el manejo adecuado de la información personal que circula por la red y advertir acerca de los peligros y consecuencias, que en el contexto actual de pandemia, se incrementan.

Por lo tanto, se requiere de un trabajo en conjunto con el sistema educativo, para que brinde el acompañamiento apropiado a los estudiantes y padres, madres de familia o cuidadores.

Asimismo, cada gobierno debe proponer y corroborar la ejecución de políticas públicas que protejan a todos los actores de la comunidad para evitar la suplantación de identidades o la exposición de información personal o contenido sexual sin el consentimiento del propietario o inadecuado, debido a que todos los usuarios de cualquier edad pueden acceder a este tipo de contenido.

Finalmente, es importante señalar que, en la presente investigación se pudo recopilar estudios que fueron realizados en diversas partes del mundo. Sin embargo, la falta de publicaciones a nivel nacional es un elemento que, por un lado, limita el acceso a datos regionales en relación a la temática planteada; y que por otro, invita a que la comunidad científica pueda estudiar estos fenómenos en esta población.

REFERENCIAS

- ABC Padres e Hijos*. (17 de Junio de 2021). Retos virales: ¿por qué los adolescentes cometen actos crueles o se juegan la vida? https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-retos-virales-adolescentes-cometen-actos-cruels-o-juegan-vida-202106161614_noticia.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F
- Agustinoy Guilayn, A. y Munclús Ruiz, J. (2019). *Aspectos legales de las redes sociales* (Segunda ed.). Madrid: Wolters Kluwer. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/118354>
- Almansa Martínez, A., Fonseca, O., y Castillo Esparcia, A. (2013). Social networks and young people. Comparative study of facebook between Colombia and Spain. *Comunicar: Revista Científica de Comunicación y Educación*, 20(40), 127-135. doi:<http://dx.doi.org/10.3916/C40-2013-03-03>
- Alonso González, M. (2019). Fake News: desinformación en la era de la sociedad de la información. *Ámbitos. Revista Internacional de Comunicación*(45), 29-52. doi:<http://dx.doi.org/10.12795/Ambitos.2019.i45.03>
- Álvarez, D., Jiménez, G., Arias, P. y Verdugo, D. (. (2019). El analfabetismo tecnológico o digital. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 4(2), 393-406. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/922/html>
- Álvarez-García, D., Núñez Pérez, J. C., Dobarro González, A. y Rodríguez Pérez, C. (2015). Risk factors associated with cybervictimization in adolescence. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(3), 226-235. doi:10.1016/j.ijchp.2015.03.002
- Anderson, M. y Jiang, J. (31 de Mayo de 2018). Teens, Social Media and Technology 2018. *Pew Research Center: Internet, Science & Tech*. <https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>
- Andriani, A. P. y Mustikarini, S. (2019). Influence of Peers, Family, Knowledge, Media Information on Adolescent Sexual Behavior. *Faculty of Economics, State University of Jakarta*, 1-16. doi:<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3316252>
- Arab, L. E. y Díaz, G. A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>
- Aral, S. y Walker, D. (2014). Tie Strength, Embeddedness & Social Influence: Evidence from a Large Scale Networked Experiment. *Social Influence and Tie Characteristics*, 1-30. doi:<http://dx.doi.org/10.1287/mnsc.2014.1936>
- Aspegren, E. (18 de Noviembre de 2020). Los adolescentes pegados a las pantallas en la pandemia de COVID necesitan dormir y chequear la realidad, dicen los

expertos. *USA Today*.

<https://www.usatoday.com/story/news/education/2020/11/18/covid-depression-anxiety-teens-tech-social-media/6311280002/>

Astorga-Aguilar, C. y Schmidt-Fonseca, I. (2019). Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad. *Revista Electrónica Educare*, 23(3), 1-24. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7016994>

Ballesteros Herencia, C. A. (2020). La propagación digital del coronavirus: Midiendo el engagement del entretenimiento en la red social emergente TikTok. *Revista española de comunicación en salud*, 171-185. doi:<https://doi.org/10.20318/recs.2020.5459>

Barrio, F. (31 de Enero de 2021). Retos virales extremos de TikTok: la amenaza para los adolescentes. *El Independiente*. <https://www.elindependiente.com/futuro/2021/01/31/retos-virales-extremos-de-tiktok-la-amenaza-para-los-adolescentes/>

