



Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Educativa

**Consecuencias emocionales de las redes sociales en jóvenes de
16 a 18 años**

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Licenciado
en Psicología Educativa

Autor:

Diego Fernando Mocha Duchi

Directora:

Miriam Eliana Bojorque Pazmiño

Cuenca - Ecuador

2024

Dedicatoria

A mis padres, César y Olga, cuyo amor incondicional y apoyo incansable han sido el cimiento de cada logro en mi vida. Gracias por mostrarme que el esfuerzo constante y la perseverancia transforman los sueños en realidades. A la vida, por los momentos de claridad y también por las dificultades, porque en ambos encontré lecciones que me hicieron crecer y entender que cada paso, incluso los más inciertos, tienen un propósito. Y a mi yo del pasado, por no dejar de soñar incluso en los días más difíciles, y a mi yo del presente, por demostrar que, con determinación, fe y resiliencia, todo es posible. Este logro es un tributo al camino recorrido y a la certeza de que el aprendizaje nunca termina.

Agradecimiento

Estoy profundamente agradecido con la vida por permitirme transitar esta etapa, llena de aprendizajes, desafíos y experiencias que me han transformado. Agradezco también a aquellas personas que, en algún momento, formaron parte de mi camino, no solo en mi vida académica, sino también en otros aspectos de mi existencia, dejando huellas y valiosas enseñanzas, aunque hoy ya no estén presentes. Y, especialmente, a quienes permanecen a mi lado, quienes con su energía, apoyo y presencia siguen enriqueciendo mi vida.

Como dijo Joe Dispenza: *“Lo que pensamos afecta directamente cómo vivimos y experimentamos el mundo. Esto es porque todo en el universo está hecho de energía, incluyendo nuestros pensamientos. Así, nuestros pensamientos tienen el poder de cambiar nuestra realidad.”*

Creo firmemente que las personas que hoy están en mi vida son un reflejo de las energías que compartimos, y que juntos contribuimos a moldear nuestras realidades. Por eso, cada pensamiento, cada conexión y cada momento compartido son partes esenciales del camino que construimos.

Resumen

La dependencia de las redes sociales en los adolescentes, influenciada por diversos factores como la baja autoestima, la soledad, la necesidad de afecto y la falta de habilidades sociales, es un fenómeno de interés en esta investigación. El propósito de este estudio es explorar las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en adolescentes de 16 a 18 años. Se aplicó un enfoque mixto con un diseño de investigación transversal y un enfoque descriptivo para abordar esta cuestión. La muestra fue de 56 estudiantes de una unidad educativa privada de la ciudad de Cuenca. Para recopilar información, se empleó el cuestionario “Uso de las Redes Sociales. Cuestionario para adolescentes”, diseñado para analizar la relación de los jóvenes con las redes sociales. Las respuestas obtenidas de este cuestionario fueron fundamentales para la elaboración de entrevistas semiestructuradas, que fueron y permitieron la comprensión de las implicaciones emocionales del uso de las redes sociales en adolescentes. Este estudio concluye que, si bien el uso de redes sociales como WhatsApp, Instagram y TikTok es común entre adolescentes de 16 a 18 años, la mayoría no presenta consecuencias emocionales significativas. Sin embargo, un pequeño porcentaje sí experimenta problemas relacionados con la comparación y la falta de validación lo que sugiere la necesidad de atención en estos casos.

Palabras clave: Adolescentes, dependencia, efectos emocionales, internet, redes sociales.

Abstract

The dependency on social media among adolescents, influenced by various factors such as low self-esteem, loneliness, the need for affection, and a lack of social skills, is a topic of interest in this research. The purpose of this study is to explore the emotional consequences of social media use among adolescents aged 16 to 18. A mixed-method approach with a cross-sectional research design and a descriptive focus was applied to address this issue. The sample consisted of 56 students from a private educational institution in the city of Cuenca. To gather information, the questionnaire 'Social Media Use: Questionnaire for Adolescents' was used, designed to analyze young people's relationship with social media. The responses obtained from this questionnaire were fundamental for developing semi-structured interviews, which allowed for an understanding of the emotional implications of social media use among adolescents. This study concludes that, while the use of social media platforms such as WhatsApp, Instagram, and TikTok is common among adolescents aged 16 to 18, the majority do not exhibit significant emotional consequences. However, a small percentage do experience issues related to comparison and lack of validation, suggesting the need for attention in these cases.

Key works: Adolescents, Dependence, Emotional effects, Internet, Social Media

Tabla de contenidos

Dedicatoria.....	II
Agradecimiento.....	III
Resumen.....	IV
Abstract.....	V
Introducción.....	1
Capítulo 1.....	3
Fundamentación Teórica.....	3
Las redes sociales.....	3
El mal uso de las redes sociales.....	5
Dependencia en las redes sociales.....	6
Capítulo 2.....	11
Metodología.....	11
Tipo de investigación.....	11
Participantes.....	11
Criterios de exclusión.....	12
Instrumentos.....	12
Cuestionario.....	12
Entrevista semiestructurada.....	13
Procedimiento.....	13
Análisis de datos.....	15

Cualitativo	15
Cuantitativo	15
Capítulo 3.....	17
Resultados.....	17
Uso de las redes sociales por parte de los adolescentes	18
Encuesta a estudiantes	18
Entrevista a docente.....	24
Consecuencias emocionales percibidas por alumnos y profesorado acerca del uso de redes sociales en los estudiantes	24
Encuesta a estudiantes	24
Discusión.....	29
Conclusiones.....	32
Recomendaciones	34
Referencias.....	35
Anexos	39
Anexo 1: Formato de consentimiento informado.	39
Anexo2: “USO DE LAS REDES SOCIALES Cuestionario para adolescentes”	42
Anexo 3: Firma de consentimiento informado para participación de proyecto de investigación	49
Anexo 4: Elaboración de la matriz de la entrevista semiestructurada	1
Anexo 5: Transcripción de la entrevista	1
Anexo 6: Informe general de la entrevista.....	6

Índice de figuras

Figura 1 Sexo	17
Figura 2 Frecuencia del uso de redes sociales	18
Figura 3 Frecuencia del uso de navegadores	19
Figura 4 Frecuencia en el uso de plataformas de redes sociales.....	19
Figura 5 Frecuencia en el uso de realizar búsquedas en contenidos escolares	20
Figura 6 Frecuencia diaria del uso de las principales redes sociales	20
Figura 7 Motivos del uso de las redes sociales.....	21
Figura 8 Motivos del uso de las redes sociales.....	22
Figura 9 Tiempo del uso de las redes sociales.....	22
Figura 10 Compañía habitual al conectarse a internet.....	23
Figura 11 Importancia del número de amigos en redes sociales	25
Figura 12 Autopercepción de la personalidad en redes sociales	25
Figura 13 Reacciones Emocionales tras Prolongados Períodos de desconexión de Redes Sociales	26
Figura 14 Impacto emocional de los comentarios negativos en redes sociales	27
Figura 15 Frecuencia de desvelo por el uso de redes sociales.....	28
Figura 16 Redes sociales y su influencia en las relaciones familiares y de amistad	28

Introducción

Es oportuno investigar los efectos emocionales del uso de redes sociales en jóvenes de 16 a 18 años, ya que estas plataformas se han convertido en una parte integral de su socialización y educación. Aunque ofrecen beneficios como la conexión con sus pares y el apoyo emocional, también conlleva riesgos significativos, como la comparación constante y la presión social. En la actualidad, muchas generaciones se han adaptado a las redes sociales desde una edad temprana, siendo consideradas nativas digitales (Fernández y Peña, 2020), lo que subraya la importancia de comprender cómo estas herramientas impactan su bienestar emocional.

Esta investigación adquiere una relevancia significativa, dado que el impacto de las redes sociales en la salud de los adolescentes conlleva repercusiones negativas a nivel personal, tales como la influencia en el sueño, la adopción de hábitos alimenticios poco saludables y la exposición excesiva a contenido videográfico sin valor agregado para su desarrollo (Villegas y Cortés, 2016).

Este contexto resalta la importancia de comprender el impacto de estas conductas, como los malos hábitos, en la salud, el sedentarismo y las alteraciones del sueño. Las molestias o afectaciones físicas en los jóvenes también deben considerarse, al igual que la promoción de una relación saludable con las redes sociales, con el fin de prevenir posibles consecuencias adversas tanto en su bienestar mental como físico (Villegas y Cortés, 2016). A partir de esta evidencia, el objetivo de la investigación es conocer las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en estudiantes de 16 a 18 años de una unidad educativa de Cuenca, para responder a las preguntas: ¿Cuáles son las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en estudiantes de 16 a 18 años? ¿Cuáles son las influencias más frecuentes de las redes sociales en la vida cotidiana de los jóvenes entre los 16 a 18 años?

También se analiza cómo los jóvenes utilizan las redes sociales, evaluando tanto sus patrones de uso como las plataformas más frecuentes entre ellos. Además, se busca identificar las consecuencias e influencias emocionales que este uso tiene en los estudiantes, desde la perspectiva de docentes y alumnos.

Esta investigación está dividida en tres capítulos. En el primer capítulo se aborda las redes sociales y su influencia en la interacción social, incluyendo el origen de Facebook y su impacto en el auge de las redes sociales. Se analiza cómo estas plataformas han transformado la comunicación y el aprendizaje, destacando tanto las ventajas como las desventajas. Además, se explora la falta de precaución en su uso, que ha llevado al desarrollo de la dependencia en redes sociales, especialmente en los jóvenes.

El segundo capítulo se centra en la metodología del estudio, describiendo los criterios de elegibilidad, los participantes, los instrumentos utilizados como el cuestionario “Uso de las Redes Sociales. Cuestionario para adolescentes” y una entrevista semiestructurada aplicada a alumnos y profesores, por último, se explica el análisis de datos realizados dentro de esta investigación.

Finalmente, en el tercer capítulo se analizaron los resultados sobre el uso de redes sociales por parte de los adolescentes y su impacto emocional. Los resultados revelan que plataformas como WhatsApp, Instagram y Tiktok juegan un papel central en su vida digital, con un uso diario elevado. Sin embargo, en el aspecto emocional, no se encontraron consecuencias significativas relacionadas con el uso de estas redes.

Capítulo 1

Fundamentación Teórica

Las redes sociales

Las redes sociales son descritas como entornos en línea que tienen la capacidad de reunir una gran cantidad de individuos y conectarlos entre sí, con el objetivo de establecer vínculos con personas de distintas ciudades, países e incluso continentes (Morduchowicz et al., 2010). Las redes sociales se definen como modos de interacción social, caracterizados por un intercambio dinámico entre individuos, grupos e instituciones en diversos contextos. Representan un sistema abierto y en constante evolución, que agrupa a personas con necesidades y problemas similares, y se basa en los principios de creación, compartición y colaboración (Vidal et al., 2013).

Para Orihuela (2008) las redes sociales en línea nos facilitan conocer y acceder a los contactos de nuestros amigos, así como descubrir a personas con intereses, objetivos o gustos similares. Estas plataformas no solo amplían nuestro círculo social, basadas en afinidades compartidas. Además, las redes sociales posibilitan la reconstrucción o el mantenimiento de vínculos previamente establecidos en el mundo físico, como los lazos con compañeros de promoción, colegas profesionales, asistentes a eventos, alumnos, compañeros de trabajo y amigos. De este modo, podemos mantener vivas nuestras relaciones personales y profesionales, independientemente de las distancias geográficas, y fortalecer nuestras redes de apoyo y colaboración en el ámbito virtual.

Según Gómez y Redondo (2011) es desafiante precisar el instante exacto de la invención de las redes sociales, es posible trazar una línea temporal que se inicia, en este caso, en 1971, cuando se logró transmitir el primer correo electrónico de un ordenador a otro. A pesar de que estos equipos estuvieran físicamente cercanos, este hito representa un importante descubrimiento y un gran avance en la historia de las redes sociales.

El concepto de redes sociales ha evolucionado considerablemente, transformándose en un servicio virtual que facilita la interacción entre individuos mediante la creación de perfiles personales y la conexión con otros usuarios, compartiendo contenido relevante con un público amplio (Burrillo, 2018). La internet se considera una herramienta con múltiples beneficios para la educación, el comercio, el entretenimiento y, en definitiva, para el crecimiento personal.

Facebook fue creada en 2004 por Mark Zuckerberg, entonces estudiante de la Universidad de Harvard, con la idea inicial de desarrollar una versión digital de los anuarios escolares. Inicialmente destinada a estudiantes universitarios, su éxito llevó a que otras universidades solicitaran acceso. En 2006, la plataforma se abrió al público general, y para 2010 ya contaba con 500 millones de usuarios (García, 2010).

Según Orihuela (2008) Facebook una de las aplicaciones que tiene más impacto dentro de las redes sociales, está relacionada con la búsqueda de una manera eficaz de mantener el contacto entre los miembros de una promoción universitaria más allá del anuario o del libro con las fotos de los graduados. Participar en comunidades en línea facilita la interacción con personas que comparten nuestros intereses, independientemente de su ubicación física (Zabarain, 2017).

