

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA  
FACULTAD DE SALUD  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



REVISIÓN DOCUMENTAL: EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LAS REDES SOCIALES  
E INTERNET EN ADOLESCENTES.

PRESENTADO POR:

KAREN DAYANA MOLINA RUEDAS  
MARLYN ADRIANA MEDINA CASTELLANOS

CÚCUTA, COLOMBIA  
2020

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE SALUD  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



REVISIÓN DOCUMENTAL: EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LAS REDES SOCIALES  
E INTERNET EN ADOLESCENTES.

PRESENTADO POR:

KAREN DAYANA MOLINA RUEDAS  
MARLYN ADRIANA MEDINA CASTELLANOS

DIRECTOR:  
PSI. ESP. MARIA MABEL MAZO TORRES

CÚCUTA, COLOMBIA  
2020

### **Agradecimientos.**

Esta tesis está dedicada principalmente a Dios por bendecirme la vida, ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, por permitirme el haber llegado a esta estancia en mi formación profesional. A mis padres Aliria y Luis, quienes con su paciencia, amor, esfuerzo dedicación y perseverancia me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, gracias por inculcar en mí el mejor de los ejemplos, a luchar y a permanecer, eternamente agradecida. A mi hermano que con su carisma y forma de ser alegre muchos de mis momentos de dificultad, por ser parte fundamental de este gran logro. A toda mi familia porque aun en la lejanía, su interés, sus consejos y palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas. A mis amigos quienes estuvieron en momentos importantes y difíciles en este trayecto de enriquecimiento personal y profesional.

Finalmente a mis docentes, quienes orientaron este camino de formación profesional, donde con su experiencia entrega y conocimientos formaron en mí una profesional idónea, llena de valores y muchas ganas de aportarle a la sociedad; a la Universidad de Pamplona, por abrirme sus puertas y poder cumplir uno de mis sueños, el ser una buen profesional.

**Infinitas gracias.**

**Karen Dayana Molina Ruedas**

Hoy quiero agradecer principalmente a Dios por permitirme terminar este proyecto de importancia en mi vida académica y profesional, por darme la sabiduría, entendimiento, salud y otros aspectos de relevancia para el cumplimiento de esta labor. También quiero brindar mis agradecimientos a mis padres y pareja por apoyarme, brindarme su ayuda económica y emocional en cada escalón que se avanzó para lograr esta meta; a mis demás familiares y amigos les doy las gracias por estar siempre ahí brindando compañía y colaboración en el momento oportuno.

Finalmente y no menos importante a mis docentes quienes guiaron este camino de formación con toda su sabiduría y paciencia buscando siempre la formación de un profesional en psicología integro, lleno de virtudes y valores; y a la Universidad de Pamplona por abrirle las puertas a tantas personas que desean estudiar y ser profesional buscando siempre el cumplimiento de sus sueños.

**Infinitamente gracias**

**Marlyn Adriana Medina Castellanos**

**Tabla de contenido**

Introducción .....	1
Planteamiento del problema y descripción del problema.....	2
Justificación.....	6
Objetivos .....	10
Objetivo General	10
Objetivos Específicos	10
Estado del arte .....	11
Internacional	11
Nacional	17
Regional	21
Marco Teórico .....	25
Antecedentes	25
Capítulo I	26
Psicología.	26
Capítulo II	30
Adolescencia.	30
Capítulo III	36
Redes Sociales e Internet.	36
Capítulo IV	45
Efectos Psicológicos de las redes sociales e internet.	45
Metodología	56
Diseño de investigación.	56
Unidades de análisis.	57
Artículos.	57
Tesis.	57
Técnicas.	57

Ficha de resumen.	58
Definición de categorías o variables.	59
Adicción en redes sociales.	59
Relaciones interpersonales.	60
Autoestima.	61
Personalidad.	62
Procedimiento.	63
Fase preparatoria.	63
Fase descriptiva.	63
Fase de categorización.	64
Fase expositiva.	64
Discusión.....	85
Anexos.....	109
Ficha de resumen	109
Ficha bibliográfica	138

### Tabla de contenido de tablas

Tabla 1 Ficha resumen.....	58
Tabla 2 Focha bibliográfica.....	58
Tabla 3 Ficha de Análisis .....	58
Tabla 4 Tabla de Análisis de Resultados Desarrollada .....	84
Tabla 5 ficha de resumen internacional 1 .....	109
Tabla 6 ficha resumen internacional 2.....	109
Tabla 7 Ficha de resumen internacional 3 .....	112
Tabla 8 ficha de resumen internacional 4.....	113
Tabla 9 ficha de resumen internacional 5 .....	114
Tabla 10 ficha de resumen internacional 6.....	114
Tabla 11 ficha de resumen internacional 7 .....	115
Tabla 12 ficha de resumen internacional 8.....	116
Tabla 13 ficha resumen internacional 9.....	117
Tabla 14 ficha resumen internacional 10.....	118
Tabla 15 ficha resumen internacional 11.....	119
Tabla 16 ficha resumen internacional 12.....	119
Tabla 17 ficha resumen internacional 13.....	120

Tabla 18 ficha resumen internacional 14.....	121
Tabla 19 ficha resumen internacional 15.....	123
Tabla 20 ficha resumen internacional 16.....	124
Tabla 21 ficha resumen internacional 17.....	125
Tabla 22 ficha resumen internacional 18.....	126
Tabla 23 ficha resumen internacional 19.....	126
Tabla 24 ficha resumen internacional 20.....	127
Tabla 25 Ficha resumen internacional 21.....	128
Tabla 26 Ficha resumen internacional 22.....	129
Tabla 27 Ficha resumen internacional 23.....	130
Tabla 28 ficha resumen nacional 1.....	131
Tabla 29 ficha resumen nacional 2.....	132
Tabla 30 Ficha resumen nacional 3.....	133
Tabla 31 Ficha resumen nacional 4.....	134
Tabla 32 ficha resumen nacional 5.....	135
Tabla 33 Ficha resumen regional 1.....	136
Tabla 34 Ficha resumen regional 2.....	137
Tabla 35 ficha bibliográfica de relaciones interpersonales.....	140
Tabla 36 Ficha bibliográfica de adicción a redes sociales.....	142
Tabla 37 Ficha bibliográfica de autoestima.....	144
Tabla 38 Ficha bibliográfica de personalidad.....	145

### **Resumen**

Actualmente, existen investigaciones en el área de la salud mental inclinadas a identificar los posibles efectos que se pueden generar por el uso incorrecto de las redes sociales en la etapa de la adolescencia. Por tanto, esta revisión documental busca recopilar los aspectos negativos adquiridos por el ser humano, respecto al uso de las redes sociales e internet, identificando los posibles cambios o alteraciones en las diferentes áreas de ajuste y adaptabilidad de las personas. Con el fin de que esta investigación sea funcional para posteriores investigaciones en las que pueda aportar un resultado claro y conciso sobre el uso de las redes sociales en la adolescencia y los efectos psicológicos que puede acarrear.