Bigas, N. (07 de Junio de 2017). El carácter solidario, grupal y la atractiva identidad de los desafíos en las redes. *UOC*. <https://www.uoc.edu/portal/es/news/actualitat/2017/142-retos-virales.html>

Bohórquez López, C. y Rodríguez-Cárdenas, D. E. (2014). Percepción de Amistad en Adolescentes: el Papel de las Redes Sociales. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 325-338. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80434236007>

Bozzola, E., Spina, G., Ruggiero, M., Vecchio, D., Caruso, C., Bozzola, M., . . . Villani, A. (2019). Media use during adolescence: the recommendations of the Italian Pediatric Society . *Italian Journal of Pediatrics*, 45(149), 1-9. <https://ijponline.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s13052-019-0725-8.pdf>

Calva-Nagua, D. X., Galarza-Schoenfeld, A. S. y Sare-Ochoa, F. I. (2019). Las redes sociales y las relaciones inter-personales de las nuevas generaciones de ecuatorianos. *Revista Conrado*, 15(66), 31-37. https://www.researchgate.net/publication/330651816_LAS_REDES_SOCIALES_Y_LAS_RELACIONES_INTERPERSONALES_DE_LAS_NUEVAS_GENERACIONES_DE_ECUATORIANOS_SOCIAL_NETWORKS_AND_INTERPERSONAL_RELATIONS_OF_THE_NEW_GENERATIONS_OF_ECUADORIANS_Cita_sugerida_APA_sexta

Cantero, C. (2018). *Sociedad digital: razón y emoción*. Barcelona: Editorial UOC. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/106384>

Carceller Maicas, N. (2016). Jóvenes, salud y redes sociales. Instagram como herramienta de investigación en la comunicación de la salud. *MÉTODE Science Studies Journal*(88), 80-87. https://metode.es/wp-content/uploads/2016/02/88ES6_jovenes_salud_redes.pdf

- Caro Castaño, L. (2012). La encarnación del yo en las redes sociales digitales. *TELOS*, 91, 59-68. <https://fundaciontelefonica.com.ec/cultura-digital/publicaciones/253/>
- Caro Samada, M. (2015). Información y verdad en el uso de las redes sociales por parte de adolescentes. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 27(1), 187-199. doi:<https://doi.org/10.14201/teoredu2015271187199>
- Castillo Ledo, I., Torres Lugo, D., Rojas Díaz, I. y Águila Falcón, N. (2019). El desarrollo socioemocional del adolescente ante los retos y desafíos de la informatización de la sociedad. *Norte de salud mental*, 16(61), 35-45. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7103213>
- Chotpitayasunondh, V. y Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chua, K.-H., Colditz, J. B., Primack, B. A., Shensa, A., Allem, J. P., Miller, E. U. y Boley Cruz, T. (2018). JUUL: spreading online and offline. *Journal of Adolescent Health*, 63(5), 582-586. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.08.002>
- Content Factory. (25 de Febrero de 2019). ¿Qué se esconde detrás de los retos virales? *ABC*. <https://www.abc.es/contentfactory/post/2019/02/13/love-orange-popularidad-adolescente-y-recopilar-tus-datos-lo-que-esconden-los-challenges/>
- Correduría Inteligente. (6 de Mayo de 2019). Redes sociales: definición y características. *mpmsoftware.com*. <https://www.mpmsoftware.com/es/blog/redes-sociales-definicion-y-caracteristicas/>
- Crone, E. (2019). *El cerebro adolescente. Cambios en el aprendizaje, en la toma de decisiones y en las relaciones sociales*. Madrid: Narcea, S.A, de Ediciones .
- Cuervo, S. y Etxague, I. (2021). Percepción de riesgo de las redes sociales en alumnado universitario. Estudio de caso. *Symposium UNESCO DCMÉT*. <https://symposium.unesco-dcmet.com/wp-content/uploads/2021/05/Simposio-UQO-Texto-Sandra-Cuervo-e-Itxaro-Etxague.pdf>
- Del Pino Casado, R. (Noviembre de 2017). Cómo aprender (y enseñar) a realizar búsquedas en CINAHL y PUBMED. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/322977857_Como_aprender_y_ensenar_a_realizar_búsquedas_en_CINAHL_y_PubMed
- Díaz, M. (16 de Octubre de 2020). Internet y trastornos alimentarios: ¿Influyen las redes sociales en el incremento de los TCA? *ConSalud.es* https://www.consalud.es/pacientes/dias-mundiales/internet-trastornos-alimentarios-influyen-redes-sociales-incremento-tca_86721_102.html
- Díaz-Bohórquez, J. (2018). *Los desafíos de la familia en la era digital*. Bogotá: Universidad de La Sabana. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/116739>