Como se conoce los estilos de vida, los grupos de referencia y las expectativas predominantes encajan con los valores de la juventud. La formación y evolución de movimientos sociales y culturales de la juventud a través de Internet demuestran un fenómeno social integral, que no debe ser tratado únicamente como un medio de comunicación y relación social, sino una relación social en sí completa, internacional y social (Marañón, 2012)

Es relevante destacar que la mayoría de las definiciones resaltan una interrelación entre la ciencia y la tecnología, que colaboran en la creación de conocimientos e

innovaciones, y así mejorar las condiciones de vida al abordar desafíos cotidianos. Además, en la actualidad, estamos inmersos en una revolución tecnológica que no solo impulsa la actividad científica y empresarial, sino que también ha dado lugar al surgimiento y la creciente influencia de las redes sociales, transformando aún más todos los aspectos de la actividad humana (Burrillo B, 2018).

Las redes sociales no sólo transformaron las comunicaciones y el aprendizaje, sino que también planteó nuevos desafíos para los adolescentes. A medida que estos espacios digitales se integraban en su vida diaria, surgieron problemáticas relacionadas con el uso excesivo, la distracción y la dificultad para discernir información confiable.

El año 2009 marcó un significativo auge de las redes sociales, con una proporción de usuarios en rápida expansión. Además de las comunicaciones personales y profesionales, las redes sociales se transformaron en una especie de espacio emergente del aula, donde el aprendizaje informal tuvo lugar más allá de los tradicionales límites físicos y temporales del aula. La gente no tardó mucho tiempo en aceptar las redes sociales, en lugar de usarlas de manera natural, sin embargo, la mayoría de los educadores lucharon por entender las tendencias emergentes en esta área y consideraron que era imposible integrar eficaz y beneficiosamente redes digitales en ambientes de enseñanza formales (Marañón, 2012).

El mal uso de las redes sociales

Como se ha mencionado, las redes sociales son un tipo de herramienta de comunicación muy poderosa y atractiva con un gran número de ventajas, pero, probablemente, muchos consumidores la usan con una falta total de precaución. Según García (2013) nos dice que las nuevas tecnologías han transformado rápidamente nuestra vida y comunicación, creando una nueva realidad con grandes avances, pero también con consecuencias negativas emergentes. Así, se trata de la divulgación de datos personales

peculiares; varios usuarios hablan de su vida íntima, comparten fotos de lugares donde van regularmente, su horario diario y rutina, y otros aspectos de la vida privada.

La acumulación de información privada en la red puede llevar a problemas peligrosos. Por ejemplo, los medios de comunicación afirman que los espacios virtuales en México se utilizan como instrumentos para posibles secuestros. Los criminales observan las fotografías y los datos en sitios web y pueden estudiar la perspectiva económica de la persona que descubren. De este modo, es más fácil planificar y llevar a cabo un secuestro, ya que los criminales obtienen información sobre los hábitos de la víctima, los lugares comunes y tal vez encuentran una vulnerabilidad. Además, la divulgación de información puede dar lugar a otros riesgos, como el robo de identidad, el fraude o la extorsión. Por lo tanto, los usuarios deben ser plenamente conscientes de los peligros y tomar las precauciones necesarias, como configurar las configuraciones de privacidad de acuerdo con la plataforma, divulgar sólo la información que se considera segura y observar los posibles peligros en el entorno digital (Marañón, 2012).

Dependencia en las redes sociales

Los adolescentes son más propensos a desarrollar dependencia en las redes sociales debido a su baja autoestima, sentimientos de soledad, necesidad de afecto y reconocimiento, inseguridad y falta de habilidades sociales. Estos aspectos tienen un impacto significativo en su bienestar emocional (Sanchez et al., 2008). Las Tecnologías de la información y la Comunicación (TIC) ofrecen un enfoque significativo para nosotros a diario. Son atractivos para los jóvenes ya que les permiten obtener respuestas rápidas, recompensas instantáneas, interacción y la capacidad de realizar varias tareas a la vez en diferentes ventanas. El uso de las tecnologías es positivo siempre que las interacciones esenciales para la vida diaria, como asistir a la escuela o practicar deporte, pasar tiempo con amigos o mantener lazos familiares, pero también hay otras. Si estas áreas se descuidan, puede ocurrir un aislamiento, generando

ansiedad, influenciando el nivel de autoestima y una reducción de la capacidad de control personal (Martínez y Moreno, 2017).

La preocupación por la adicción a las redes sociales es cada vez más evidente, ya que el uso excesivo de estas plataformas puede llevar a problemas psicopatológicos como la depresión, la fobia social u otros trastornos de tipo impulsivo- compulsivo (Echeburúa, 2012). Además, esta adicción a redes sociales no solo afecta a su comportamiento sino en los procesos cognitivos del estudiante. Según los estudios de Morocco (2015), el creciente uso de Facebook les demanda tanto tiempo que resulta en dificultades para centrarse, pérdida del interés en los estudios y la ausencia en clases. Estos factores impactan gravemente en su rendimiento académico, lo que conlleva malos resultados y pone en riesgo su futuro académico. El tiempo que invierten en redes sociales reemplaza las horas que debería dedicar a actividades educativas, estudio y preparación para sus asignaturas, agravando aún más la situación.

En línea con esto, Guzmán y Gelvez (2023) señala que esta población muestra conductas preocupantes, como ansiedad por no poder usar el teléfono inteligente, el temor a perder comunicaciones por falta de batería, datos o señal, y, en última instancia, el miedo a no estar conectado. Este estado constante de preocupación puede generar malestar emocional e incluso desencadenar episodios de ansiedad intensa.

Una revisión sistemática realizada por Mora (2022) de la Universidad Cooperativa de Colombia con el fin de responder ¿Qué emociones se construyen a través de las redes sociales y cómo éstas influyen en la conducta de los adolescentes? Dicho estudio demostró que las plataformas de redes sociales están íntimamente ligadas a los adolescentes, ejerciendo influencia sobre su comportamiento y afectando sus emociones debido a su uso. Además, las plataformas de redes sociales desempeñan un papel crucial en la vida de los adolescentes, siendo el espacio donde exploran su identidad y donde aspectos como la imagen corporal, la

validación y el crecimiento personal adquieren relevancia, dando lugar a una variedad de emociones que incluye tristeza, felicidad, enojo, vergüenza, entre otras. Por lo tanto, la revisión sistemática revela que existe una estrecha conexión entre los adolescentes y las redes sociales, las cuales ejercen influencia en su comportamiento y tienen un impacto directo en sus emociones debido a su uso.

Critikián y Núñez (2021) llevaron a cabo una investigación en España con 500 jóvenes de entre 18 y 26 años, pertenecientes a la llamada “generación Z”, para examinar el uso de las redes sociales y su impacto en esta población. El estudio reveló que la mayoría de los participantes se encontraban en el rango de edad de 18 a 20 años y destacó que Instagram es la plataforma social más utilizada, seguida por WhatsApp y YouTube. Aunque el 73% de los encuestados indicó que la falta de likes en sus publicaciones no les afectaba, un pequeño porcentaje experimentó sentimientos de inseguridad, extrañeza, tristeza o agobio al no recibir la respuesta deseada en forma de likes.

En resumen, el estudio sugiere que los jóvenes son los usuarios más activos en las redes sociales, especialmente en YouTube e Instagram. Esto puede tener consecuencias negativas, especialmente si los usuarios pierden el control sobre el tiempo dedicado a estas plataformas sin ser conscientes de ello (Critikián y Núñez, 2021).

Según Muñoz y Ramírez (2016), una investigación revela que el 61% de los participantes no presenta signos de adicción a las redes sociales y exhibe rasgos extrovertidos. En contraste, el 13% muestra un alto nivel de adicción, similar en características de personalidad. Además, el 21% no es adicto y tiende a ser introvertido, mientras que el 7% que sí es adicto también se identifica como introvertido. Estos hallazgos sugieren que la relación entre la personalidad y la adicción a las redes sociales es compleja, destacando la importancia de considerar diferentes rasgos de personalidad al abordar el uso de estas plataformas.

Por otro lado, se llevó a cabo un estudio con estudiantes de preparatoria en México, tanto en modalidades en línea como presenciales. El objetivo de esta investigación fue examinar la posible adicción a las redes sociales en línea entre los estudiantes y, al mismo tiempo, analizar la relación con diferentes variables como la edad, género y nivel socioeconómico. De acuerdo con los instrumentos utilizados en los participantes, se observó que utilizan las redes sociales debido a problemas en su vida social, laboral, académica, familiar y personal durante periodos prolongados. Además, encuentran satisfacción al estar conectados a las redes sociales. También, existe una obsesión por mantenerse informados, ya que creen que pueden estar perdiéndose de eventos importantes en internet, lo que les causa malestar cuando no están conectados y sienten la necesidad de superar la abstinencia al no poder acceder constantemente a la red social (Valencia y Cabero, 2019).

En una institución educativa privada de Perú se llevó un estudio con el objetivo de identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. Se llevó a cabo un estudio descriptivo correlacional con una muestra de 205 estudiantes de 1° a 5° de secundaria. Se emplearon dos instrumentos: la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y la Escala de Actitudes hacia las Redes Sociales.

En el estudio se ha encontrado una relación inversa altamente significativa entre la adicción a las redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes. Esto sugiere que, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, disminuyen las habilidades sociales, y viceversa. De manera similar, existe una correlación negativa significativa entre las habilidades sociales tempranas, como escuchar, iniciar una conversación o presentar a otras personas, y el uso excesivo de redes sociales, lo que implica que quienes poseen mejores habilidades sociales tienen menos necesidad de pasar tiempo conectados. En general, se infiere que cualquier comportamiento placentero puede volverse adictivo si la persona pierde el control sobre la

actividad y pase a sus consecuencias negativas, desarrolla una creciente dependencia y experimenta síndrome de abstinencia al no poder realizarla (Domínguez y Ybañez, 2016).

Capítulo 2

Metodología

Tipo de investigación

La presente investigación tuvo un enfoque cualitativo, según Hernández et al. (2014) el enfoque cualitativo se elige cuando se busca explorar cómo las personas perciben y experimentan los fenómenos a su alrededor, investigando a fondo sus perspectivas, interpretaciones y significados.

A través de entrevistas semiestructurada, se buscó identificar las consecuencias emocionales del uso de las redes sociales en los jóvenes. Para poder desarrollar las categorías de la entrevista, se aplicó previamente un cuestionario sobre la relación de los jóvenes con las redes sociales, basado en un cuestionario validado por la Universidad de Murcia, modificado lingüísticamente al lenguaje coloquial de nuestra población juvenil.

Por lo tanto, en este trabajo resulta adecuado emplear técnicas cuantitativas para analizar la información recolectada mediante el cuestionario aplicado. Estas técnicas se combinan en lo que algunos autores denominan método mixto. Según el manual de la cuarta edición de American Psychological Association (APA) (2021), el principio fundamental de un enfoque de métodos mixtos es que la integración de resultados cualitativos y cuantitativos proporciona perspectivas adicionales que no se podrían obtener al usar solo uno de estos enfoques por separado.

Participantes

En este estudio, los participantes del cuestionario "Uso de las Redes Sociales. Cuestionario para adolescentes" fueron 56 estudiantes de segundo año de bachillerato, 31 de ellos mujeres y 25 hombres, con edades entre 16 y 18 años. Todos participaron de manera voluntaria.

Para las entrevistas semiestructuradas se elegirá de manera aleatoria a un profesor y un alumno (uno de cada género) que acepten previamente participar y firmen un consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Aquellos que no usen redes sociales.
- Aquellos cuyos padres no hayan firmado el consentimiento informado.
- Aquellos tengan más de 18 años.

Instrumentos

Cuestionario

Uso de las Redes Sociales. Cuestionario para adolescentes: Es un cuestionario anónimo que fue elaborado en la Universidad de Murcia, este instrumento posibilita la obtención de datos sobre las tecnologías empleadas por la población joven, así como la frecuencia, el contexto y el uso de las redes sociales, que constituyen el foco principal de esta investigación. El cuestionario fue revisado y reducido en extensión focalizado en las preguntas que se refiere al enfoque de estudio. Se realizaron modificaciones al cuestionario original de la Universidad de Murcia, tanto en el lenguaje y en los elementos tecnológicos, con el objetivo de obtener respuestas sobre las consecuencias emocionales a nivel personal de cada joven y así captar los aspectos más relevantes. Esta herramienta que ha sido probada en otra investigación es un punto de partida para conocer la relación entre el tiempo de exposición de las redes sociales en los jóvenes y las consecuencias emocionales más relevantes. A partir de los resultados del cuestionario se obtuvo la matriz de variables, indicadores y preguntas para profundizar la investigación cualitativa con las entrevistas semiestructuradas.

Entrevista semiestructurada.

Según Hernández et al. (2014), las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de preguntas que permiten al entrevistador incorporar preguntas adicionales cuando sea necesario para aclarar conceptos u obtener más detalles. Las respuestas del cuestionario “Uso de las Redes Sociales. Cuestionario para adolescentes” fueron clave en la preparación de las entrevistas semiestructuradas, dirigidas a dos profesores y dos estudiantes (un hombre y una mujer), con el objetivo de profundizar en las causas de los aspectos negativos de las redes sociales que afectan a los jóvenes. Con la entrevista se obtuvieron relaciones entre tiempo y uso en las redes, estado emocionales; tipos de redes y contenidos y formas de relacionarse de los jóvenes, con elementos discursivos, narraciones, anécdotas, ejemplos de esta relación cotidiana entre redes y la vida interna del joven y la vida de sus pequeñas comunidades.

Estos datos cualitativos nos permiten comprender la forma de relacionarse de las redes y cómo esta relación va configurando diferentes emociones, elementos psicológicos como la autoestima, hábitos de higiene del sueño.