**Palabras clave:** Redes sociales, efectos psicológicos, adolescencia.

### **Summary**

Currently, there is research in the area of mental health aimed at identifying the possible effects that can be generated by the incorrect use of social networks in adolescence. Therefore, this documentary review seeks to collect the negative aspects acquired by the human being, regarding the use of social networks and the internet, identifying possible changes or alterations in the different areas of adjustment and adaptability of people. In order for this research to be functional for subsequent research in which it can provide a clear and concise result on the use of social networks in adolescence and the psychological effects that it can have.

**Keywords:** Social networks, psychological effects, adolescence.

## **Introducción**

La presente revisión documental se realiza con la finalidad de estudiar los efectos psicológicos provocados por el uso excesivo de las redes sociales en adolescentes, para ello se realiza una búsqueda exhaustiva de información útil para el análisis. Para lo anterior, es necesario conocer a que hace referencia la revisión documental, según Valencia, V (2015) es un proceso de indagación lógico que permite identificar en investigaciones elaboradas con anterioridad, información útil para la elaboración de una nueva investigación.

Dentro del presente proyecto investigativo se encontrará el planteamiento del problema, el cual especifica el tema a investigar, seguidamente se establece la justificación, donde se resalta la importancia del tema a investigar basándose en la actualidad, una vez revisados estos dos componentes investigativos se hallaran los objetivos planteados en la presente revisión documental revelando lo que se quiere lograr, cómo se efectuará este logro y para que se quiere conseguir, aquí encontrarán planteado un objetivo general y tres objetivos específicos que guiarán el camino para conseguir una investigación satisfactoria.

Una vez establecido lo anterior, se dará a conocer el estado del arte el cual muestra bases investigativas de origen internacional (Perú, Madrid y México), nacional (Caldas, Popayán y Bogotá) y regional (Bucaramanga, y dos investigaciones de Cúcuta) lo cual muestra, un total nueve investigaciones expuestas que fundamentan la revisión documental actual.

Teniendo esto como pilar de la investigación se procede a establecer el marco teórico, el cual se encuentra conformado por cuatro capítulos, donde el primero de ellos expone la conceptualización de la psicología y psicología clínica; el segundo se basa en explicar que son las redes sociales y el internet; en el tercero se explicara la población que se tendrá en

cuenta en este caso la adolescencia, finalmente, encontrarás el capítulo que da a conocer los efectos psicológicos provocados por el uso excesivo de las redes sociales y el internet. Este marco teórico se encuentra fundamentado con antecedentes y teorías.

Una vez definida la temática se procede a establecer el proceso metodológico que se llevará a cabo para la recolección, análisis y resultados dentro de la investigación; allí encontrarás el tipo de investigación que se está realizando, el diseño de investigación, las unidades de análisis tenidas en cuenta, la técnica a utilizar y la ficha, así como también la definición de cada una de las categorías, como también el relato del procedimiento a utilizar.

Una vez realizado todo este proceso, se hará el análisis de la información y para ellos se establecerán los resultados y en base a estos se redactara la discusión, conclusiones y recomendaciones de la investigación. Finalmente se espera que este proceso investigativo sea del agrado de los lectores y contribuya a posteriores investigaciones, ya que es un tema que debe tenerse en cuenta y especialmente en el campo de la psicología, comprender por qué las acciones del adolescente bajo las influencias de la redes sociales, así como la participación de retos en diversas plataformas (Facebook, twitter, instagram) donde pueden existir daños físicos, psicológicos y sociales, pero que simplemente por seguir la moda y poder ser aceptados en su círculo social lo terminan realizando afectando su integridad.

### **Planteamiento del problema y descripción del problema**

Esta problemática se presenta de forma muy frecuente en la sociedad actual, haciendo que los jóvenes prefieran estar detrás de un aparato electrónico a la hora de comunicarse con alguien más y establecer relaciones sociales dinámicas y permanentes, según Kuss y Griffiths

(2011), las redes sociales son “*Aquellos espacios virtuales donde los usuarios pueden crear un perfil, interactuar con amigos reales y conocer personas con quienes compartir determinados intereses*” (Kuss y Griffiths, 2011), cabe destacar que no en todos los casos los amigos son personas conocidas, puesto que la mayoría de los adolescentes vinculan a sus perfiles gente que no conocen.

En estos espacios toda persona que se conecta tiene su página personal donde puede publicar, fotos, información personal, imágenes, entre otras cosas. También tienen la posibilidad de conectarse con personas que conozca o que estén lejos de ella haciendo más fácil la comunicación. *Esta conducta es considerada normal en la sociedad actual, usándolas para la satisfacción de necesidades como la de relacionarse con los demás; y éstas pueden satisfacer también otras dos necesidades muy importantes: seguridad y logro* (Kadushin, 2012).

Lo anterior demuestra que es una herramienta útil para el fomento de la autoestima personal, donde si se utiliza de forma inadecuada puede afectar la misma llegando a la obtención de consecuencias fatales, generando diversos sentimientos de inferioridad y presentado dificultades interpersonales, debido a esto es preocupante para la sociedad.

El desarrollo de las habilidades sociales también se ha visto manipulada debido a la presencia de los nuevos hábitos de relacionarse de los jóvenes por la presencia de la nueva tecnología que puede generar dependencia a las redes sociales ignorando sus vínculos personales cercanos.

Dans (2009), citado por Echeverría (2013) considera que las redes sociales han establecido una nueva manera de vincularse, convivir y compartir, teniendo en cuenta que

las relaciones con los demás provee gratificación, debido a su carácter de reforzante en función de una experiencia positiva, siendo para la mayoría un objetivo deseado, sin embargo, Kelly (2000) denomina que las situaciones interpersonales, permiten que las personas adquieran y pongan en manifiesto sus habilidades conductuales.

Echeburúa y Requesens (2012) señala que *“Las redes sociales cubren necesidades psicológicas básicas de los adolescentes: hacerse visibles, reafirmar la identidad ante el grupo, divertirse o estar conectados a los amigos”* (Echeburúa y Requesens, 2012; p. 23). Por tanto, las redes sociales no se convierten en un problema si no es hasta que se utilizan sin control, y dejando de lado actividades que son importantes de su vida cotidiana.