- Diccionario Libre. (20 de Septiembre de 2016). Viralizar. *LLC*.
<https://diccionariolibre.com/definicion/viralizar>
- Diccionario Prehispánico del Español Jurídico. (2020). Viralizar. *dpej.rae.es*.
<https://dpej.rae.es/lema/viralizar>
- Digipadres. (23 de Agosto de 2019). Retos virales 2: peligros reales en mundos digitales. *ESET*. <https://digipadres.com/archivos/novedades/95/ESET-digipadres-retosvirales2-ESP.pdf>
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista española de drogodependencias*, 37(4), 435-447. https://www.aesed.com/upload/files/vol-37/n-4/v37n4_5.pdf
- El Heraldo*. (14 de Febrero de 2020). Retos virales en redes sociales / Editorial.
<https://www.elheraldo.com.ec/editorial-retos-virales-en-redes-sociales/>
- El Universo*. (13 de Septiembre de 2020). ¿Para quiénes son los retos de las redes sociales? <https://www.eluniverso.com/larevista/2020/09/07/nota/7969711/retos-redes-sociales-ninos-adolescentes-psicologia/>
- Escuela Ergon. (1 de Marzo de 2021). Las 10 redes sociales más usadas en el mundo. *escuelaergon.com*. <https://escuelaergon.com/las-10-redes-sociales-mas-usadas-del-mundo/>
- Estevez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J. y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en el noviazgo y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes. *Anales de Psicología*, 33(2), 260-268.
<https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.33.2.255111/211001>
- Ferreira Deslandes, S. y Coutinho, T. (2020). (2020). The intensive use of the internet by children and adolescents in the context of COVID-19 and the risks for self-inflicted violence. *Ciencia & Saude Coletiva*, 24(1), 2479-2486.
doi:<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020>
- Fresno Chávez, C. (2018). *¿Son eficientes las redes sociales?* Córdoba: El Cid Editor.
<https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/36742>
- Gallardo, J. (2017). El ocio espontáneo generado en las redes sociales y su relación con los medios tradicionales. En D. Muriel y R. San Salvador del Valle, *Tecnología digital y nuevas formas de ocio* (págs. 127-138). Bilbao: Universidad de Deusto.
<https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/44934>
- Gaptain. (5 de Octubre de 2020). *Retos virales, uno de los mayores peligros en internet para niños, niñas y adolescentes*. <https://gaptain.com/blog/retos-virales-peligros-en-internet/>
- García Galera, M. D., Del Olmo Barbero, J., y Del Hoyo Hurtado, M. (2018). Jóvenes, privacidad y dependencia en las redes sociales Grupo Interdisciplinario de E. *En*

II Congreso Internacional Move. net sobre Movimientos Sociales y TIC, 128-138.

https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/70629/Pages%20from%20actas_ii-congreso-internacional-movenet_candon-mena-10.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gas-Aixendri, M. y Grau-Grau, M. (25 de Mayo de 2021). La ley de protección a la infancia es necesaria, pero ¿qué ocurre sin prevención? *The Conversation*. <https://theconversation.com/la-ley-de-proteccion-a-la-infancia-es-necesaria-pero-que-ocurre-sin-prevencion-160232>

Gioia, F., Rega, V. y Boursier, V. (2021). Problematic internet use and emotional dysregulation among young people: A literature review . *Clinical Neuropsychiatry*, 18(1), 41-54. doi: doi:10.36131/cnfioritieditore20210104

Hamilton, J. L., Nesi, J. y Choukas-Bradley, S. (2020). Teens and social media during the COVID-19 pandemic: Staying socially connected while physically distant. 1-35. doi:<https://doi.org/10.31234/osf.io/5stx4>

Hanna Lavalle, M. I., Ocampo Rivero, M. M., Janna Lavalle, N. M., Mena Gutiérrez, M. C. y Torreglosa Portillo, L. D. (2020). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Revista Cuidarte*, 11(1), 1-14. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=359565269011>

Healthychildren.org. (28 de Septiembre de 2020). *Los peligros de los retos virales y las razones de su atractivo para los adolescentes*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/Dangerous-Internet-Challenges.aspx>