Procedimiento

Etapa 1: Búsqueda y selección de la literatura

Se realizó una búsqueda exhaustiva de la bibliografía sobre las consecuencias emocionales del uso de las redes sociales, utilizando bases de datos como Scopus, Web of Science y Dialnet. Las referencias seleccionadas para esta investigación tienen entre cinco y diez años de antigüedad, ya que son estudios recientes que proporcionan resultados actualizados. La bibliografía empleada proviene principalmente de investigaciones realizadas en América Latina y España.

Etapa 2: Aplicar el cuestionario

Aplicación de cuestionario: Tras obtener la autorización de la institución educativa para aplicar el cuestionario, cuyos resultados sirvieron como base para

profundizar cualitativamente en las consecuencias emocionales del uso de las redes sociales en los jóvenes, se enviaron a los representantes legales los consentimientos informados y un folleto explicativo sobre la investigación. Este material fue anteriormente revisado con el personal del DECE, con el fin de que los estudiantes de segundo de bachillerato, entre 16 y 18 años pudieran participar completando el cuestionario.

El cuestionario, previamente en formato PDF, fue transferido a Google Forms con el objetivo de obtener datos estadísticos de manera inmediata. Se realizaron varias modificaciones, como la adaptación del lenguaje al estilo coloquial de los jóvenes, la eliminación de variables sociodemográficos y la eliminación de ítems obsoletos, como Hi5, Myspace, DVD y reproductores Mp3 y se añadieron siete nuevas preguntas basadas en el marco teórico, enfocadas en los elementos psicológicos y los hábitos relacionados con el uso de las redes sociales. Antes de aplicar el cuestionario se realizó una prueba piloto con 3 alumnos y el apoyo del DECE de la institución para analizar la claridad del lenguaje del cuestionario y posibles confusiones o preguntas.

Etapa 3: Elaboración de la matriz de la entrevista semiestructurada

Se elaboró la matriz siguiendo los objetivos específicos de la investigación: describir el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes e identificar las consecuencias e influencias emocionales percibidas por el profesorado y alumnos respecto al uso de redes sociales. Para ello, se dividió la información en categorías clave como: redes sociales y adolescentes, uso y dependencia de las redes sociales, consecuencias del uso excesivo, y problemas emocionales en adolescentes. Esta estructura permitió formular preguntas que indagaron en mayor profundidad los aspectos más relevantes e impactantes de los resultados obtenidos en el cuestionario.

Etapa 5: Levantamiento de información por medio de la aplicación de la entrevista.

Se llevó a cabo la entrevista previamente realizada a un profesor de sexo masculino y a una estudiante de sexo femenino perteneciente al segundo año de bachillerato de una institución educativa en Cuenca. Durante esta entrevista, se recopiló información valiosa que contribuye significativamente a la investigación.

Etapa 6: Análisis de respuestas de la entrevista aplicado de acuerdo a la matriz de categorías e indicadores.

Se analizó los resultados obtenidos a partir de las entrevistas que revelaron información significativa. El docente ofreció una perspectiva sobre el impacto que las redes sociales tienen en el ámbito académico y emocional de los adolescentes. Por su parte, la estudiante brindó una visión directa de su uso cotidiano de estas plataformas, así como las influencias y efectos que experimenta en su vida diaria. Estos testimonios complementan los resultados del cuestionario aplicado previamente, lo que permite contar con una visión más amplia y detallada del fenómeno estudiado.

Análisis de datos

Cualitativo

Se realizó un análisis de contenido de las respuestas de las entrevistas semiestructuradas en base a una matriz de categorías e indicadores orientadas por los resultados preliminares del cuestionario para identificar las consecuencias e influencias emocionales percibidas para describir el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes.

Cuantitativo

Se analizó la frecuencia y estadística descriptiva para describir el uso de las redes sociales por parte de los jóvenes, los resultados preliminares obtenidos sirvieron de referencia para mostrar tendencias que luego se profundizaron en las preguntas de entrevistas.

***NOTA:** Esta investigación se adherirá a los principios éticos y al código de conducta de la Asociación Americana de Psicología (2010), abarcando los principios de beneficencia y no maleficencia, fidelidad y responsabilidad, integridad, justicia, y respeto por los derechos y la dignidad de las personas. Para salvaguardar los derechos de los participantes y mantener la confidencialidad de los datos, se emplearán códigos para cada formulario de aplicación y el acceso a los cuestionarios digitales estará restringido al equipo investigador. Los riesgos, manejo confidencial de la información y resultados se detallarán en el documento de consentimiento, y se requerirá la aprobación del comité de ética al involucrar a seres humanos. Los participantes tendrán autonomía para decidir su participación voluntaria, sin repercusiones si deciden no continuar después de otorgar su consentimiento. Los resultados serán auténticos, basados en procedimientos estadísticos apropiados y no se manipulará la información en ningún momento. Se publicarán los resultados dentro de un marco académico para contribuir imparcialmente al beneficio y acceso de la sociedad.

Capítulo 3

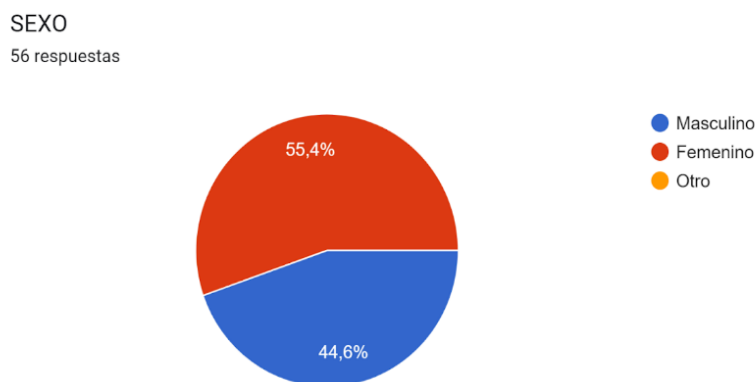
Resultados

Los resultados obtenidos de esta investigación permitieron conocer las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en estudiantes de 16 a 18 años. Para ello se realizó un análisis descriptivo basándose en una muestra total de 56 participantes de segundo año de bachillerato general unificado de una institución educativa privada de la ciudad de Cuenca, lo que permitió describir el uso de las redes sociales y su impacto en el bienestar emocional de los adolescentes.

Datos sociodemográficos

Figura 1

Sexo



En la figura 1 se observa que el 55,4% de la población, equivalente a 31 personas, corresponde al sexo femenino, mientras que el 44,6%, que representa a 25 personas, corresponde al sexo masculino. Estos datos reflejan una ligera predominancia de mujeres dentro de la muestra analizada.

Uso de las redes sociales por parte de los adolescentes

Encuesta a estudiantes

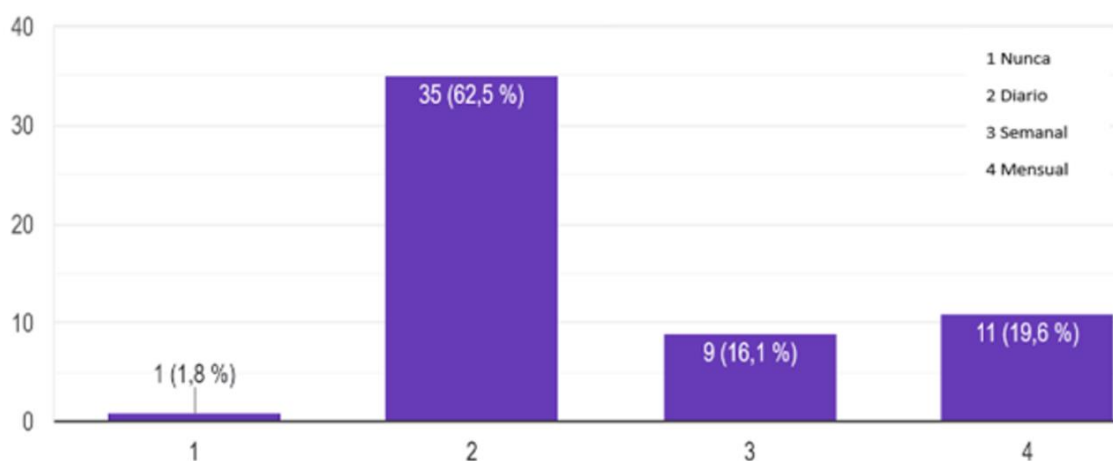
El uso frecuente de redes sociales como TikTok, Instagram, Facebook y WhatsApp entre los adolescentes se centra en el entretenimiento y la comunicación con amigos. Su popularidad ha aumentado debido a la fácil accesibilidad tecnológica y la falta de actividades estructuradas. A continuación, se presentan los resultados del cuestionario acerca del uso de redes sociales.

Figura 2

Frecuencia del uso de redes sociales

Uso de redes sociales:

56 respuestas



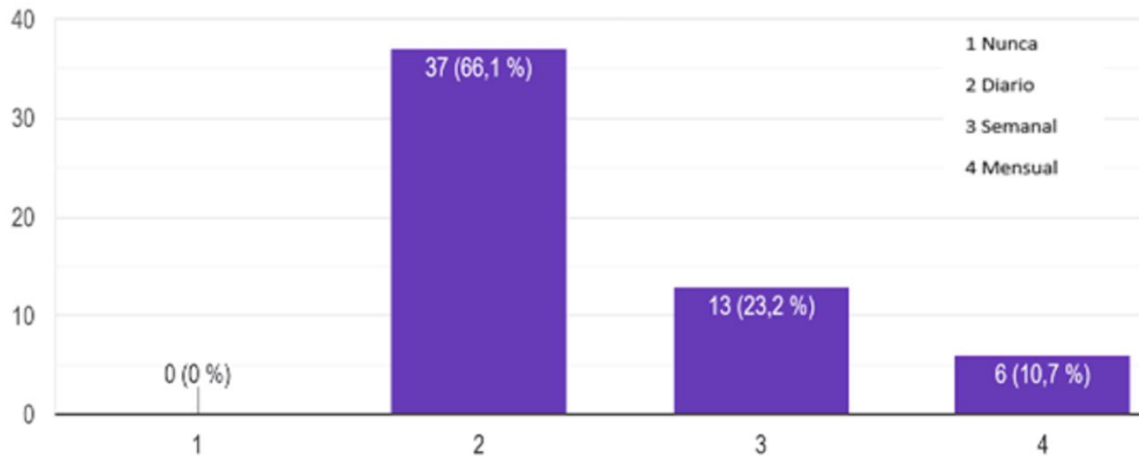
En la figura 2 se observa un uso frecuente de redes sociales representando un 62.5%, lo que sugiere que estas plataformas son una parte importante en la vida digital de los adolescentes.

Figura 3

Frecuencia del uso de navegadores

Uso de navegadores (explorer, chrome, mozilla...)

56 respuestas



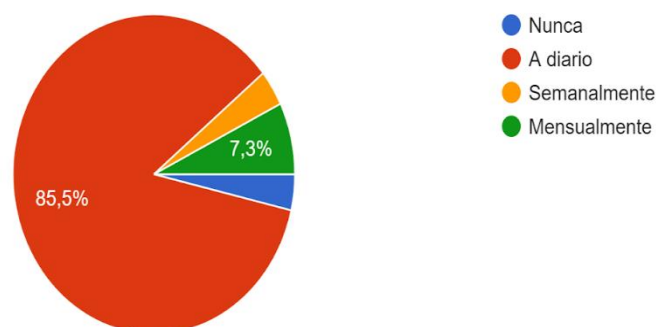
En la figura 2 se observa que las herramientas tecnológicas más usadas por los estudiantes son los navegadores, como Chrome y Mozilla, con un 66.1%.

Figura 4

Frecuencia en el uso de plataformas de redes sociales

Redes sociales (Facebook, Instagram y TikTok)

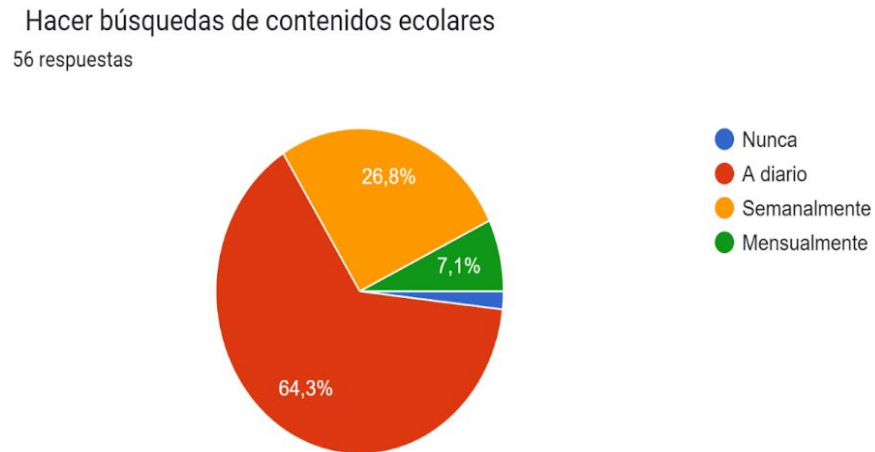
55 respuestas



La figura 4 sugiere que el uso de plataformas de redes sociales es frecuente entre los jóvenes, se refleja que un 85.5% de los estudiantes utilizan a diario las redes sociales.