Las habilidades sociales, de no ser desarrolladas, crearían un futuro que no es el adecuado en los adolescentes, pues tendrán dificultades para relacionarse con los demás. Bernete (2010) plantea *“que es evidente que la rápida evolución de internet ha cambiado los hábitos de la sociedad y las redes sociales se han convertido en una nueva vía en la que crear espacios de interacción para muchas personas”*. Es así que el uso de internet definitivamente ha cambiado la forma de interactuar unos con otros. Es evidente que las personas que superan los treinta años, no han tenido acceso a estas redes.

Los adolescentes de hoy son llamados *“nativos digitales”*, es decir, aquellas personas que han nacido y crecido con herramientas tecnológicas y con acceso a las redes sociales, convirtiéndose en una característica del adolescente de hoy. La población adolescente es considerada como aquella que hace uso más frecuente de las redes sociales, buscando en ellas soportes o medios para el desarrollo de su identidad, aumentar su autoestima y el reconocimiento dentro de la comunidad, estando así la mayor parte del tiempo conectados

pendientes del nivel de popularidad que presentan en las mismas midiéndose esta cualidad a través de likes (me gustas).

Ahora pasando a la parte que preocupa a la sociedad, la cual corresponde a la adicción que se ha generado a estas herramientas considerando dicho problema como el uso excesivo de las misma, para esto señala West y Brown (2013), *“Los indicadores fundamentales de que una actividad se ha convertido en adicción para un individuo es la pérdida de control sobre dicha actividad y que ésta se repita a pesar de sus consecuencias adversas”* (West y Brown, 2013).

Dando a conocer que es verdaderamente preocupante lo que se vivencia en la sociedad actual, debido a que si se ha perdido ese control en la utilización de estas aplicaciones virtuales y no se toma en cuenta la cantidad de tiempo invertido en las mismas y los eventos o momentos perdidos a causa de esto en la vida cotidiana. West y Brown refieren, que la comunidad no controla el uso de estos medios de comunicación, deseando estar constantemente al tanto de lo que está sucediendo a su alrededor por ende vive conectándose y publicando cosas para conservar esa visibilidad que ha logrado ante los demás usuarios vinculados a su red social. El uso excesivo de las redes sociales y, de ahí, la adicción a ellas, surge, como sucede con otras adicciones, a partir de factores individuales, socioculturales y de reforzamiento (Andreassen, 2015).

Esta problemática se ha vuelto más frecuente debido al gran reforzamiento que recibe a nivel social y cultural la cual ha reforzado constantemente la ejecución de dicha conducta ocasionando la necesidad de estar conectados y pendientes de lo que pasa en el mundo omitiendo lo que sucede alrededor.

La adicción a las redes sociales conlleva cuatro tipos de consecuencias adversas; problemas emocionales, problemas en las relaciones, problemas de rendimiento y problemas de salud (Andreassen, 2015). Algunas de las consecuencias del uso excesivo de las redes son disfunción en las actividades realizadas durante el día como resultado de la privación del sueño, disminución del rendimiento académico y deterioro de las relaciones con los familiares o con la pareja (Griffiths et al. 2014). Otros efectos negativos como procrastinación, distracción y un pobre manejo del tiempo. (Kuss y Griffiths, 2011).

Estas sintomatologías se han visto evidenciadas en los jóvenes de hoy acarreado con ella baja autoestima, inseguridad, aislamiento, rompimiento de relaciones familiares y sociales cercanas, ocasionando bajo rendimiento académico y laboral, distracción, problemas de salud, insomnio, entre otros, perdiendo habilidades sociales, afectando fuertemente la calidad de vida de las personas que padece esta adicción.

Por lo anterior se planteó la pregunta problema, que indica ¿Qué efectos psicológicos trae el uso de redes sociales e internet en la vida de los adolescentes?

### **Justificación**

El presente trabajo de investigación expondrá los efectos psicológicos del uso redes sociales e internet, teniendo en cuenta las áreas de ajuste que pueden verse alteradas o afectadas por su uso inadecuado, se llevará a cabo con estudiantes por medio de una revisión sistemática de información teniendo en cuenta que los libros, investigaciones, artículos y textos pueden tener relación y dar así respuesta a nuestra pregunta problema.

Teniendo en cuenta que el internet y las redes sociales actualmente son unas herramientas muy utilizadas debido a que permiten la interacción, la expresión y facilita la comunicación a distancia y la búsqueda de información, también se a causa un uso excesivo que convirtió esta herramienta en un componente nocivo para la salud física, mental, emocional y social.

Según lo mencionado anteriormente se da a conocer que el internet tiene sus inicios en los años 60 en los Estados Unidos como la red Arpa de uso militar, en los años 70 fue usada en las universidades por investigadores, para posteriormente convertirse en un componente fundamental de las telecomunicaciones, los negocios, la educación y el entretenimiento, siendo la segunda tecnología más usada en todo el mundo, después de la telefonía móvil, en especial, los teléfonos inteligentes (Durán, P. 2005).

Pereira (2010), en la revista de Prensa Libre Aula 2.0 en el artículo Amigos por la Red (lo último en tecnología) página 10 comenta que: *“a miles de jóvenes les encanta la idea de conectar amigos por Internet y muchas veces cantidades de esos amigos virtuales no se conocen; se debe tener mucha precaución y cuidado ya que las redes sociales pueden poner en contacto personas que no son de fiar”*. Abriendo paso desde este momento a convertir esta útil herramienta en algo peligroso para el individuo, dejando expuestas en estas redes sociales gran cantidad de información que puede ser utilizada con malos propósitos por gente mal intencionado.

Está problemática se da mediante factores de tipo sociocultural, en la que se ven envueltos los adolescentes hoy en día, influenciados por tendencias sociales o culturales asumiendo un rol virtual; donde el uso desmedido de esta herramienta ha ocasionado aspectos negativos como lo es la adicción, la nomofobia, la obesidad, el sedentarismo, deterioro visual,

aislamiento social y familiar, bajo rendimiento escolar, alteración de la conducta, agresividad, entre otros.

Autores como Griffiths (citado por Yen, 2013) *“Encuentran una serie de conductas potencialmente adictivas, incluyendo muchos comportamientos dentro de ellos el abuso de las redes sociales, definidas como adicciones tecnológicas, no químicas que involucran la interacción hombre-máquina, dejando de lado muchas veces las relaciones interpersonales”*.

Debido a esto se debe tener el control a la hora de la utilización de estas aplicaciones para que después no termine arrebatando las cosas verdaderamente importantes de la vida y terminen siendo un mueble más, sin recuerdos con la familia, amigos, pareja y realizando así un rompimiento de todos los vínculos sociales. Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala (2010) *“Encontraron que el uso constante de las redes sociales está relacionado con la depresión, la falta de habilidades sociales y la baja autoestima mostrando una percepción devaluada de su autoconcepto, su aspecto físico e intelectual, mostrándose indefensos y manteniendo una percepción deteriorada sobre sus relaciones interpersonales”*.