Huang, G. C., Unger, J. B., Soto, D., Fujimoto, K., Pentz, M. A., Jordan-Marsh, M. y Valente, T. W. (2014). Peer influences: the impact of online and offline friendship networks on adolescent smoking and alcohol use. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 54(5), 508–514. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.07.001>

INEC. (2018). Tecnologías de la Información y Comunicación. Encuesta Multipropósito - TIC 2018. [ecuadorencifras.gob.ec](https://www.ecuadorencifras.gob.ec). https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2018/201812_Principales_resultados_TIC_Multi proposito.pdf

INEC. (2019). Tecnologías de la Información y Comunicación. Encuesta Multipropósito - TIC 2019. [ecuadorencifras.gob.ec](https://www.ecuadorencifras.gob.ec). https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2019/201912_Principales_resultados_Multiproposito_TIC.pdf

Infosalus. (03 de Febrero de 2021). *Por que la relación de nuestros adolescentes con las pantallas puede ser peligrosa*. <https://www.infosalus.com/salud->

investigacion/noticia-relacion-adolescentes-pantallas-puede-ser-peligrosa-20210202081932.html

- Jacquier, D. (2019). Desafíos virtuales: la tensión entre el riesgo y la socialización. *Revista Sociedad*, 39, 188-205.
<https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/revistasociedad/article/view/5097>
- Jeffreys, B. (5 de Mayo de 2021). Father calls for pornography sites to require proof of age. *BBC - News*. <https://www.bbc.com/news/education-56993735>
- Juárez Escribano, M. B. (2020). La necesidad de clasificar los retos virales para establecer un sistema de prevención eficaz. *Aproximación periodística y comunicativa al fenómeno de las redes sociales*, 1267., 1267- 1280.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/65118733/APROXIMACION_PERIODISTICA_Y_EDUCOMUNICAT-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1623456205&Signature=Lydh6RGhklU~d3z8I~mKyExGM~qhQPc-MOeip6JeekT1szhtKQ85IY08PIRk8QLEix2Nns1dT3iLQrS5tqc4jHvNEDiHJXHEWAmpe0gFXy39WOEy~9
- Kato, T. A., Kanba, S. y Teo, A. R. (s.f.). Hikikomori: experience in Japan and international relevance. *World Psychiatry*, 17(1), 105-106.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/wps.20497>
- Kormas, G., Critselis, E., Janikian, M., Kafetzis, D. y Tsitsika, A. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11(1), 1-8. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1471-2458-11-595.pdf>
- Kuss, D. J. y Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International journal of environmental research and public health*, 14 (3), 1-17. <https://www.mdpi.com/1660-4601/14/3/311/html>
- La Vanguardia*. (18 de Mayo de 2020). La presión social siempre está presente.
<https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200518/481322514269/presion-social-siempre-presente.html>
- La Vanguardia*. (16 de Enero de 2021). "Dime que tienes hijos sin decir que los tienes", el reto de TikTok que ya es viral entre los padres.
<https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20210116/6171844/dime-tienes-hijos-decir-tienes-reto-tiktok-viral-padres.html>
- Lan, X. y Wang, W. (2020). Parental attachment and problematic internet use among chinese adolescents: The moderating role of gender and grit. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1-13.
doi:doi:10.3390/ijerph17238933
- Las Provincias*. (29 de Mayo de 2021). Alerta ante un peligroso reto viral de TikTok por el que se le han extirpado los intestinos a dos niños.

<https://www.lasprovincias.es/sociedad/alerta-ante-peligroso-20210528172348-nt.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.lasprovincias.es%2Fsociedad%2Falerta-ante-peligroso-20210528172348-nt.html>