Figura 5

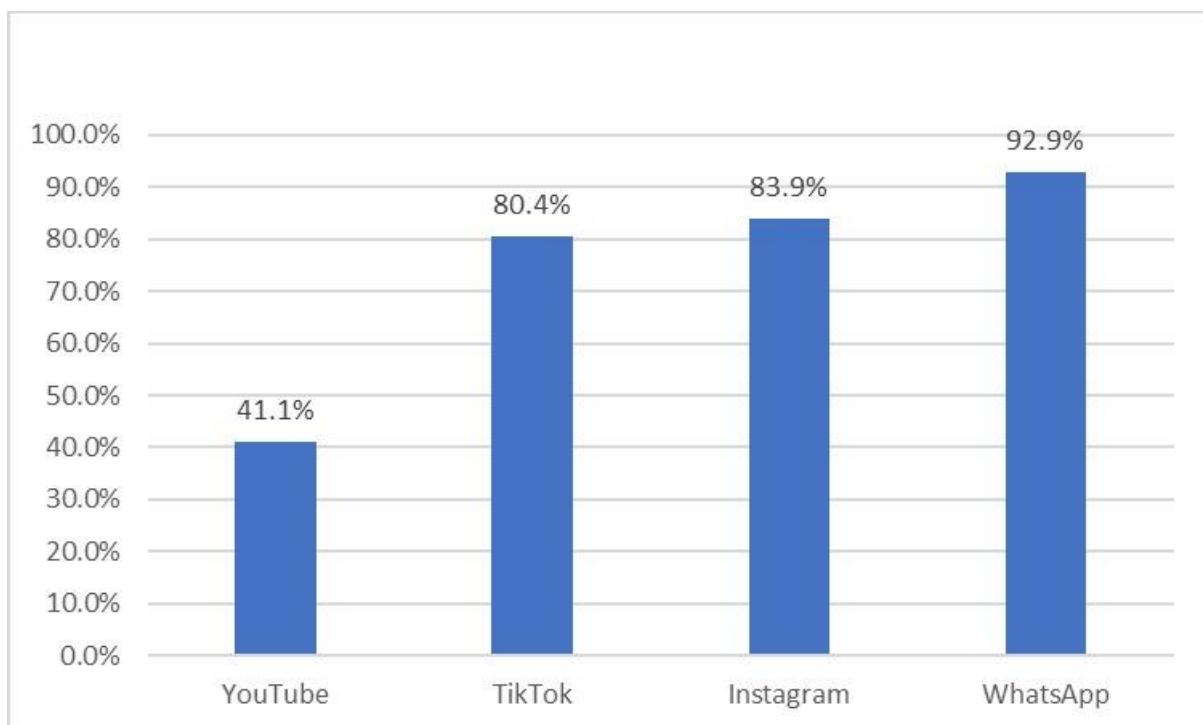
Frecuencia en el uso de realizar búsquedas en contenidos escolares



Esta figura refleja que el 64.3% de los estudiantes ocupan diariamente el internet para hacer búsqueda de contenidos escolares.

Figura 6

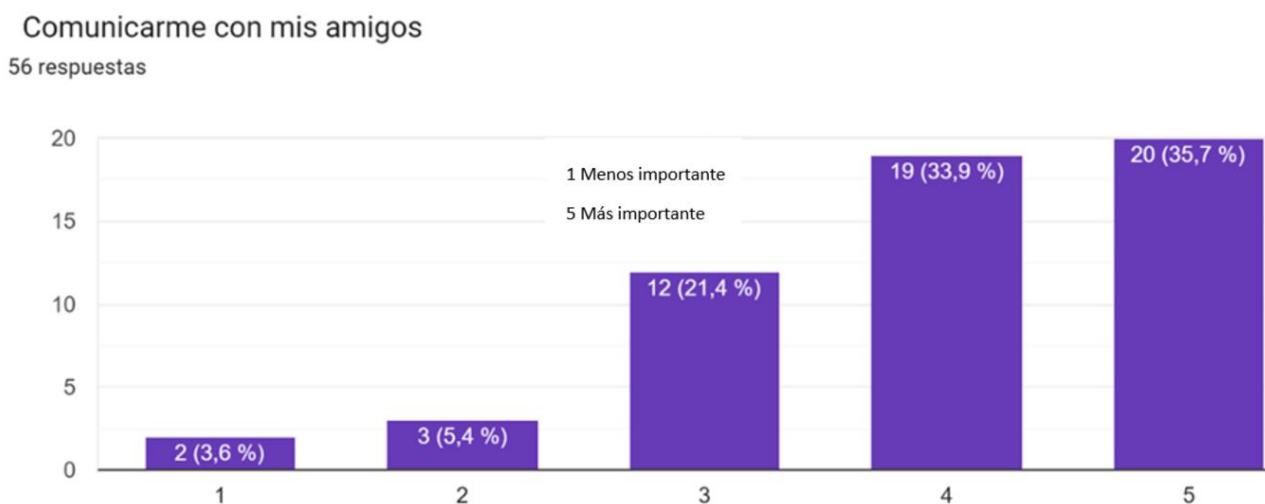
Frecuencia diaria del uso de las principales redes sociales



La figura 6 evidencia que el 41.1% de los estudiantes utilizan la plataforma YouTube a diario, mientras que un 80.4% accede regularmente a TikTok. Además, se observa que el 83.9% de los adolescentes emplea Instagram de manera cotidiana, y un notable 92.9% hace uso diario de WhatsApp, consolidándose como la plataforma más utilizada en este grupo.

Figura 7

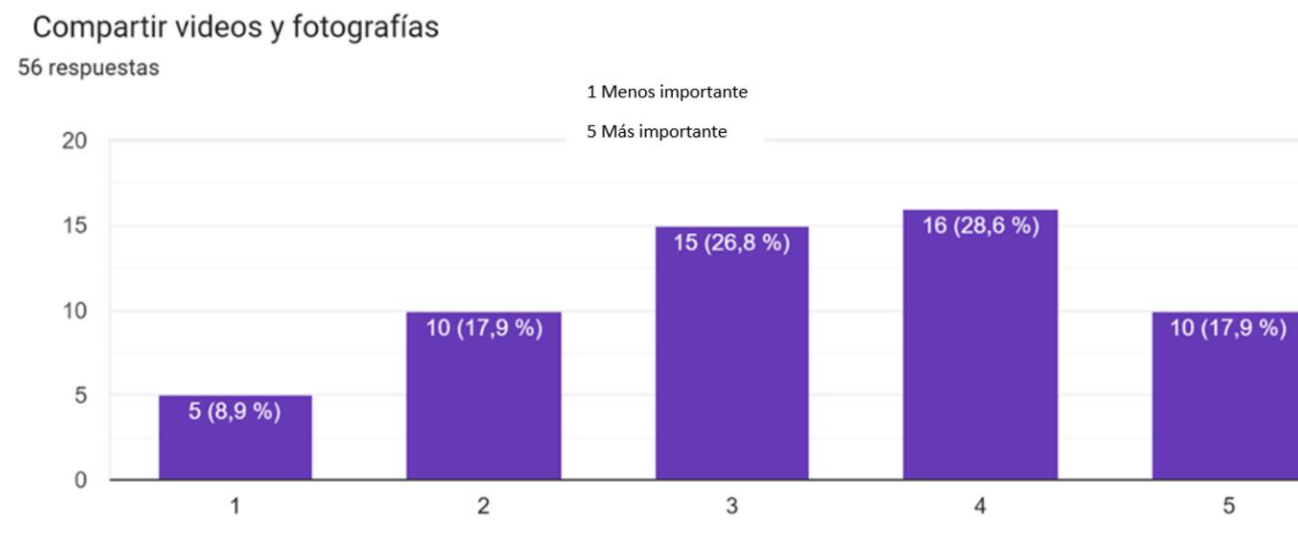
Motivos del uso de las redes sociales



Se observa que entre los motivos más relevantes que tienen los jóvenes para utilizar las redes sociales, se destaca en primer lugar la comunicación con sus amigos. El 35,7% de los estudiantes consideran importante la comunicación con sus amigos, contra el 3,6% que no lo considera nada relevante.

Figura 8

Motivos del uso de las redes sociales



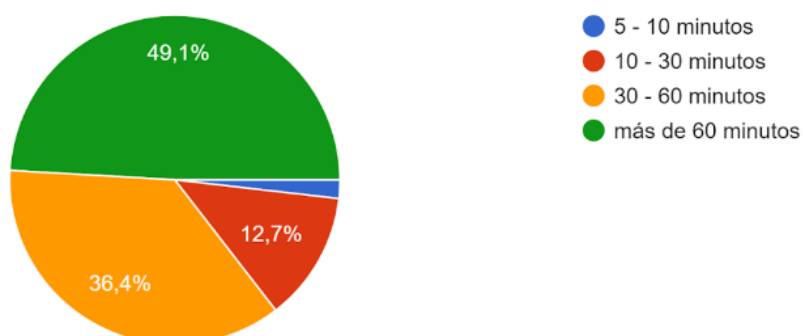
En la figura 8 destaca que un 28,6% de los jóvenes consideraron importante el hecho de compartir videos y fotografías contra un 8,9% que no lo considera significativo. Esto sugiere que el uso de redes está más orientado a la socialización y entretenimiento.

Figura 9

Tiempo del uso de las redes sociales

¿Cuánto tiempo pasas conectado?

55 respuestas



La figura 6 muestra el tiempo que los estudiantes dedican a las redes sociales. Se encontró que el 49,1% de los jóvenes emplean más de 60 minutos al día a estar conectados a

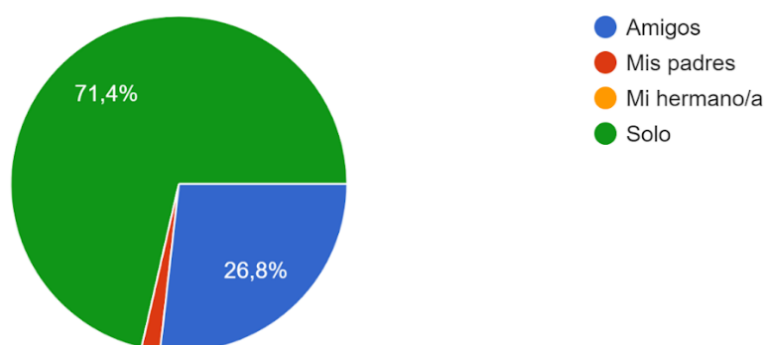
las redes sociales. Es relevante también el porcentaje de adolescentes que pasan de 30 a 60 minutos representado un 36.4%. En general estos datos evidencian un elevado tiempo de conexión por parte de los jóvenes.

Figura 10

Compañía habitual al conectarse a internet

Quando te conectas a Internet, sueles hacerlo acompañado de...

56 respuestas



Los resultados arrojan que el 71.4% de los estudiantes se conectan solos a internet. El 26.8% lo hace acompañado de amigos y solo el 1.8% con los padres. Este resultado sugiere que la mayoría de los estudiantes prefieren un uso más solitario del internet.

Entrevista a estudiante

El estudiante entrevistado comenzó a utilizar redes sociales a los 14 años principalmente para comunicarse con amigos. En la actualidad, sigue usando WhatsApp como su principal medio de comunicación y utiliza Instagram por entretenimiento y para compartir publicaciones personales. Sin embargo, el estudiante ha decidido no utilizar redes como Facebook y Twitter, ya que no le parecen útiles o no le agrada el tipo de contenido que se encuentra en ellas.

El propósito del uso de las redes sociales por parte del estudiante es principalmente para comunicación y entretenimiento, reconociendo que las redes influyen en su

comportamiento. Por ejemplo, menciona que algunas tendencias que ve en redes sociales influyen en su forma de vestir o peinarse. Además, destaca que las redes promueven comportamientos de consumo, ya que lo que se publicita tiende a convertirse en una tendencia que muchos siguen sin un criterio propio. A pesar de esto, el estudiante señala que con el tiempo ha aprendido a no dejarse influenciar tanto, siendo más consciente de que muchas cosas que se muestran en redes no son reales

Entrevista a docente.

El profesor entrevistado observó que el uso de redes sociales entre adolescentes ha crecido significativamente con el tiempo debido al aumento de la tecnología y el acceso a dispositivos electrónicos. Según él, las redes más utilizadas por los adolescentes hoy en día son TikTok, Facebook, e Instagram, siendo las más populares y visuales. Estas plataformas también presentan riesgos, ya que los adolescentes suelen exponerse a posibles peligros cuando publican fotos o videos que pueden ser vistos por personas desconocidas

Desde una perspectiva académica, el profesor considera que el uso excesivo de redes sociales afecta negativamente el rendimiento escolar. Menciona que muchos estudiantes se distraen durante las tareas debido a las notificaciones constantes de sus redes, lo que les impide concentrarse en sus estudios.

Consecuencias emocionales percibidas por alumnos y profesorado acerca del uso de redes sociales en los estudiantes

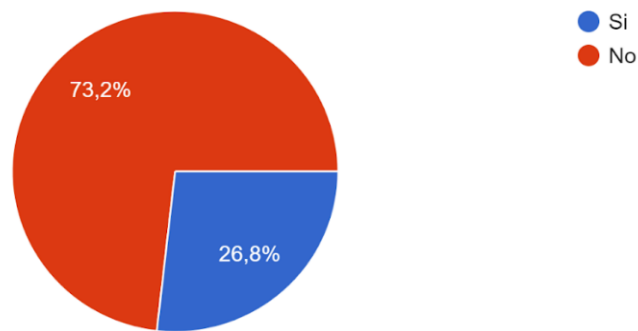
Encuesta a estudiantes

El impacto emocional de las redes sociales en los adolescentes es un tema de preocupación tanto para estudiantes como para profesores. El uso excesivo de estas plataformas puede generar ansiedad, frustración y afectar el bienestar emocional además de influir en el rendimiento académico y en las interacciones sociales.