También se debe alertar a la comunidad, padres de familia y amigos que estén cerca a una persona que padece esta adicción porque puede tener diversos problemas en la vida, a la hora de desenvolverse socialmente, padecer de depresión o sentirse mal consigo mismo indicando un bajo nivel en su autoestima, lo cual puede desencadenar ideas lamentables para esta persona y más en la edad de la adolescencia, ya que como lo refiere Arab y Diaz (2014) *“la adolescencia se considera que es una etapa vulnerable a ciertas conductas de riesgo”*.

En la etapa de la adolescencia los individuos están pasando por múltiples cambios, que los abruma generando diversos malestares físicos, emocionales y psicológicos; a esto se les agrega según, Catalina, López de Ayala y García (2014)

La inmadurez, inestabilidad emocional e irresponsabilidad, así como, la búsqueda de la identidad, el sentido de pertenencia, sentimiento de omnipotencia, tendencia a ver a otros como los causantes de sus problemas, falta de experiencia en la vida, dificultad para reconocer y admitir una adicción y sensación de normalidad ante conductas de riesgo.

En esta etapa de vulnerabilidad los jóvenes buscan por este medio la aceptación y el reconocimiento que no tienen en la vida real para llenar estos vacíos emocionales. Según lo anteriormente mencionado, la sociedad ha hecho de esta herramienta un instrumento nocivo para sí mismo perjudicando las diversas esferas de su vida y peor aun no dándose cuenta de ello.

Por este motivo se recomienda que la utilización de estas herramientas se haga con responsabilidad para no caer en los distintos peligros que estos contienen y en el caso de menores de edad es recomendable la utilización de estos instrumentos bajo la supervisión de sus padres o de adultos responsables.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Analizar los efectos psicológicos ocasionados por el uso excesivo de las redes sociales e internet en adolescentes en edades comprendidas de 13 a 15 años, mediante una revisión documental sistematizando las implicaciones de las redes sociales e internet en esta etapa del ciclo vital.

### **Objetivos Específicos**

Recolectar información sobre los efectos psicológicos producidos por el uso excesivo de las redes sociales en adolescentes a través de una búsqueda detallada en distintas unidades de análisis.

Identificar las consecuencias psicosociales, psicológicas, fisiológicas y académicas que pueden traer el manejo negativo de las redes sociales e internet en los adolescentes.

Explicar los efectos psicológicos encontrados en las unidades de análisis revisadas para así dar exposición de las consecuencias que trae consigo el uso excesivo de redes sociales e internet.

## **Estado del arte**

### **Internacional**

#### **Título.**

Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima

#### **Autor.**

Elizabeth Dany Araujo Robles (Araujo, E)

#### **Ubicación.**

Lima, Perú

#### **Resumen.**

Se realizó un estudio en 200 estudiantes de una universidad privada de Lima (150 mujeres), pertenecientes a cuatro carreras: psicología, administración y negocios internacionales, farmacia y bioquímica y obstetricia, con el objetivo de evaluar la intensidad de tres dimensiones de adicción a las redes sociales: obsesión por las redes sociales; falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. Se utilizó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales de Ecurra y Salas (2014). Los resultados indican bajos niveles en todos los indicadores evaluados. Los varones puntuaron significativamente más alto que las mujeres sólo en los indicadores de obsesión por las redes sociales. Asimismo, los estudiantes de la carrera de administración tuvieron las puntuaciones más altas y los de psicología y obstetricia las más bajas en las tres dimensiones. Se discuten las implicancias de los resultados hallados.

### **Relación con la Revisión Documental.**

Aunque este es un proceso investigativo y su metodología es muy diferente a la utilizada en la revisión documental las temáticas estudiadas son las mismas de interés, buscando determinar cómo afectan el uso excesivo de las redes sociales en los individuos interfiriendo en su vida cotidiana.

### **Internacional**

#### **Título.**

Cambios psicosociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales

#### **Autor.**

Margarita Martín Martín (Martín, M.)

#### **Ubicación.**

Madrid

#### **Resumen.**

La presente investigación intenta dar respuesta a algunos interrogantes en relación a aspectos psicológicos y madurativos de los adolescentes actuales y su forma de relacionarse con el entorno.

Nuestro objetivo general es analizar los posibles efectos psicológicos, afectivos y sociales que implica el uso de las redes sociales como factor influyente en la socialización de los adolescentes. Al ser un objetivo muy amplio, lo desglosamos en otros más específicos.

El primero es conocer la disponibilidad y los usos que hacen los adolescentes de las redes sociales. El segundo es estudiar cómo influye el uso de éstas en el desarrollo social de los menores, su capacidad para expresar sus propias emociones y reconocer las de los demás a través del ordenador. Lo subdividimos en conocer si los adolescentes perciben mejoras en la calidad de sus relaciones gracias al uso de las redes; comprobar si existe “efecto pantalla” por el uso de las mismas; saber si los acontecimientos surgidos en las redes sociales tienen consecuencias reales en su vida diaria. El tercer objetivo específico es averiguar los ciberriesgos a los que se exponen los adolescentes. El cuarto es analizar el impacto familiar que tiene el uso de las redes sociales. Finalmente, el quinto es conocer la opinión de los expertos sobre la posibilidad del nacimiento de una nueva inteligencia digital, y las perspectivas de futuro.

La metodología utilizada es mixta. En la parte cuantitativa aplicamos cuestionarios a adolescentes de entre 14 y 16 años. En la cualitativa realizamos focus groups con padres y docentes aplicamos la técnica Delphi a expertos en la materia y finalmente realizamos entrevistas en profundidad a varios expertos.

Los resultados obtenidos nos indican que los adolescentes tienen fácil acceso a las redes sociales mediante ordenadores y dispositivos móviles. El uso que éstos les dan es fundamentalmente lúdico, siendo Tuenti, Facebook y Twitter las redes sociales más utilizadas. Los adolescentes afirman ser poco dados a expresar emociones, sentimientos o confiar en otras personas a través de la red. Tampoco reconocen utilizarlas para hablar de temas delicados o comprometidos con alguien. Sin embargo, son capaces de empatizar y reconocer sentimientos de otras personas con las que están chateando.

A pesar de su utilización, los menores no sienten que hayan mejorado sus relaciones sociales por pertenecer a una red. Los expertos y las familias plantean que aunque estén conectados con sus iguales, en multitud de ocasiones los mensajes son vacíos de contenido y la comunicación pierde su valor.