- Livingstone, S. y Smith, P. (2014). Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635-654.
<https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/pdfdirect/10.1111/jcpp.12197>
- López, A. (19 de Marzo de 2019). *Todo lo que necesitas saber sobre los challenges de internet*. <http://alanaconsultores.com/que-es-challenge-de-internet/>
- Lorenz, C. (Julio de 2010). Definición de Red Social. *Definición ABC*.
<https://www.definicionabc.com/social/red-social.php>
- Magson, N. R., Freeman, J. Y., Rapee, R. M., Richardson, C. E., Oar, E. L. y Fardouly, J. (2021). Risk and protective factors for prospective changes in adolescent mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(1), 44-57. doi:<https://doi.org/10.1007/s10964-020-01332-9>
- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpina, M. y Vinas-Poch, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*, 26(56), 101-110.
<https://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=56&articulo=56-2018-10>
- Marquina, J. (25 de Enero de 2018). *20 comandos y operadores de búsqueda para exprimir al máximo a Google*. <https://www.julianmarquina.es/20-comandos-y-operadores-de-busqueda-para-exprimir-al-maximo-a-google/>
- Martín Herrera, I. y Merino Cajaraville, A. (2021). Consumo mediático en Internet de los adolescentes de la generación Z en la provincia de Sevilla. *La comunicación a la vanguardia: Tendencias, métodos y perspectivas*, 1695-1718.
https://www.researchgate.net/profile/Inmaculada-Martin/publication/351461539_Consumo_mediatco_en_Internet_de_los_adolescentes_de_la_Generacion_Z_en_la_provincia_de_Sevilla_Media_consumption_on_the_Internet_of_Generation_Z_adolescents_in_Seville_Spain/lin
- Martínez-Ferrer, B. y Ruiz Moreno, D. (2017). Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 105-114.
<https://revista.infad.eu/index.php/IJODAE/article/view/923/802>
- McNamee, P., Mendolia, S. y Yerokhin, O. (2019). Social media extensive use and emotional and behavioural outcomes in adolescence: Evidence from British longitudinal data. *IZA Discussion Paper*(12834), 1-46.
<https://ssrn.com/abstract=3510445>

- Mishra, R. (2016). Social Media and Protection of Child Rights: A Study of Online Initiative of Cry. *Media Mimansa, MCU*, 17-24. <https://www.mcu.ac.in/media-mimansa/2016/October-December-2016/mm-17-24.pdf>
- Moreno López, N. M., González Robles, A. C. y Torres Gómez, A. C. (2017). Alfabetización digital a padres de familia en el uso de las redes sociales. *Alteridad. Revista de Educación*, 12(1), 8-19. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467751868001>
- Naciones Unidas. (s.f). *La ONU contra la desinformación sobre el COVID-19 y los ataques cibernéticos*. <https://www.un.org/es/coronavirus/articles/onu-contra-desinformacion-covid-19-ataques-ciberneticos>
- Ochoa Pineda, A. C., & Aranda Torres, C. J. (2019). *Sexting. Signo de la identidad juvenil en la sociedad digital*. Almería: Universidad del Azuay; Editorial Universodad de Almería. <http://publicaciones.uazuay.edu.ec/index.php/ceuazuay/catalog/view/112/94/706-1>
- ONU México . (23 de Septiembre de 2020). La desinformación pone en riesgo la salud y aumenta la estigmatización, advierte la OMS. *onu.org.mx*. <https://coronavirus.onu.org.mx/la-desinformacion-pone-en-riesgo-la-salud-y-aumenta-la-estigmatizacion-advierete-la-oms>
- Orcasita Pineda, L. T. y Uribe Rodríguez, A. F. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia: Avances de la disciplina*, 4(2), 69-82. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090010>
- Orta, M. (s.f). Retos virales en internet y los famosos que se sumaron. *Publmetro*. <https://www.publmetro.com.mx/mx/entretenimiento/2019/01/15/retos-virales-en-internet-y-los-famosos-que-se-sumaron.html>
- Ostendorf, S., Wegmann, E. y Brand, M. (2020). Problematic social-networks-use in German children and adolescents—The interaction of need to belong, online self-regulative competences, and age. *International Journal of Environmental Research and Public Healt*, 17(2518), 1-13. doi:doi:10.3390/ijerph17072518
- Pacheco-Amigo, B. M., Lozano-Gutiérrez, J. L. y González-Ríos, N. (2018). Diagnóstico de utilización de Redes sociales: factor de riesgo para el adolescente. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(16), 53-72. doi:<https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.334>
- Pérez Porto, J. y Gardey, A. (2017). *Definición de factores de riesgo*. Obtenido de Definicion.de. <https://definicion.de/factores-de-riesgo/>
- Pérez Subías, M. (2012). Identidad digital. *TELOS*, 91, 55-58. <https://fundaciontelefonica.com.ec/cultura-digital/publicaciones/253/>