Figura 11

Importancia del número de amigos en redes sociales

¿Es importante para ti el número de amigos que tienes agregados a las redes?
56 respuestas



Esta figura se evidencia que existe un mayor porcentaje de jóvenes que manifiestan que no consideran importante el número de amigos agregados (73.2%). Sin embargo, existe un porcentaje relativamente significativo del 26.8%, de estudiantes que consideran importante este elemento.

Figura 12

Autopercepción de la personalidad en redes sociales

¿Piensas que tu perfil refleja quien eres realmente? (En caso de tener varios explica en otros)
56 respuestas



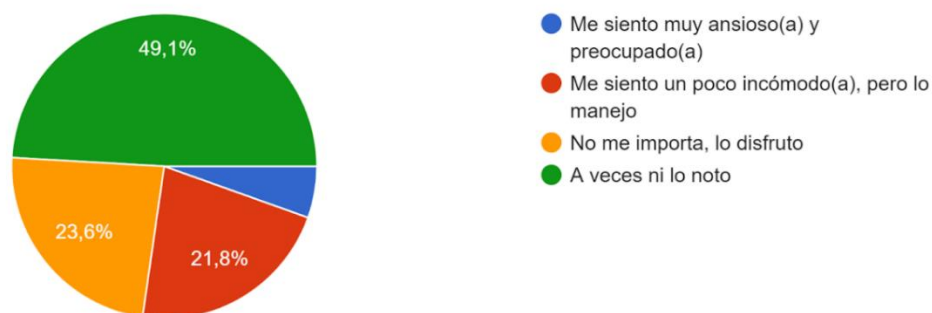
Esta figura aborda cómo los estudiantes perciben la autenticidad en las redes sociales. De hecho, el 69.6% de los encuestados manifiesta no estar de acuerdo con que el perfil refleja la personalidad del sujeto. No obstante, un 26.8% afirma estar de acuerdo con la interrogante.

Figura 13

Reacciones Emocionales tras Prolongados Períodos de desconexión de Redes Sociales

¿Qué sueles sentir cuando no puedes revisar tus redes sociales durante varias horas?

55 respuestas



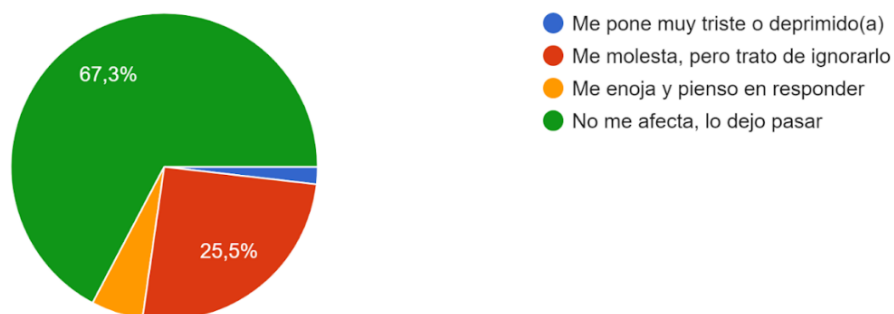
La figura 10 resalta las reacciones emocionales que experimentan los estudiantes después de estar desconectados de las redes sociales durante largos períodos. Estas reacciones incluyen incomodidad en un 21.8% y en un mínimo porcentaje ansiedad y preocupación (5.5%). Estos resultados demuestran que a la mayoría de los estudiantes no les importa o no notan el estar desconectados por largos periodos de tiempo.

Figura 14

Impacto emocional de los comentarios negativos en redes sociales

Si alguna vez has recibido comentarios negativos en redes sociales, ¿cómo te afecta emocionalmente?

55 respuestas



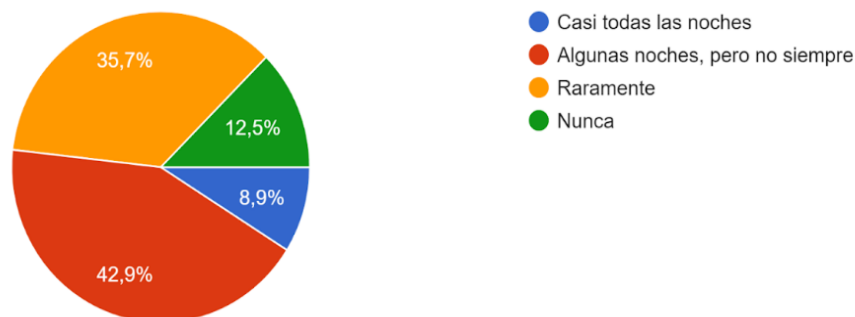
Esta figura muestra el impacto emocional que tienen los comentarios negativos de las redes sociales en los estudiantes. Si bien es cierto estos resultados reflejan que a la mayoría de los jóvenes no les afecta recibir comentarios negativos (67.3%). Si se evidencia un porcentaje del 25.5% de encuestados quienes manifiestan sentir molestia, enojo o tristeza este tipo de comentarios.

Figura 15

Frecuencia de desvelo por el uso de redes sociales

¿Con qué frecuencia te quedas despierto(a) más tarde de lo que deberías debido a las redes sociales?

56 respuestas



El gráfico representa la frecuencia de desvelo por parte de los encuestados, debido al uso prolongado de las redes sociales. Se presentan resultados preocupantes ya que el 42.9% de participantes manifiestan desvelarse en algunas ocasiones o casi todas las noches. Contra solo el 12.5% de los encuestados quienes manifestaron no hacerlo nunca.

Figura 16

Redes sociales y su influencia en las relaciones familiares y de amistad

Cómo afectan las redes sociales a tus relaciones cara a cara con amigos o familiares?

56 respuestas



En cuanto al impacto en las relaciones interpersonales, ya sea con familiares o amigos, estos resultados coinciden también con los anteriores, ya que los jóvenes manifiestan tener un buen equilibrio entre las redes sociales y sus relaciones con los demás. Existe un 69.6% de la muestra total a quienes no les afecta. Por el contrario, un porcentaje mínimo (16.1%) de los estudiantes expresan sentirse más cómodos interactuando en línea que en persona.

Entrevista a estudiante

Tanto el estudiante como el profesor coinciden en que el uso de las redes sociales tiene un impacto emocional en los adolescentes. El alumno mencionó que las redes sociales pueden generar frustración o comparación, especialmente debido a la exposición constante a imágenes o estilos de vida idealizados. Aunque señaló que, con la madurez, ha aprendido a discernir que lo que se muestra en redes no siempre es real, muchos jóvenes aún son influenciados por tendencias y presiones externas.

Entrevista a docente

El profesor también indicó que la constante interacción con las redes sociales puede provocar ansiedad, especialmente cuando los adolescentes no tienen acceso a ellas durante un tiempo prolongado. La falta de validación social, como recibir menos “likes” en una publicación, puede desencadenar sentimientos de frustración y afectar el bienestar emocional de los estudiantes. Asimismo, el docente destacó que el uso excesivo de redes puede interferir con el rendimiento académico, ya que los adolescentes tienden a distraerse con notificaciones en lugar de concentrarse en sus estudios.

Discusión

El análisis de los resultados revela diversas tendencias claras en el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes. Revelan que un alto porcentaje de adolescentes utiliza diariamente redes sociales como WhatsApp (92.9%), Instagram (83.9%) y TikTok (80.4%).

Esta tendencia coincide con lo señalado por Mora (2022), quien destaca que las redes sociales son una herramienta central en la vida de los adolescentes, principalmente como medio para la socialización del uso de estas plataformas refuerza lo encontrado por Critikián y Núñez (2021), quienes concluyeron que Instagram y WhatsApp son las redes más utilizadas por los jóvenes de la generación Z, lo que sugiere una constancia en las plataformas preferidas a nivel global.

Sin embargo, una diferencia clave entre este estudio y otros trabajos radica en que, a pesar del uso constante, la mayoría de los adolescentes encuestados no reporta una dependencia emocional significativa de las redes sociales. Este hallazgo contrasta con investigaciones como la de Guzmán y Gelvez (2023), quienes indicaron que muchos adolescentes sienten una fuerte ansiedad cuando no pueden conectarse o mantener contacto a través de redes sociales.

Los datos muestran que el uso prolongado de redes sociales puede generar frustración entre los adolescentes, especialmente debido a la comparación con estilos de vida idealizados presentados en las plataformas. Esto es coherente con las observaciones de Echeburúa (2012), quien señala que la constante exposición a contenido que idealiza ciertos estilos de vida puede contribuir a la ansiedad y a la baja autoestima. En este sentido, los resultados son consistentes con estudios que han vinculado el uso de redes sociales con la aparición de problemas emocionales, como la ansiedad y la depresión, debido a la presión por alcanzar estándares sociales poco realistas.

En cuanto al impacto emocional, los datos revelan que el uso prolongado de redes sociales genera frustración en algunos adolescentes, especialmente debido a la comparación con estilos de vida idealizados que observan en las plataformas. Este fenómeno es consistente con las observaciones de Echeberua (2012), quien advirtió sobre cómo la exposición continua a imágenes idealizadas puede desencadenar ansiedad y baja autoestima. Este patrón de

comparación vinculado a estándares irreales ha sido identificado en varios estudios como un factor clave en la aparición de problemas emocionales como la ansiedad y la depresión.

Una diferencia importante que se encontró es que, si bien una minoría significativa de estudiantes siente la presión de proyectos de una imagen idealizada, la mayoría no otorga importancia a la cantidad de amigos agregados ni a la aprobación social a través de seguidores. Esto contrasta con lo reportado por Valencia y Cabero (2019), quienes describen que muchos adolescentes buscan activamente la validación a través de la acumulación de seguidores en redes. Esta diferencia sugiere que algunos adolescentes están desarrollando una mayor capacidad de discernimiento entre las expectativas sociales y la realidad, lo que merece una mayor exploración.

El estudio también revela que el uso constante de redes sociales interfiere con el rendimiento académico de los adolescentes, un hallazgo que coincide con lo reportado por Morocco (2015), quien encontró que las redes como Facebook pueden distraer a los estudiantes de sus responsabilidades académicas. La facilidad de acceso a contenido de entretenimiento y las notificaciones continuas afectan la capacidad de concentración de los jóvenes, lo que impacta su desempeño escolar. Asimismo, los resultados de Domínguez y Ybañez (2016) evidencian una relación inversa entre el uso excesivo de redes y el rendimiento académico, lo que refuerza la necesidad de una gestión adecuada del tiempo en línea.

Un hallazgo interesante de este estudio es que, aunque el 21.8% de los adolescentes reporta incomodidad al estar desconectados por largos periodos, la mayoría no experimenta efectos emocionales significativos por la falta de acceso. Este resultado refuerza lo señalado por Muñoz y Ramírez (2016), quienes encontraron que solo una pequeña proporción de adolescentes desarrolla una dependencia emocional extrema hacia las redes sociales. Esta capacidad para desconectarse sin sufrir efectos negativos podría estar relacionada con una

madurez emocional en el uso de estas herramientas digitales, lo que podría ser un indicio de que algunos adolescentes que participaron en el estudio están aprendiendo a gestionar mejor su relación con las redes.

Por otro lado, en cuanto a los comentarios negativos en redes, el estudio muestra que, aunque la mayoría de los adolescentes no se ven afectados por interacciones negativas, una porción significativa (25.5%) experimenta emociones como tristeza o enojo ante comentarios ofensivos. Este resultado es consistente con lo encontrado por Gómez y Redondo (2011), quienes destacaron que las interacciones negativas en redes sociales pueden afectar directamente a aquellos jóvenes con mayor sensibilidad emocional o baja autoestima.

Finalmente, los resultados también indican que el 69.6% de los adolescentes no considera que su perfil en redes sociales refleja su verdadera personalidad, lo que evidencia una desconexión entre la vida en línea y la vida real. Este hallazgo es consistente con la revisión de Navarrete Villanueva et al. (2017), quienes sugieren que los adolescentes tienden a presentar una versión idealizada de sí mismos en las plataformas digitales. Sin embargo, el hecho de que la mayoría de los encuestados no se preocupe en exceso por proyectar una imagen perfecta contrasta con estudios que destacan la importancia de la validación social en línea para muchos adolescentes.

En conjunto, los resultados de este estudio proporcionan una visión localizada y actualizada del impacto emocional del uso de redes sociales en adolescentes, y aunque coinciden en muchos aspectos con estudios previos, también ofrecen nuevas perspectivas sobre la relación de los jóvenes con las plataformas digitales y su capacidad para gestionar su tiempo y emocionales en el entorno virtual.

Conclusiones

Los resultados de este estudio ofrecen una perspectiva valiosa sobre el impacto emocional del uso de redes sociales en adolescentes de 16 a 18 años, revelando tendencias

claras que pueden interpretarse de varias maneras. En primer lugar, el uso extendido de plataformas como WhatsApp, Instagram y TikTok refleja su papel central en la socialización juvenil, coincidiendo con estudios previos que destacan la importancia de las redes sociales en la formación de identidades y relaciones en la adolescencia. Sin embargo, uno de los aspectos más importantes de este estudio es que, aunque los adolescentes usan mucho las redes sociales, la mayoría no muestra consecuencias emocionales significativas. No obstante, un pequeño porcentaje de la muestra evidenció consecuencias emocionales relacionadas con la comparación social y la falta de validación a través de las redes, lo que sugiere que, aunque no generalizado, este es un factor que merece atención adicional.