Los adolescentes en general conceden poca importancia a los comentarios y críticas recibidas en su red social. Sin embargo, las relaciones que se establecen en ella pueden ser fuente de conflictos serios y tener consecuencias negativas para el menor y su entorno. La gran mayoría de los menores conoce los riesgos al utilizar internet, por lo que configuran la privacidad de sus redes sociales. Curiosamente, afirman que en la mayoría de los casos los padres no les controlan su uso.

Los profesionales coinciden en señalar el ciberbullying como el problema más recurrente al que se enfrentan, y radica en la falta de límites de internet y la falsa protección del efecto pantalla. Esto lleva a que la difusión sea mayor, y con ella el daño a la víctima.

Otras prácticas ofensivas son el grooming y el sexting. En ambos casos son chantajes y extorsiones relacionados con el plano sexual, pero en el primero es un adulto el que lo realiza después de ganarse la confianza del menor, y el segundo es entre menores. La gravedad de las consecuencias es similar a la del ciberbullying. Se dan casos que acaban en suicidio.

La adicción a la red funciona como otras adicciones bien conocidas. Una vez que comienza va produciendo cambios en la conducta y la afectividad del menor, alterando su vida diaria y la de los que están a su alrededor.

Una vez más, se pone de manifiesto la necesidad de educar en el uso de internet y las redes sociales desde pequeños para evitar estos y otros riesgos y servirse de todas las

potencialidades que presentan las redes sociales. Por su parte, los padres hablan de la falta de participación de sus hijos adolescentes en la vida familiar, debido a que pasan buena parte de su tiempo de ocio conectados a las redes. Un punto de fricción importante en la familia es la regulación del uso de los ordenadores y los smartphones. Muchos padres se sienten sobrepasados por la falta de autoridad, la imposibilidad de controlar a sus hijos, aunque otros muchos afirman haber desistido de tal empeño por puro desconocimiento de las redes sociales y las formas de ejercer algún tipo de control sobre los usos que de ellas hacen sus hijos.

En opinión de los expertos, la realidad de los adolescentes de hoy pasa por internet y las redes sociales. Consideran que no se está desarrollando una nueva inteligencia en sí misma, sino que los cambios a nivel cerebral se entienden como una adaptación al ambiente en la que se han potenciado ciertos procesos cognitivos que ya se tenían en detrimento de otros.

Los expertos afirman que las redes sociales tienen aspectos positivos, como la inmediatez, el sentimiento de pertenencia y la posibilidad de relacionarse eliminando barreras. Entre los negativos destacan el consumismo, las adicciones, ciertos riesgos y la posible pérdida de habilidades sociales y comunicativas.

El futuro de las redes sociales es incierto, aunque son una realidad indiscutible. Es necesario aprender a potenciar la parte positiva y reducir al máximo la negativa. Se pide más implicación a las instituciones para potenciar el aprendizaje de las herramientas básicas de internet y favorecer un aprendizaje más efectivo adaptado a la nueva realidad social. Igualmente las familias deben implicarse más activamente en la educación tecnológica de sus hijos como mecanismo de prevención. Por tanto, es una tarea multinivel que implica a todo el entorno de los adolescentes

**Relación con la Revisión Documental.**

La relación de este documento con la revisión documental que se está desarrollando es debido a que las temáticas abordadas van de la mano al igual que la población ya que la que se tendrá en cuenta son los adolescentes y cómo las redes sociales y el internet inciden en ellos.

**Internacional**

**Título.**

Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años en población derecho habiente del Instituto Mexicano del Seguro Social

**Autor.**

Minerva Natalia Sahagún Cuevas (Sahagún, M.), Blanca Angélica Martínez Castillo (Martínez, B), Edna Gabriela Delgado Quiñones (Delgado, E) y César Gerónimo Salamanca Rodríguez (Salamanca, C).

**Ubicación.**

México

**Resumen.**

Las estadísticas muestran un incremento en el uso de redes sociales, dichas plataformas de Internet se han desarrollado considerablemente en pocos años, afectando positiva y negativamente la interrelación así como los procesos de socialización habituales especialmente a los adolescentes. La literatura informa que los más jóvenes son más vulnerables a los potenciales efectos negativos del Internet, por lo que por la búsqueda de

novedades e impulsividad propias de su edad, los adolescentes se hacen más vulnerables a desarrollar problemas adictivos. El objetivo de este estudio fue conocer la relación entre la adicción a redes sociales y problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años de la Unidad de Medicina Familiar 171 del Instituto de Mexicano del Seguro Social.

**Relación con la Revisión Documental.**

Este artículo nos fundamenta que el uso de redes sociales e internet se ha disparado siendo este ya de una forma excesiva afectando a la población considerablemente y diferentes aspectos de su vida.

**Nacional**

**Título.**

Uso de internet y su relación con la salud en estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales (Caldas-Colombia), 2015-2016

**Autor.**

Sandra Constanza Cañón Buitrago (Cañón, S), José Jaime Castaño Castrillón (Castaño, J), Deissy Carolina Hoyos Monroy (Hoyos, D), Juan Camilo Jaramillo Hernández (Jaramillo, J), Daniel Roberto Leal Ríos (Leal, D), Resban Rincón Viveros (Rincón, R), Edinson Andrés Sánchez Preciado (Sánchez, E) Y Linda Stephany Urueña Calderón (Ureña, L).

**Ubicación.**

Caldas

**Resumen.**

Objetivo: la red internet es una de las herramientas más usadas por las personas, tanto que ha llegado incluso a presentarse uso problemático de este y por lo tanto surgen problemas relacionados con su ocupación sin control. Se pretende estudiar el uso de Internet en estudiantes universitarios de 5 universidades del departamento de Caldas (Colombia), y su relación con factores personales que pueden verse afectados por este. Materiales y métodos: se tomó una población de 640 estudiantes de 5 universidades. Se realizaron encuestas aplicando varios instrumentos para medir las variables demográficas, funcionalidad familiar, trastornos de alimentación y sueño, déficit de atención e hiperactividad, ansiedad y depresión y su relación con la existencia de adicción a internet. Resultados: el 77,3% de los estudiantes participantes presentan algún grado de adicción a internet, el celular es el de mayor empleo con 65,6% para acceder, el principal motivo fueron las redes sociales 76,4%. Se encontró que la adicción a internet está relacionada con las siguientes variables somnolencia ( $p=0,000$ ), trastornos de la conducta alimentaria ( $p=0,012$ ), depresión ( $p=0,000$ ), estrés de examen ( $p=0,000$ ), funcionalidad familiar ( $0,000$ ), promedio de notas ( $p=0,001$ ), género ( $0,000$ ), diversos síntomas como molestias en los dedos ( $p=0,000$ ), molestias en el codo ( $p=0,000$ ) y otros, hiperactividad ( $p=0,000$ ) e inatención ( $p=0,000$ ). Conclusiones: similar a lo que sucede en otras poblaciones de estudiantes, en esta se presenta una alta proporción de adicción a internet, la cual está relacionada con múltiples aspectos de la vida cotidiana del estudiante.