- Pérez-Torres, V., Pastor-Ruiz, Y. y Abarrou-Ben-Boubaker, S. (2018). Los youtubers y la construcción de la identidad adolescente. *Comunicar*, 26(55), 61-70.
doi:<https://doi.org/10.3916/>
- Peris, M., de la Barrera, U., Schoeps, K. y Montoya-Castilla, I. (2020). Psychological risk factors that predict social networking and internet addiction in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 1-20.
<https://www.mdpi.com/1660-4601/17/12/4598/htm>
- Pilgrim, K. y Bohnet-Joschko, S. (2019). Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research. *BMC Public Health*, 19(1054), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7387-8>
- Riiser, K., Helseth, S., Haraldstad, K., Torbjornsen, A. y Richardsen, K. R. (2020). Adolescents' health literacy, health protective measures, and health-related quality of life during the Covid-19 pandemic. *PLoS One*, 15(8), 1-13.
doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238161>
- Rodríguez Fernández, L. (2021). *Propaganda digital: comunicación en tiempos de desinformación*. Barcelona: Editorial UOC.
<https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/174527>
- Ros, L. (29 de Junio de 2020). Las redes sociales, una revolución comunicativa. *La Vanguardia*. <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200629/482009621616/dia-redes-sociales.html>
- Ruiz-Corbella, M. y Juanas-Oliva, Á. (2013). Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos educativos para la familia. *Estudios sobre Educación*, 25, 95-113.
<http://dadun.unav.edu/bitstream/10171/34734/1/7.%20Ruiz-Corbella%20y%20De%20Juanas.pdf>
- Spenagaricano. (25 de Noviembre de 2010). Los factores protectores de la salud mental, la clave para tener la psique sana. *isep clinic*. <https://isepclinic.es/blog/articulo-isep-clinic-psique-sana/>
- Tamarit, A., Schoeps, K., Peris-Hernández, M. y Montoya-Castilla, I. (2021). The impact of adolescent internet addiction on sexual online victimization: The mediating effects of sexting and body self-esteem. *International Journal of Environmental Research*, 18(4226), 1-17. doi:[doi:10.3390/ijerph18084226](https://doi.org/10.3390/ijerph18084226)
- Tuohy, W. (27 de Septiembre de 2020). Te dan ganas de tirar tu teléfono a la basura: la película que apaga a los adolescentes de las redes sociales. *The Age*.
<https://www.theage.com.au/national/victoria/it-makes-you-want-to-throw-your-phone-in-the-bin-the-film-turning-teens-off-social-media-20200926-p55zhi.html>
- Universidad de Alicante y CI2 Competencias Informáticas e Informacionales. (s.f.). *La búsqueda de información científica*.
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/33983/1/BUSQUEDA_informacion_DOCTORADO.pdf

- Vanderhoven, E., Schellens, T. y Valcke, M. (2014). Enseñar a los adolescentes los riesgos de las redes sociales: una propuesta de intervención en Secundaria. *Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, 43, 123-132. doi:<https://doi.org/10.3916/C43-2014-12>
- Vargas, P. (03 de Febrero de 2021). El “Desafío de las 48 hrs” El nuevo y peligroso reto viral en redes sociales. *noticiasTrabajo.es*.
<https://www.noticiastrabajo.es/desafio-de-las-48-horas-el-nuevo-y-peligroso-reto-viral-en-redes-sociales/>
- Vizcaíno-Verdú, A. y Tirocchi, S. (2021). Tiktokers y objetivación sexual de género en retos musicales. *Media Education*, 12(1), 7-16. doi:10.36253/me-9674
- Vosoughi, S., Roy, D. y Aral, S. (-1. (2018). The spread of true and false news online. *Science*, 359(6380), 1146-1151. 10.1126 / science.aap9559
- Waterloo, S. F., Baumgartner, S. E., Peter, J. y Valkenburg, P. M. (2017). Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, Twitter, Instagram, and WhatsApp. *New Media & Society*, 20(5), 1813-1831.
doi:<https://doi.org/10.1177/1461444817707349>
- We Are Social y Hootsuite. (Enero de 2021). Digital 2021: Global Overview Report. *wearesocial.com*. <https://wearesocial.com/digital-2021>
- Weinstein, E. (2018). The social media see-saw: Positive and negative influences on adolescents’ affective well-being. *New Media & Society*, 20(10), 3597-3623.
doi:<https://doi.org/10.1177/1461444818755634>
- Weinstein, E. y Davis, K. (2015). Connecting ’Round the Clock: Mobile Phones and Adolescents’ Experiences of Intimacy. *Encyclopedia of mobile phone behavior*, 937-946. Obtenido de <https://ssrn.com/abstract=2982511>
- Wihbey, J. (2014). The Challenges of Democratizing News and Information: Examining Data on Social Media, Viral Patterns and Digital Influence. *Shorenstein Center on Media, Politics and Public Policy Discussion Paper Series*, 1-35.
doi:<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2466058>
- Winocur, R. (2012). La intimidad de los jóvenes en las redes sociales. *TELOS*, 79-88.
<https://fundaciontelefonica.com.ec/cultura-digital/publicaciones/253/>