Una limitación de los resultados del estudio es el enfoque en una muestra reducida y geográficamente específica, lo que puede no representar las experiencias de adolescentes en diferentes contextos socioculturales. Asimismo, el entorno escolar privado y la estructura familiar pueden haber influido en las respuestas sobre las experiencias emocionales relacionadas con las redes sociales, limitando la extrapolación de los resultados a otros entornos con menos acceso a tecnología o supervisión parental. Además, el estudio se centró en los estudiantes de una institución educativa en Cuenca, lo que reduce la posibilidad de comparar los resultados con poblaciones de zonas rurales o en condiciones socioeconómicas diferentes.

Las implicaciones de este estudio destacan la necesidad de abordar el uso de redes sociales desde una perspectiva educativa más crítica, enfocándose en el equilibrio entre el entretenimiento y las responsabilidades académicas, así como en la promoción de una identidad auténtica en línea. A nivel teórico, los resultados subrayan la importancia de estudiar las redes sociales no solo como espacios de interacción, sino como potenciales generadores de problemas emocionales y académicos. Por tanto, los hallazgos sugieren la necesidad de continuar investigando con muestras más amplias y diversos contextos

culturales para comprender mejor cómo las redes afectan el bienestar emocional y la vida académica de los adolescentes en distintos escenarios.

Los resultados de esta investigación demuestran que el uso de redes sociales en los adolescentes estudiados no parece influir significativamente en su bienestar emocional. Esto podría estar relacionado con el programa de orientación sobre el uso adecuado de las redes sociales contribuido a un manejo más saludable de estas plataformas por parte de la institución. Sin embargo, es importante señalar que la literatura existente indica que, en general, los adolescentes tienden a desarrollar una dependencia de las redes sociales, lo que puede tener tanto consecuencias positivas como negativas en su salud emocional. Por lo tanto, aunque los resultados de este estudio no muestran un impacto emocional directo, es esencial continuar investigando para explorar cómo el contexto educativo y otros factores influyen en la relación de los jóvenes con las redes sociales.

Recomendaciones

Para mejorar futuros estudios, se sugiere ampliar la muestra, incluyendo variables como edad, género y nivel socioeconómico, además de realizar estudios longitudinales para observar cambios en el impacto emocional del uso de redes sociales a lo largo del tiempo.

Como líneas de investigación futuras, se recomienda explorar la relación entre el uso prologando de redes sociales y la aparición de ansiedad o depresión, así como investigar el impacto de las redes en la identidad y autoestima de los adolescentes. También sería valioso analizar como el uso excesivo afecta el rendimiento académico y las relaciones familiares.

Es importante aplicar el cuestionario tanto en instituciones públicas como privadas, adaptando algunas preguntas para profundizar en las diferencias contextuales. Este contraste permitirá identificar variaciones significativas en el impacto emocional según el entorno socioeconómico.

Por último, se recomienda que las instituciones educativas implementen programas de alfabetización digital y apoyo emocional para que los estudiantes aprendan a gestionar el uso de las redes de forma saludable. Además, se debe capacitar a los docentes para identificar problemas emocionales derivados del uso excesivo de redes y ofrecer el soporte adecuado.

Referencias

- Albert García, O. y Hernández Prados, M. Á. (2018). *Uso de las Redes Sociales: Cuestionario para adolescentes* [Cuestionario, Universidad de Murcia]. Digidu: Repositorio Institucional de la universidad de Murcia.
<https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/57088>
- Albert García, O. y Hernández Prados. A.M. (2018). *Uso de las redes sociales: Cuestionario para adolescentes* [Cuestionario]. Digidu biblioteca Universitaria de la Universidad de Murcia. <http://hdl.handle.net/10201/57088>
- Anaya Mora, V. (2022). *Emociones construidas a través de las redes sociales que influyen en la vida del Adolescente: revisión sistemática* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio de la Universidad Cooperativa de Colombia.
<https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/bc361159-375c-484f-bef5->

bebafa25e804

- Burrillo Ruiz, B.M. (2018). *Diseño De Juego De Mesa Como Herramienta Para Dar A Conocer Las Consecuencias Del Insomnio Tecnológico Por El Excesivo Uso De Las Redes Sociales* [Tesis de grado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional de la Universidad San Ignacio De Loyola.
<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/6f17aedb-569a-44d2-a0ac-fe5d2b7ad09c>
- Critikián, D. M. y Núñez, M. M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *RCyS Revista de comunicación y salud*, 11(4), 55-76.
<https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>
- De la Torre, L. y Fourcade, H. (2012). El uso de las redes sociales virtuales en niños, niñas y adolescentes. *Revista Infancias Imágenes*, 1(2), 69-73.
<https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/infancias/article/view/5627/7157>
- Domínguez-Vergara, J. A., y Ybañez-Carranza, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181-230. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91- 110.
<http://www.redalyc.org/html/2891/289122889001>
- García del Castillo, J. A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Health and Addictions*, 13(1), 5-14.
<https://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>
- Gómez Ferreira, K.K. y Marín Quintero, J.S. (2017). *Impacto que generan las redes sociales en el comportamiento del adolescente y en sus relaciones interpersonales* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio institucional de la

Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/items/8378cd22-d05f-4e3e-a2ff-3afd8bc877f3>

Gómez, J. A., y Redondo, C. (2011). Las redes sociales como fuente de conocimiento de enseñanza primaria. XII Congreso Internacional de Teoría de la Educación 2011. <http://www.cite2011.com/Comunicaciones/TIC/150.pdf> .

Guzmán Brand, V. A. y Gelvez García, L. E. (2023). La nomofobia en los adolescentes y el impacto en su salud mental: una revisión sistemática. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 15(3), 12-23. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9244551>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Metodología de la Investigación (6ta ed). McGraw Hill.

Manual de publicaciones de la American Psychological Association (2021) (F. Oriol, Trad., 4.ed.). Editorial El Manual Moderno. (Trabajo original publicado en 2021).

Marañón, C. O. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en Internet. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 54, 1-16. <https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950250003.pdf>

Martín Arribas, M. C. (2004). Diseño y validación de cuestionarios. *Matronas Profesión*, 5(17), 23-29. <https://s3-eu-south-2.ionoscloud.com/assetsedmayo/articles/3MOIddYTjIrd3vGliPNR6V4DjnfA0J0BH6nuHMrz.pdf>

Martínez-Ferrer, B., y Moreno Ruiz, D. (2017). Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 105-114. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349853220011.pdf>

Mira, J. J., Pérez Jover, V., Lorenzo, S., Aranaz, J. y Vitaller, J. (2004). La investigación

cualitativa: una alternativa también válida. *Atención Primaria*, 34(4), 161-166.

[https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(04\)78902-7](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(04)78902-7)

Morduchowicz, R. Marcon, A. Sylvestre, V. Ballestrini, F. (2010). Los Adolescentes y las redes sociales. *Ministerio de educación de la nación, escuela y medios*.

<http://www.me.gov.ar/escuelaymedios/material/redes.pdf>

Morocco, P. M. (2015). *Uso del Facebook y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, periodo 2014* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Archivo digital.

<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/2375>

Muñoz Villegas, N. E. y Ramírez Cortés, S. (2016). Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 46-52.

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/32>

Muñoz, N. E. y Ramírez, S. (2016). Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. *PsicoEducativa: Reflexiones y Propuestas*, 2(4), 46-52.

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/32>

Navarrete Villanueva, D., Castel Feded, S., Romanos Calvo, B. y Bruna Barranco, I. (2017). Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica. *Psicología y Salud*, 27(2), 255-267.

<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2531>

Olivares García, P. (2010). Facebook: Entre el cielo y el infierno. *Chasqui. Revista Latinoamericana de Comunicación*, (111), 89-93.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16057455018>

Orihuela, J. L. (2008). Internet: la hora de las redes sociales. *Nueva Revista*, 119.

https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/2962/1/nueva_revista_08.pdf

Sánchez Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. (2008). La

adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20 (2), 149-159.

<http://www.redalyc.org/html/2891/289122057007>

Valencia-Ortiz, R., y Cabero-Almenara, J. (2019). La adicción a las redes sociales: validación de un instrumento en el contexto mexicano. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 19 (2), 149–159. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.460>

Varona Fernández, M. N., y Hermosa Peña, R. (2020). Percepción y uso de las redes sociales por los adolescentes. *RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA)*, 8(1), 18-30. <https://ria.asturias.es/RIA/handle/123456789/13166>

Vidal Ledo, M., Vialart Vidal, M. N., y Hernández García, L. (2013). Búsqueda temática digital: Redes sociales. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 27(1), 146-157. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086421412013000100017&script=sci_arttext&tlng=en

Anexos

Anexo 1: Formato de consentimiento informado.



Consentimiento informado para apoderados

Estimados padres de familia,

Reciban un cordial saludo de la Escuela de Psicología Educativa de la Universidad del Azuay. La presente tiene como finalidad solicitar su autorización para que su hijo(a) participe en una investigación sobre las "Consecuencias emocionales de las redes sociales en jóvenes de 16 a 18 años", realizada por Diego Mocha, estudiante de la Universidad del Azuay.

El propósito de este estudio es investigar las posibles consecuencias emocionales que el uso

de las redes sociales puede tener en jóvenes de 16 a 18 años, incluyendo aspectos como el bienestar psicológico, la autoestima y las relaciones interpersonales.

Este proyecto se llevará a cabo a través de la aplicación de una encuesta virtual de manera anónima a los estudiantes de segundo y tercer año de bachillerato, con el fin de recopilar información sobre la frecuencia de uso, las razones detrás de este uso y el bienestar emocional. Los fines son exclusivamente de investigación, cuya información será tratada con toda la ética profesional y la confidencialidad.

Seguros de contar con su favorable atención, agradecemos su colaboración y apoyo en este proyecto de investigación. Al firmar este documento, ustedes están dando su consentimiento para que sus hijos participen en este estudio. Entendemos que la participación es completamente voluntaria y que los estudiantes pueden retirarse en cualquier momento según su deseo. Además, estamos disponibles para responder cualquier pregunta que puedan tener sobre el estudio.

Firma del Padre, Madre o Tutor:

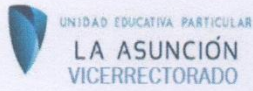
Agradecemos su colaboración y apoyo en este proyecto de investigación.

Atentamente,

Diego Mocha

diego.mocha@es.uazuay.edu.ec

Universidad del Azuay

Anexo 2: Autorización de la investigación en la Unidad Educativa.

Oficio No. V.-0010-24/25-UEA 05

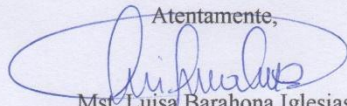
Cuenca, 11 de septiembre de 2024

Señor
Diego Fernando Mocha Duchi
Estudiante de la Universidad del Azuay
Facultad de Filosofía
Presente.

Asunto: Aceptación de Proyecto de graduación Universidad del Azuay

Reciba un cordial saludo, mediante el presente, en contestación a su solicitud donde manifiesta se autorice la aplicación de entrevista y encuesta a los estudiantes de bachillerato y docentes de nuestra institución, con el propósito de evaluar las consecuencias emocionales de las redes sociales en jóvenes de 16 a 18 años; como Vicerrectora de la UEA, comunico a usted que se respaldará la presente investigación con la colaboración de la Coordinadora del Departamento de Consejería Estudiantil DECE, Mgt. Rossana Vázquez.

Se solicita entregar de manera previa: Consentimiento firmado de Padres de Familia, para la aplicación de instrumentos de investigación.

Atentamente,

Mst. Luisa Barahona Iglesias
Vicerrectora UEP La Asunción



Anexo2: “USO DE LAS REDES SOCIALES Cuestionario para adolescentes”

USO DE LAS REDES SOCIALES Cuestionario para adolescentes

Olivia Albert García y M^a Ángeles Hernández Prados
Universidad de Murcia

Para contestar al cuestionario debes marcar con una cruz “X” solo una respuesta en cada pregunta, excepto si se indica lo contrario. No hay límite de tiempo. No hay respuestas correctas o erróneas. Por favor, se sincero en tus contestaciones y responde a todas las preguntas. Este cuestionario es anónimo.

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

CURSO:

EDAD:

SEXO: Hombre Mujer

NACIONALIDAD: Española Otra: _____

¿Tienes Internet en casa? Si No

¿Cuántas personas conviven en tu hogar incluido tu? _____

De ellas ¿Quiénes utilizan Internet? Padre Madre Hermanos Tu Otros _____

¿Cuántos hermanos tienes? _____ Orden que ocupas: _____

EDAD PADRE: _____ EDAD MADRE: _____

NACIONALIDAD PADRE: Española Otra: _____

NACIONALIDAD MADRE: Española Otra: _____

Nivel de estudios. Tacha con una cruz lo que corresponda.

PADRE	<input type="checkbox"/> Sin estudios	<input type="checkbox"/> Estudios primarios	<input type="checkbox"/> Graduado Escolar, o ESO	<input type="checkbox"/> Bachiller Superior, FP II, módulo Superior	<input type="checkbox"/> Estudios Universitarios
MADRE	<input type="checkbox"/> Sin estudios	<input type="checkbox"/> Estudios primarios	<input type="checkbox"/> Graduado Escolar, o ESO	<input type="checkbox"/> Bachiller Superior, FP II, módulo Superior	<input type="checkbox"/> Estudios Universitarios

¿Qué jornada laboral tienen tus padres?