### **Relación con la Revisión Documental.**

Su relación con la presente revisión documental data en que expone el incremento del uso de redes sociales en internet, dando viabilidad para la realización de esta investigación teórica mostrando la adicción en aumento al internet.

**Nacional**

**Título.**

Análisis de riesgo por el uso de la red social Facebook en la población juvenil colombiana.

**Autor.**

Mario Iles

**Ubicación.**

Popayán Cauca

**Resumen.**

Se parte con el análisis de la influencia que tiene Facebook en los adolescentes colombianos y los peligros a los cuales están expuestos. En segunda instancia se realiza el levantamiento de datos estadísticos de colombianos y población mundial registrada en Facebook, del mismo modo se levantan datos de víctimas de ingeniería social perpetrados desde Facebook. El presente estudio monográfico consiste en estudiar medidas para que los encargados de la educación de los adolescentes entre 14 y 18 años se encarguen de impartir una serie de recomendaciones que se van a exponer en este documento, para que los adolescente objeto del estudio no caigan en los peligros que trae el publicar información personal en las redes sociales y en especial Facebook, del mismo modo se pretende que estas recomendaciones producto del estudio sean acogidas por los docentes en las áreas de tecnologías, con el objeto único de capacitar a estos adolescentes antes de crear una cuenta en la red social. De igual forma el estudio pretende recolectar datos estadísticos de los principales peligros a los que se ven expuestos los jóvenes por el uso inadecuado de las redes sociales, por último este estudio permite concienciar al lector de un buen uso del internet y sobre todo de la red social Facebook.

**Relación con la revisión documental.**

Esta investigación tiene en común con la que se está realizando que en los dos casos se analiza la influencia de las redes sociales en la población adolescente y se tiene en cuenta la consecuencia que genera el uso excesivo de las mismas.

**Nacional**

**Título.**

Los millennials y sus procesos emocionales en red. Un reto para la educación colombiana

**Autor.**

Karen Liseth Campos González, Juliana Andrea Escalante Carrasquilla, Lina Yancith Rodríguez Rodríguez, Ingrid Paola Salamanca Gómez

**Ubicación.**

Bogotá D.C, Colombia

**Resumen.**

En la actualidad, debido a la revolución digital, las diferentes generaciones han transformado su percepción de la realidad y sus interacciones sociales. Los millennials se conocen por ser nativos digitales que configuran su identidad y significan sus emociones de manera distinta a como lo hacían los miembros de generaciones anteriores. Esto supone un reto para la educación colombiana, ya que el estudiante que hoy se enfrenta al proceso escolar

es un sujeto con mayor acceso a la información y posibilidades de crítica. Con el fin de conocer cómo los adolescentes de diferentes estratos socioeconómicos de la ciudad de Bogotá significan y dan sentido a las redes sociales en sus contextos culturales y su ámbito académico, se realizó, por medio de diversos instrumentos metodológicos y el aporte de investigaciones realizadas en años anteriores, la comparación y análisis entre dos grupos poblacionales pertenecientes a los estratos dos y cinco. De esta manera, el proyecto de investigación apunta a una educación innovadora que permee el campo de la reflexión y creación de pedagogías, donde las emociones y los intereses de los adolescentes sean parte esencial de la formación académica, comprendiendo que esta nueva generación se transforma y cambia de manera constante con el uso de la tecnología

**Relación con la revisión documental.**

Esta investigación aporta a nuestra revisión documental el punto de que los adolescentes son quienes más usan estas plataformas para conectarse entre sí, existiendo papeles determinantes de las emociones y cómo estos actúan bajo ellas.

**Regional**

**Título.**

Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años

**Autor.**

Key Katherine Gómez Ferreira (Gómez, K), Jazmín Soléis Marín Quintero (Marín, J)

**Ubicación.**

Bucaramanga

**Resumen.**

Para la realización de la presente investigación, se lleva a cabo un análisis sistemático de literatura sobre el impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales. Así mismo para el desarrollo de esta investigación se abordan temas fundamentales que ayudan a comprender el proceso de la adolescencia, el fenómeno de las redes sociales y la influencia que esta genera en el aspecto emocional, familiar y social en el adolescente.

**Relación con la Revisión Documental.**

Al igual que la presente Revisión documental, se basa en una búsqueda exhaustiva de información literaria para la realización de análisis, discusión y resultados.

**Regional**

**Título.**

Impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes de la ciudad de Cúcuta, Colombia.

**Autor.**

Mack Jonathan Ruiz Alquichire (Ruiz, M)

**Ubicación.**

Cúcuta, Norte de Santander.

**Resumen.**

El presente artículo es una investigación referida al tema del impacto de las redes sociales en la población joven, que se puede definir como la forma en la que los adolescentes son atrapados en su totalidad por un dispositivo tecnológico a tal punto de no prestar atención a su entorno y a sus actividades que deben realizar diariamente. El estudio es una investigación descriptiva con un enfoque mixto, pues se combinaron métodos tanto cuantitativos como la encuesta y métodos cualitativos como la observación y la entrevista semiestructurada, y asimismo se articularon los métodos con el análisis documental, para al final realizar la respectiva triangulación de la información recabada y su discusión, todo esto con el fin de darle mayor entendimiento al tema estudiado y así lograr hallazgos con sus respectivas conclusiones.

#### **Relación con la Revisión Documental.**

Al igual que la revisión documental presente, busca identificar de qué manera las redes sociales e internet impactan la vida del adolescente con su entorno y las actividades que el individuo realiza diariamente.

#### **Regional**

##### **Título.**

Dinámica familiar en el subsistema fraternal de adolescentes que usan la red social Facebook en la ciudad de Cúcuta

##### **Autor.**

Cataño Guzmán, Loraine Andrea Gelvez Villasmil, Heiling Lisseth Lizarazo Espinel,  
Lina Marcela

**Ubicación.**

Cúcuta, Norte de Santander

**Resumen.**

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la dinámica familiar del subsistema fraternal en adolescentes que usan la red social Facebook en la ciudad de Cúcuta, con una metodología centrada en el enfoque cualitativo con un diseño fenomenológico y de alcance interpretativo con una muestra por conveniencia no probabilística, conformada por 10 hermanos adolescentes. Por consiguiente, los instrumentos utilizados fueron la entrevista semiestructurada y el grupo focal, en donde, el análisis de la información se realizó por medio de una triangulación instrumental. Finalmente, los resultados encontrados fueron que en relación a la dinámica familiar en el subsistema fraternal se han generado cambios en los roles, a partir del uso del Facebook e igualmente, se han delimitado normas respecto al uso del internet según la edad, en cuanto a las relaciones fraternales se evidencia con mayor frecuencia la comunicación analógica y en menor medida la comunicación de tipo verbal, lo cual ha producido tanto distanciamiento como unión dentro del subsistema fraternal, por último, se evidenció que la frecuencia del uso de las redes sociales como el Facebook se utiliza de manera diferente teniendo en cuenta, la edad, el tiempo y contenido que comparten los hermanos dentro de su subsistema.