ANEXO 1: GLOSARIO DE PALABRAS

Ciberacoso: (*ciberbullying* en inglés) es la “intimidación realizada por una o varias personas, a través del uso de correos electrónicos, llamadas telefónicas, mensajes de texto, imágenes y/o videos; con el fin de infligir malestar, amenaza, miedo o vergüenza a la víctima” (Bozzola, et al., 2019), p. 4).

Desinformación: son las noticias falsas o *fake news*, que son manipuladas de forma intencionada para ser difundidas en la red (ONU México, 2020).

Engagement: se refiere a la interacción entre los usuarios que permite su expresión y el establecimiento de diálogos para mejorar algo (Correduría Inteligente, 2019).

Flaming: es el envío de mensajes hostiles (Livingstone y Smith, 2014).

Gossiping: hace referencia a “la creación de espacios (foros, chats, grupos, etc.) en los que se comentan rumores de forma anónima” (Ruiz-Corbella y Juanas-Oliva, 2013, p. 108).

Grooming: “se da cuando un adulto se hace pasar por un menor de edad para engañar a otro y ganarse su confianza con el objeto de abusar de él” (Díaz-Bohórquez, 2018, pp. 25-26).

Nomofobia: (FOMO, su acrónimo en inglés) es el “miedo no clínico de permanecer desconectado de Internet y no participar en interacciones sociales online, por lo que se asocia con la angustia emocional, lo que constituye un factor de riesgo para la adicción a Internet en la adolescencia” (Kuss y Griffiths, 2017, p. 8).

Infodemia: se refiere a la “sobreabundancia de información, alguna rigurosa y otra no, que hace que para las personas sea difícil encontrar recursos fidedignos y una guía de confianza cuando la necesitan” (Naciones Unidas, s.f, párr. 5).

Oversharing: es “la excesiva publicación de información de todo tipo, incluyendo la personal..., como direcciones, actividades, entre otras...; lo que ponen en riesgo la intimidad y la privacidad de las personas” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 29).

Phishing: se trata del engaño dirigido a revelar datos personales confidenciales, como cuentas bancarias o contraseñas” (Ruiz-Corbella y Juanas-Oliva, 2013, p. 108).

Phubbing: es “el acto de ignorar a las personas en las interacciones sociales, debido al uso del teléfono inteligente, que afecta negativamente al nivel de comunicación y de satisfacción de la relación” (Chotpitayasunondh y Douglas, 2016, p. 10).

Sexting: se refiere al “intercambio de imágenes sexualmente sugestivas o de simples desnudos entre personas, adultos o niños, por medio de los celulares” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 26).

Sextorsión: hace referencia al ciberacoso en el que se utiliza “contenido sexual explícito para manipular, humillar y ejercer coerción sobre la víctima; por lo que se asocia con el uso problemático de Internet y las redes sociales, que acarrea consecuencias como depresión, conductas sexuales riesgosas y problemas de autoestima” (Tamarit, et al., 2021, p. 3).

Sharent: se da cuando “los padres de familia publican fotos y acontecimientos de la vida de sus hijos desde que son muy pequeños, incluso antes de nacer..., como la primera ecografía” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 30).

Shakaiteki hikikomori: se trata de un fenómeno en el que las personas se recluyen socialmente de 1 a 4 años aproximadamente, por lo que evitan asistir a la escuela o el trabajo, e incluso, a su propia familia (Kato, et al., 2018).

Vamping: se refiere a que los jóvenes “permanecen despiertos hasta altas horas de la noche, mientras utilizan sus computadoras portátiles, móviles o tabletas... Esto genera cansancio, alteraciones del sueño, de alimentación, estrés y mal humor” (Díaz-Bohórquez, 2018, p. 31).