Padre: Jornada completa. Media jornada. No trabaja.

Madre: Jornada completa. Media jornada. No trabaja

CUESTIONES SOBRE EL USO DE LAS REDES SOCIALES

1. ¿Desde donde sueles conectarte habitualmente a Internet?

- Desde mi casa Desde la biblioteca En el instituto
 Desde la casa de un amigo Desde un ciber Redes inalámbricas en la calle
 Desde el móvil Otros: _____

2. De las siguientes tecnologías indica cuáles tienes en tu casa

	¿Cuántos?	¿Desde cuándo?		
		Menos de 1 año	De 1 a 5 años	Más de 5
Teléfono móvil				
Ordenador de mesa				
Ordenador portátil				
DVD				
Videoconsola				
Smartphone (Blackberry, iPhone...)				
TDT				
Videocámara				
ADSL				
Libro electrónico				

3. ¿Con que frecuencia y grado de dominio utilizas las siguientes tecnologías?

	FRECUENCIA				GRADO DE DOMINIO			
	Nunca	diario	semanal	mensual	Ninguno	Bajo	Medio	Alto
Internet								
Ordenador								
Teléfono móvil								
USB								
Reproductor Mp3								
TDT								
GPS (localización por satélite)								
Redes sociales								
Correo electrónico								
Navegadores (explorer, chrome, mozilla...)								

4. Cuando te conectas a Internet, sueles hacerlo acompañado de.....

amigos mis padres mi hermano/a profesores Solo

5. Con que frecuencia utilizas Internet para...

Consulta de noticias, prensa...	Nunca	A diario	semanalmente	mensual
Redes sociales (Facebook, tuenti...)	Nunca	A diario	semanalmente	mensual
Entretenimiento (juegos, youtube...)	Nunca	A diario	semanalmente	mensual
Descarga de archivos	Nunca	A diario	semanalmente	mensual
Recursos educativos (Wikipedia, página wb o blog del instituto...)	Nunca	A diario	semanalmente	mensual
Hacer búsquedas de contenidos escolares	Nunca	A diario	semanalmente	mensual

6. Que redes sociales utilizas, desde cuando y con que frecuencia

	USO		Desde cuando			FRECUENCIA			
	SI	NO	< 1 año	De 1 a 5	> 5 años	Nunca	diario	semanal	Mensual
Facebook	SI	NO	< 1 año	De 1 a 5	> 5 años	Nunca	diario	semanal	Mensual
Tuenti	SI	NO	< 1 año	De 1 a 5	> 5 años	Nunca	diario	semanal	Mensual
Hi5	SI	NO	< 1 año	De 1 a 5	> 5 años	Nunca	diario	semanal	Mensual
Myspace	SI	NO	< 1 año	De 1 a 5	> 5 años	Nunca	diario	semanal	Mensual
Otras:	SI	NO	< 1 año	De 1 a 5	> 5 años	Nunca	diario	semanal	Mensual

7. Desde el año pasado, me conecto a las redes sociales...

Menos a menudo Igual de a menudo Más a menudo

¿Por qué? Explica el motivo _____

8. De todas las redes sociales ¿cuál es la que más te gusta?

9. ¿Consultaste a alguien a la hora de empezar a usar redes sociales? Si No

En caso afirmativo, ¿a quien?

amigos mis padres hermano/a profesores nadie Otros: _____

10. ¿Por qué utilizas redes sociales (5 es el motivo más importante y 1 el menos importante)

Comunicarme con mis amigos	1	2	3	4	5
Tener mas información sobre mis amigos	1	2	3	4	5
Hablar de mi	1	2	3	4	5
Compartir videos y fotografías	1	2	3	4	5
Hacer anuncios políticos, apoyar causas	1	2	3	4	5
Hacer mi propia publicidad	1	2	3	4	5
Encontrar a nuevos amigos	1	2	3	4	5
Utilizar el Chat	1	2	3	4	5
Encontrar a mis antiguos amigos	1	2	3	4	5
Otros	1	2	3	4	5

11. ¿Con que frecuencia utilizas las redes para...?

1= Nunca 2= Pocas veces 3= A veces 4= Bastante 5= Muy a menudo

Compartir videos	1	2	3	4	5
Ver videos	1	2	3	4	5
Subir fotografías	1	2	3	4	5
Ver las fotos de mis amigos	1	2	3	4	5
Actualizar mi perfil	1	2	3	4	5
Hacer comentarios sobre los perfiles/fotografías/videos colocados por mis amigos	1	2	3	4	5
Jugar	1	2	3	4	5
Encontrar información sobre la actualidad, el tiempo, el horóscopo, etc.	1	2	3	4	5
Unirse a grupos	1	2	3	4	5
Crear grupos	1	2	3	4	5
Consultar los perfiles de mis amigos	1	2	3	4	5
Buscar a mis antiguos amigos	1	2	3	4	5
Utilizar aplicaciones (Farmville, Mafiawars, CafeWorld, etc.)	1	2	3	4	5
Otros	1	2	3	4	5

12. En general, te conectas a las redes sociales...

- Por la mañana
 Al medio día
 Por la tarde
 Por la noche
 En cualquier momento
 Todo el tiempo

13. **Cuánto tiempo pasas conectado?**

- 5-10 minutos 10-30 minutos 30-60 minutos más de 60 minutos

14. **¿Es importante para ti el número de amigos que tienes agregados a las redes?** Sí No**En caso afirmativo, ¿podrías indicar el por qué?**

- Para que se vea que tengo muchos
 Poder visitar el perfil de más gente
 Mostrar mis intereses al mayor número posible de personas
 Tener mas usuarios con los que jugar en las aplicaciones
 Ser conocido por mucha gente
 Que muchos sepan lo que hago
 Otras (indica cuál) _____

15. **¿A quién añades a tus listas de amigos? (varias respuestas posibles)**

- Añadido a los amigos que conozco en la vida real Añadido a los amigos de mis amigos
 Añadido a todo el mundo, lo conozca o no Miembros de mi familia
 Otros: _____

16. **¿Has ignorado alguna petición de amistad?** Sí No

¿Por qué razón has decidido ignorarlas? _____

17. **¿Quién puede consultar tu perfil?**

- Solamente tu amigos Tus amigos y los amigos de estos Todo el mundo
 Solo a quien das permiso para visitar tu perfil No lo recuerdo

18. **¿Qué información proporcionas en tu perfil? (varias opciones)**

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Sexo | <input type="checkbox"/> Situación sentimental |
| <input type="checkbox"/> Fecha de nacimiento | <input type="checkbox"/> Los miembros de tu familia |
| <input type="checkbox"/> Origen | <input type="checkbox"/> Intereses (hombres/mujeres) |
| <input type="checkbox"/> Residencia actual | <input type="checkbox"/> En busca de (amistad, encuentro, una relación...) |
| <input type="checkbox"/> Tu número de teléfono | <input type="checkbox"/> Intereses (actividades, música, libros, televisión, etc.) |
| <input type="checkbox"/> Tu dirección | <input type="checkbox"/> Opinión política |
| <input type="checkbox"/> Tu email | <input type="checkbox"/> Religión |

Anexo 4: Elaboración de la matriz de la entrevista semiestructurada

Tema de la investigación.		Consecuencias emocionales de las redes sociales en jóvenes de 16 a 18 años.				
DATOS GENERALES	Preguntas Generadoras	1.- ¿Cuáles son las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en estudiantes de 16 a 18 años? 2.- ¿Cuáles son las influencias más frecuentes de las redes sociales en la vida cotidiana de los jóvenes entre los 16 a 18 años?				
	Objetivo General	Conocer las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en estudiantes de 16 a 18 años.				
Objetivo específico	Pregunta generadora	Conceptos o categorías apriorísticas	Subcategoría	Preguntas entrevistas (adolescente)	Preguntas entrevistas (profesora)	Observaciones
<ul style="list-style-type: none"> • Describir el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes. 	1.- ¿Cuáles son las consecuencias emocionales del uso de redes sociales en estudiantes de 16 a 18 años?	Redes sociales y adolescentes: Para Orihuela (2008) las redes sociales en línea nos facilitan conocer y acceder a los contactos de nuestros amigos, así como descubrir a personas con intereses, objetivos o gustos	Tiempo en del uso de las redes sociales: Según Morocco (2015) se identifica el hecho de que el creciente uso de Facebook entre los estudiantes les exige mucho tiempo, lo que conduce a la	1. ¿Podrías contarme cómo y cuándo comenzaste a utilizar las redes sociales? 2. ¿Qué redes sociales utilizas actualmente y cuáles has decidido no	1. ¿Cuándo empezó a notar que los adolescentes usaban activamente las redes sociales, y cómo cree que ha evolucionado ese uso con el tiempo? 2. ¿Qué redes sociales cree que son más	Report Datos generales Firma de consentimiento Ética de la investigación.

		<p>similares. Estas plataformas no solo amplían nuestro círculo social, basadas en afinidades compartidas.</p> <p>Usos y dependencia de las redes sociales: Según García (2013) nos dice que las nuevas tecnologías han transformado rápidamente nuestra vida y comunicación, creando una nueva realidad con grandes avances, pero también con consecuencias negativas emergentes. Así, se trata de la</p>	<p>incapacidad de centrarse, pérdida del interés en estudiar, y la ausencia en las clases, etc.</p> <p>Tipos de redes sociales: Según Castell (2003), “botellón digital” si se produce los fines de semana. Los adolescentes, viven pendientes de los zumbidos, los pitidos, destellos y vibraciones de un mensaje nuevo en la bandeja del correo, de un retweet, de un mensaje en el WhatsApp,</p>	<p>usar? ¿Cuál es el motivo de estas decisiones?</p> <p>3. ¿Para qué propósitos sueles usar las redes sociales y con quiénes compartes información?</p> <p>4. ¿Consideras que alguien o algo ha influido en tu manera de usar las redes sociales? Si es así, ¿quién o qué y por qué?</p> <p>5. ¿Cuál consideras que es la mejor y la peor experiencia que podrías tener utilizando</p>	<p>populares entre los adolescentes hoy en día, y cuáles considera que presentan más riesgos o beneficios para ellos?</p> <p>3. ¿Qué razones cree que impulsan a los adolescentes a utilizar las redes sociales y con qué tipo de personas o grupos suelen interactuar?</p> <p>4. En su opinión, ¿hay factores externos, como la presión social o la influencia de figuras públicas, que moldean el comportamiento de los adolescentes en las redes sociales?</p>	
--	--	---	--	--	---	--

		<p>divulgación de datos personales peculiares; varios usuarios hablan de su vida íntima, comparten fotos de lugares donde van regularmente, su horario diario y rutina, y otros aspectos de la vida privada.</p>	<p>etc.... Por otra parte, debemos reconocer que existe un exceso de información y que la Red ha contribuido a crear este síndrome de Diógenes informativo.</p>	<p>redes sociales?</p> <p>6. ¿Cuánto tiempo dirías que dedicas a las redes sociales en tu día a día?</p>	<p>5.Desde su experiencia, ¿cuáles cree que son las mejores y peores experiencias que los adolescentes pueden vivir en las redes sociales?</p> <p>6. ¿Ha observado que los adolescentes dediquen demasiado tiempo a las redes sociales? ¿Cree que esto afecta su rendimiento académico o su bienestar emocional?</p>	
--	--	--	---	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> Identificar consecuencias e influencias emocionales percibidas por el profesorado y alumnos sobre el uso de redes sociales en los estudiantes. 	<p>2.- ¿Cuáles son las influencias más frecuentes de las redes sociales en la vida cotidiana de los jóvenes entre los 16 a 18 años?</p>	<p>Consecuencias de uso excesivo de las redes sociales: La preocupación por la adicción a las redes sociales es evidente, además el uso excesivo de este medio puede desencadenar en problemas psicopatológicos como la depresión, la fobia social u otros trastornos de tipo impulsivo-compulsivo (Echeburúa, 2012)</p> <p>Esta adicción a redes sociales no solo afecta a su comportamiento sino en los procesos cognitivos del estudiante ya que en los estudios</p>	<p>Situaciones emocionales de los adolescentes: La autoestima es otro constructo que presenta diferencias entre los grupos: el grupo de uso excesivo muestra una menor autovaloración de cómo son percibidos por su familia, por el mundo académico – profesores, compañeros de clase y ellos mismos– y de nivel de comprensión de sus propias emociones y de cómo las muestran ante los demás</p>	<p>¿Qué emociones experimentas cuando no puedes acceder a las redes sociales por un tiempo prolongado? ¿Cómo gestionas esa situación?</p> <p>2. ¿Qué emociones y conductas sientes que has aprendido o adoptado a través de tu uso de las redes sociales?</p> <p>3. ¿Alguna vez has sido víctima de agresiones en redes sociales? Si es así, ¿podrías compartir</p>	<p>1. ¿Qué tipo de emociones cree que experimentan los adolescentes cuando no pueden acceder a las redes sociales por un tiempo prolongado? (¿Ha notado cómo gestionan esa ansiedad o frustración?)</p> <p>2. ¿Considera que las redes sociales influyen en las emociones y conductas de los adolescentes?</p> <p>¿Qué tipo de emociones o comportamientos cree que han aprendido a través de ellas?</p> <p>3. Desde su experiencia, ¿has visto casos de</p>	
--	---	--	---	---	--	--

		<p>realizados por Morocco (2015),</p> <p>Problemas emocionales en adolescentes: Los adolescentes son más propensos a desarrollar dependencia en las redes sociales debido a su baja autoestima, sentimientos de soledad, necesidad de afecto y reconocimiento, inseguridad y falta de habilidades sociales. Estos aspectos tienen un impacto significativo en su bienestar emocional. (Sanchez et al., 2008)</p>	(García & Musitu, 1999).	<p>alguna experiencia negativa y cómo lograste superarla? ¿Alguien te brindó apoyo en ese proceso?</p>	<p>adolescentes que hayan sido víctimas de agresiones o acoso en redes sociales? ¿Qué impacto emocional ha observado en ellos y qué tipo de apoyo considera más efectivo para ayudarlos a superarlo?</p>	
--	--	---	--------------------------	---	--	--

Anexo 5: Transcripción de la entrevista

PRIMERA ENTREVISTA ESTUDIANTE

Bueno, no es necesario que me digas tu nombre como es Danone entonces procederemos directo a las preguntas, bueno, ¿podrías contarme cómo y cuándo comenzaste a utilizar las redes sociales?