**Relación con la revisión documental.**

Esta investigación se relaciona con la revisión documental puesto que expone que si existe cambios en las dinámicas familiares gracias a la red social facebook, cambiando inclusive la forma de comunicarse, aportando a nuestra revisión documental que las redes sociales si generan cambios psicosociales en los adolescentes.

## Marco Teórico

### Antecedentes

Las redes sociales son un sitio dispuesto en la red que permite que los usuarios puedan relacionarse, comunicarse y compartir contenido (Urueña, A. Ferrari, A. Blanco, D. Valdecasa, E; 2011). Actualmente, el uso de estos sitios es exagerado principalmente por la población adolescente, siendo ellos quienes tienen el mayor conocimiento del uso de estas aplicaciones.

Esta herramienta les otorga popularidad dentro del contexto que los rodea y dependiendo del sexo de los usuarios se resaltan algunas diferencias en el contenido que se publica. Ya que si son hombres tienden a ser más publicaciones de fútbol, carros, motos, entre otros. Si la población es femenina el material publicado tendrá referencia a aspectos de maquillaje y moda; cabe resaltar que existen excepciones en las preferencias de cada persona teniendo en cuenta las que muestran la comunidad LGTBIQ.

Los usuarios de estas aplicaciones principalmente los jóvenes aprovechan este medio para compartir acciones que realizan en su vida cotidiana y diario vivir, lo cual ocasiona una mayor atención a dichas plataformas, debido a que con cada información subida a la red se genera la expectativa de las reacciones que ocasiona ésta en el grupo de “amigos” que allí tiene agregados.

La plataforma más utilizada para compartir este tipo de información es Facebook, seguida de WhatsApp e Instagram, llamando aún más la atención de los adolescentes y desenfocando estas acciones que normalmente deben cumplir como lo son sus actividades académicas y en muchas ocasiones rompiendo vínculos cercanos como la unidad familiar, o las relaciones entre

amigos cercanos, ya que el tiempo que les absorbe estas redes es cada vez mayor en acciones como subir fotos, chatear, reaccionar a fotos de otras personas e incluso simplemente observar.

Con lo anterior no quiero decir que las redes sociales son malas para la comunidad sino que siempre hay que tener un uso moderado de ellas como se dice “todo en exceso es malo”, realmente bien utilizadas es una herramienta estratégica para el cumplimiento de actividades académicas, pero el verdadero problema está en cuanto se abusa de ella dejando a un lado su vida familiar, social, personal por estar pendiente de una plataforma virtual.

Cuando se usa en exceso estas redes se crea una dependencia similar a la ocasionada en el consumo de sustancias generando en la persona ansiedad por estar en contacto con ese mundo virtual, oyendo zumbidos o vibraciones (Del Barrio, A. Ruiz, I. 2014), disminuyendo incluso las horas de sueño e irrespetado las de la comida, ya que su mentalidad está predispuesta a que mientras realizan estas actividades algo relevante sucederá y se perderá.

A continuación se expondrán aquellas temáticas importantes que se enlazan en la revisión documental, tal como la psicología, la psicología clínica, todo lo competente a las redes sociales e internet, y como parte fundamental el ciclo de la adolescencia con el fin de conocer los cambios físicos, psicológicos y psicosociales en esta etapa del ciclo vital y por último conocer los posibles efectos psicológicos del uso de las redes en adolescentes.

## **Capítulo I**

### **Psicología.**

La psicología es aquella ciencia que se encarga de evaluar, estudiar y analizar las conductas, pensamientos y emociones que presentan en un individuo a los largo de su vida y

en cualquier entorno o situación que se encuentre, según Carol, C. (2003) es una disciplina que trata de estudiar la conducta, los procesos mentales y del efecto que ellos tienen en el estado físico y mental del organismo y el ambiente exterior en el que se encuentra la persona.

Nuestra disciplina tiene un origen y una trayectoria histórica complejos. En su origen se entrelazan raíces filosóficas y raíces bio-fisiológicas, dando cuenta de nuestra base dualista: cuerpo y alma; cuerpo y cerebro; cerebro y mente. Dualismo que también se extiende a la dicotomía entre lo individual y lo social. William James (1842–1910), señaló, que la psicología es difícil de estudiar y las explicaciones simples son poco frecuentes en esta área de investigación ya que cualquier situación que se presente tiene un trasfondo emocional y cognitivo (O., S., Jay, S., L., L., J., N. (2011), para esto se respalda en el método científico siendo este la herramienta principal para la realización de cualquier investigación y lo que garantiza a la psicología como ciencia.

Teniendo en cuenta que desde la fundación de la psicología buscaba que su conocimiento fuera respaldado con soporte científico, el cual hace que el proceso investigativo se reglamente a través de diversas leyes que este método propone estableciendo así una investigación más estructurada.

La psicología tiene diversas escuelas para enfocar la aplicación; entre ellas encontramos según el Departamento de Psicología y salud (2007), el estructuralismo, que se encarga de hacer el estudio en sus investigaciones a través de la introspección, lo cual hace que pierda credibilidad debido a que lo que se determinaba no era observable; el funcionalismo, se enfoca en estudiar los procesos mentales y la conducta a través de test; el psicoanálisis, siendo uno de los principales exponentes de esta corriente psicológica Sigmund Freud, la cual se encarga de estudiar el aparato psíquico dentro de tres sistemas consciente, preconsciente e

inconsciente, basándose en tres etapas el ello, el yo y el súper yo, esta corriente busca explicar la conducta desde puntos de vista sexuales infantiles en el transcurso del desarrollo humano desde las fases oral, anal y fálica.

Otra de las corrientes de la psicología es el conductismo, los mayores exponentes de esta escuela son Pavlov, el cual plantea el conductismo clásico basado en el estudio del estímulo y la respuesta, Watson y Skinner, quienes plantean el conductismo operante basándose en el estudio del estímulo-respuesta acompañado de refuerzos tanto positivos y negativos para fortalecer o eliminar conductas, se enfocan en las conductas observables.