14 años para poder hablar con las personas que conocí a utilizar la primera vez y aparte de eso o fue la única y cuáles ha sido has decidido no usar?

¿Actualmente puedo utilizar?

Mi Whatsapp y para comunicarme y no he decidido no usar ni Puig Facebook cuál es el motivo de estas decisiones.

De no mostrar estas estas aplicaciones.

No, uso mucho tiempo el teléfono entonces en Twitter si no me gusta, ¿cómo es el acceso a toda la información no, no me agradan como red social y las cosas que uno se comunica o quiere ver en Instagram entonces bueno, con qué propósito utiliza las redes sociales? entretenimiento comunicación y tal vez compartes con alguien la información tuya publicaciones

¿Bueno, tienes tal vez las cuentas en privado o tiendas para público?

consideras que alguien o algo ha influido en tu manera de usar las redes sociales

Si por ejemplo lo que uno ve de ah, me voy a peinar, así me voy a maquillar así sobre todo lo que he visto bastante es de cómo publicitan las cosas y toda la gente corre a comprar y todo se vuelve tendencia trascendencia y es como si las personas no tuvieran un criterio propio si nos guían por todo lo que sale ahí bueno también lo del tema del cual consideras que es la mejor experiencia que has tenido en las redes sociales y cuál ha sido la peor experiencia.

La mejor experiencia tal vez el poder compartir con mis amigos con hacer llamadas vídeos de algún chiste que no me comporte y la peor tal vez de que no sé a veces como que alguien se me alguien se metió en mi cuenta y subió una historia.

Que cambiar la seguridad y bueno, cuánto tiempo dirías que le dedicas a las redes sociales día a día en tu vida diaria.

Durante todo el día y entre la semana entre semana 4 horas de una hora por bueno, ahora me vas a contar un poquito sobre acerca de las experiencias emocionales que quieras experimentar durante el uso de las redes sociales, entonces qué emociones experimentas cuando puedes acceder a las redes sociales por un tiempo prolongado cuando no puedes acceder a las redes sociales depende si es que estoy necesitando ver algo comunicarme con alguien.

no tener acceso, pero sí no es como parte muy importante y cuando sientes de esa desesperación de querer ver algo, cómo llevas a cabo esa esa emoción o esa situación en la que tú estás para tranquilizarte de una solución que puedo tener si es que alguien me presta para poder hacer lo que tengo que hacer serían si no espero llego a mi casa, si no, no es algo, que no, que salga de mis manos, qué emociones de conductas sientes que has aprendido o adaptado a través de los del uso de las redes sociales, como tal vez en las redes sociales, es más fácil hablar socializar con las personas y

Tal vez este compararse con lo que sale en las redes con frustración, aunque, bueno, ahora ya siendo más grande, me doy cuenta de que no es real, pero hay muchas cosas que promueven, por ejemplo, los deseas cosas, así eso influenciado tienes tal vez un referente tal vez la influencia que tiene cierta conducta y tú llegues a adaptar esta conducta en tu personalidad alguna vez has sido víctima de agresiones en redes sociales, ¿no? Que yo me haya enterado y en caso de tal vez conozcas, alguna amiga o algo no ha llegado a experimentar esa experiencia.

Tal vez de que mandan fotos indebidas, pero como no tan grave y en esos casos, tú has brindado algún apoyo o hasta o como queda actuar a hacer algo para que no suceda eso así no sé a ti, sino a tus amigos y tratar de solucionar el problema o acudir a alguien que mayor que nos pueda ayudar bloquear a esa persona preguntaría porque bueno, ahora ya acabamos las preguntas, entonces te agradezco por responder las preguntas, eso sería todo.

SEGUNDA ENTREVISTA PROFESOR

Procedemos a la segunda entrevista con el profesor tenemos en el nombre de anónimo para no divulgar su pasión de privacidad comenzamos con la primera pregunta, cuándo empezó a notar que los adolescentes usan activamente las redes sociales y cómo creen que ha evolucionado ese uso con el tiempo.

Cuando empezaron a usar los adolescentes, yo pienso que por ejemplo con el paso del tiempo los adolescentes antes, por ejemplo, no, no existía mucho muchos dispositivos electrónicos, no, pero con el aumento de la tecnología se ha visto más este tipo de uso en los chicos, porque a veces no tienen un control de parte de sus padres o incluso a veces no hay esta alguien que les cuestione sus tiempos o ellos hacen mal uso del tiempo, no conforme va pasando los años y la tecnología avanza se ha visto más de luz de de la tecnología, como tal en los chicos, los adolescentes, qué redes sociales cree que son más populares entre los adolescentes hoy en día actualmente. Yo he podido ver que los chicos más usan lo que es de la red social TikTok también Facebook e Instagram entonces eso yo creo que Son las que más los chicos, ¿eh? Les gusta más he podido evidenciar eso y cuáles considera que presente más riesgos a los adolescentes, ¿eh? Riesgos negativos para se podría decir que, como tal, ¿eh? Riesgos, yo puedo ver por ejemplo que en los que se divulga, por ejemplo fotos de ellos vídeos en los que es, por ejemplo, la red social digamos TikTok así por así decirlo Facebook también en Instagram que son las que más redes sociales se podría decir

más visuales en lo que ellos a veces se ven expuestos es una red social en donde es público y es abierto para todo público, entonces al público va a estar viendo toda la los usuarios que usan esas redes sociales, entonces un peligro para ellos, porque hoy en día se tiende a muchas situaciones porque no conocemos las personas que que están viendo observando sus imágenes.

Detrás de de las redes sociales como tal y bueno, qué razones cree que impulsan a los adolescentes a utilizar las redes sociales, yo creo que ellos utilizan a veces las redes sociales, porque a veces no tiene, digamos actividades definidas o no, no tienen algún que sería por así decirlo un pasatiempo que en lo que ellos puedan desenvolverse y gastar el tiempo yo qué sé, por eso también ellos en vez de realizar alguna actividad yo qué sé deportiva o explotar algún talento que ellos tengan como tal que si innato en ellos más bien, ellos tienen el acceso libre, es algo también visual que nos llama bastante la atención las redes sociales, es lo más rápido, lo más práctico para usar el censo hoy en día, creo que la influencia de los amigos, eh? Les impulsa como que, a utilizar las redes sociales, sí sí.

A veces por ejemplo, en los adolescentes hoy en día se puede ver mucho eso por lo que por ejemplo ellos publican sus vídeos hacen Tik Tok y esos tipos de situaciones publican sus fotos entonces, por ejemplo, ahí hay tendencias de los chicos que dicen no te pones o no te peinas de tal forma o no haces esto o no haces esto entonces no eres popular, no, no eres como que si no tienes likes y ese tipo de situaciones no se ven influenciados por por amigos por terceras personas a publicar eso y a veces también estos puede resultarles negativa a ellos y tal vez usted conoce alguna experiencia mala, eh? Que han tenido los adolescentes por igual manera por utilizar las redes sociales. Sí se podría decir que se ha visto en noticias o en muchos lugares, que por ejemplo a veces se puede ver como este las redes sociales, afectan negativamente.

demasiado uso de ellas tiende a llevarles a una adicción, entonces como tal vez sería lo negativo para ellos claro y también pueden pensar en algo emocional cree que usted también puede influir en el área académica, claro, se podría decir que afecta directamente porque ellos a veces al momento de realizar una tarea en casa o aquí, por ejemplo, en el colegio incluso a veces tienen sus celulares sacan sus dispositivos, pero en vez de concentrarse yo que tengo una investigación como tal son las notificaciones que llega de las redes sociales en sellos de una esto como que les bombardean las notificaciones entre ellos tienen esa tendencia a desviarse ya por el uso de las redes sociales más que por concentrarse como tal en la investigación, entonces también les afecta también académicamente y en cuanto a ¿Qué tipo de emoción cree que ellos pueden llegar a experimentar al no utilizar las redes sociales por un largo tiempo lo que se ha visto? ¿Por ejemplo, cuando se les eh? Se les pone un tiempo límite sienten cierto tipo de frustración ansiedad yo qué sé también ir a veces por no poder usar. Esto se ven que estas redes sociales incluyen de distintas maneras porque llega el estudiante o el adolescente de tal forma a a se podría decir anclarse las redes sociales, que al no tener bastante tiempo para para vuestras restas a veces siente frustración siente que ir a incluso o siente a veces ansiedad o depresión incluso cuando, por ejemplo, pues tengo una foto y luego no recibe los likes o no tiene acogida, entonces ahí siente la frustración que y desde

Perspectiva o punto de vista, ¿cómo podrían ellos llegar a lidiar o a gestionar esa frustración o ansiedad que ellos experimentan? Yo creo que lo más recomendable sería que las personas adultas a cargo de indio los padres. Yo creo que tendrían que esto tendríamos que hacer un se podría decir a ella con los con los chicos pasar un poco más de tiempo tiempos de calidad con ellos para vez por ejemplo potencial los talentos que tienen ellos por así decirlo si les gusta el fútbol, pues apoyemos en el fútbol instrumento en una academia de fútbol si les gusta la música explorar un poco más los talentos y compartir más tiempo con ellos sacarles de esa

zona con bosques, por ejemplo solo dejarles con una computadora o con el celular, sino más bien abrímos un poco más con ellos y decir no hoy vamos a esta actividad y y salimos de ese entorno que es solo el uso de las redes sociales.

Bueno, para concluir que la última pregunta, ¿eh? Usted a tener alguna experiencia o bueno, ha conocido alguna experiencia que algún adolescente ha tenido un acoso o una situación de donde influye donde llega a tener peligro los adolescentes a través de las redes sociales, sí, en podría ser tal vez en el momento de que quizá a veces sube en alguna información por error entonces o a veces publican, por ejemplo algo que no está adecuado entonces ellos también pueden verse afectado por esto no por el tipo de publicaciones o a veces esto les puede de cualquier forma afecta a ellos emocionalmente también, claro, listo, eh? Bueno, con eso fue la pregunta. Entonces damos por culminada la entrevista, muchas gracias.

Anexo 6: Informe general de la entrevista

Informe general de la entrevista sobre el uso de redes sociales por adolescentes

Objetivo 1: Describir el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes

De acuerdo con las entrevistas realizadas tanto a un estudiante como a un profesor, se observa que los adolescentes utilizan activamente redes sociales como TikTok, Instagram, Facebook y WhatsApp. Estas plataformas son empleadas principalmente para el entretenimiento, la comunicación con amigos y familiares, y la publicación de contenido personal. El profesor entrevistado destacó que el uso de las redes ha evolucionado con el tiempo, siendo cada vez más frecuente debido a la accesibilidad de dispositivos electrónicos y la falta de supervisión por parte de los padres. Además, señaló que muchos adolescentes carecen de actividades estructuradas, lo que los lleva a recurrir a las redes sociales como una forma rápida y práctica de llenar su tiempo libre.

Objetivo 2: Identificar consecuencias e influencias emocionales percibidas por el profesorado y alumnos sobre el uso de redes sociales en los estudiantes

Tanto el estudiante como el profesor coinciden en que el uso de las redes sociales tiene un impacto emocional en los adolescentes. El alumno mencionó que las redes sociales pueden generar frustración o comparación, especialmente debido a la exposición constante a imágenes o estilos de vida idealizados. Aunque señaló que, con la madurez, ha aprendido a discernir que lo que se muestra en redes no siempre es real, muchos jóvenes aún son influenciados por tendencias y presiones externas.

El profesor también indicó que la constante interacción con las redes sociales puede provocar ansiedad, especialmente cuando los adolescentes no tienen acceso a ellas durante un tiempo prolongado. La falta de validación social, como recibir menos "likes" en una publicación, puede desencadenar sentimientos de frustración y afectar el bienestar emocional de los estudiantes. Asimismo, el docente destacó que el uso excesivo de redes puede interferir con el rendimiento académico, ya que los adolescentes tienden a distraerse con notificaciones en lugar de concentrarse en sus estudios.

En términos de agresiones en redes sociales, tanto el estudiante como el profesor señalaron que, aunque no siempre han experimentado situaciones graves, existen casos de acoso o publicaciones inadecuadas que pueden afectar emocionalmente a los adolescentes, lo que resalta la importancia de una supervisión y apoyo adecuado.

En conclusión, el uso de redes sociales por parte de los adolescentes está profundamente arraigado en su vida cotidiana y tiene efectos tanto positivos como negativos.