La Gestalt, tuvo su origen en Alemania y sus exponentes teóricos son Max Wertheimer, Wolfgang Kohler, Kurt Koffka y Kurt Lewin, basan sus investigaciones en la percepción creando para su estudio unas leyes considerando que el todo es mayor que la suma de sus partes; el cognitivismo, se encarga de estudiar los procesos cognitivos básicos implicados en la recepción, almacenamiento, interpretación y salida de información el humanismo, se encarga de defender la creencia de que el hombre es bueno por naturaleza diferenciándolos de los animales

La psicología tiene diversas áreas de enfoque, según G., C, A., A. (2014) se encuentran las siguientes:

La psicología del desarrollo que se encarga de estudiar todos los aspectos del crecimiento y cambio humano (físico, mental, social y emocional) desde el periodo prenatal o concepción hasta la vejez). También está la psicología fisiológica se encarga de investigar las bases biológicas que desencadenan la conducta, los pensamientos y las emociones humanas, aquí podemos encontrar, los neuropsicólogos que estudian el funcionamiento del cerebro y el

sistema nervioso del ser humano; los psicobiólogos que estudian la bioquímica corporal y las formas en que las hormonas afectan a la persona, al igual que los medicamentos psicoactivos y las “drogas sociales”; finalmente se hallan dentro de este grupo los genetistas conductuales que exploran el impacto de la herencia genética en la conducta normal y anormal del sujeto.

Otra de las áreas es la psicología experimental, en la que se realizan investigaciones sobre procesos psicológicos básicos como el aprendizaje, la memoria, la sensación, la percepción, el pensamiento, la motivación y la emoción de las personas a lo largo de su vida; también se encuentran los psicólogos de la personalidad que se encargan de estudiar y analizar las diferencias entre individuos como los rasgos, la estabilidad emocional, la autoestima, la agresividad y la apertura a nuevas experiencias en las diversas esferas que lo constituyen.

Los psicólogos clínicos también representan una de las áreas de enfoque de la psicología la cual se interesan en dar un diagnóstico, buscar las causas y el tratamiento de trastornos psicológicos que manifiestan las personas, esta área se relaciona con los psicólogos consejeros que se encargan de los problemas cotidianos que la mayoría de personas enfrentan en algún momento de la vida, los orientan y les brindan las herramientas necesarias para salir de dicha situación difícil.

Finalmente, se encuentran los psicólogos sociales que estudian los pensamientos, sentimientos, conductas y cómo estos influyen en sí mismo o en otras personas, incluso en las situaciones sociales en las que participa desde un aspecto científico. Los psicólogos industriales y organizacionales aplican los principios de la psicología al lugar de trabajo en diferentes empresas u organizaciones y les interesan cuestiones prácticas como la selección

y entrenamiento del personal, el mejoramiento de la productividad y las condiciones de trabajo para así mejorar los aspectos de la empresa y la calidad de los empleados.

Dentro de la investigación que se efectuará se tendrá en cuenta el área de la psicología clínica, dirigida a los rasgos de adicción a las redes sociales como esto deteriora las relaciones interpersonales de los adolescentes que tienen índices más altos al respecto.

## **Capítulo II**

### **Adolescencia.**

La adolescencia se enmarca por diversos cambios físicos y psicológicos que les ocurren a los individuos, por tanto es importante ahondar en esta serie de variaciones para entender de manera más concreta como puede alterar el uso inadecuado de las redes sociales e internet en los adolescentes.

Esta etapa del ciclo vital se comprende por ser una etapa de las más sanas a nivel físico, y se identifica por una amplia gama de cambios biológicos y psicosociales, existen diversas teorías en cuanto al desarrollo de la adolescencia, una de ellas propuesta por G. Stanley Hall (1844-1924), donde menciona que esta etapa es un periodo de “tormenta hormonal, emocional y de estrés”, ya que el menor pasa a experimentar una nueva serie de cambios que le pueden generar diversos sentimientos, sensaciones y experiencias en su ser, lo cual conlleva a que el adolescente esté más vulnerable ante factores externos.

Cuando se habla de adolescencia podemos referir que es un proceso lleno de cambios socio-históricos, en el cual se van desarrollando diversos tipos de habilidades y conocimientos, iniciando un proceso de búsqueda de su identidad, donde integra las experiencias del pasado, debe adaptarse al presente, e iniciar a tener una postura crítica y

visionaria del futuro, el cual es un proceso difícil para el adolescente, ya que lo anterior se presenta a la par de un conjunto de cambios físicos (Aberastury y Knobel, 1997) por tal motivo se relacionan en diversos grupos en los que se sienten identificados, y así compartir experiencias, ideologías y demás aspectos a los que se enfrenten a largo de su vida, dentro de este conjunto de personas se encontrara un diversidad cultural de la cual el adolescente aprenderá y se familiarizará.

La adolescencia se comprenden desde los 11 a los 19 años de edad (Papalia, 2013) siendo un ciclo para crecer en dimensiones físicas, sociales y cognoscitivas donde este proceso puede darse de manera significativa y positiva según el entorno en el que haya crecido el menor, la relación con sus padres, escuela y comunidad. No existe un esquema de desarrollo psicosocial único que se pueda aplicar a todos los jóvenes, porque la adolescencia constituye un proceso muy variable en el crecimiento y desarrollo biológico, psicológico y social.

### ***Etapas de la adolescencia.***

#### *Adolescencia temprana*

Esta etapa inicia en la pubertad (10 a 14 años) (MINSAP, 1999, p. 16), donde se inician los primeros cambios físicos, estos cambios hacen que se pierda la imagen corporal previa, creando así una gran preocupación y curiosidad por los cambios físicos que se están generando, con esto, también inicia el proceso de maduración psicológica.

Según lo mencionado por Piaget (1998) en esta etapa están pasando del pensamiento concreto al pensamiento abstracto sin formarse completamente, el adolescente trata de crear sus propios criterios, socialmente empieza a buscar relacionarse con otros pares de iguales y dejar de relacionarse y de ser relacionado con los niños, creen ser el centro de atención,

pensando que son constantemente observados, por tanto muchas de sus acciones estarán moduladas por este tipo de sentimiento existencialistas, narcisistas y llegando a ser egoístas. En este punto aún no es aceptado por los adolescentes, generando desadaptación social, donde se puede causar alteraciones emocionales como ansiedad o depresión, contribuyendo así al aislamiento inclusive en el entorno familiar.

Estos cambios se denominan “crisis de entrada en la adolescencia” según diversos autores; es importante resaltar que también se presentan cambios en su entorno como en el colegio, con los maestros, con las responsabilidades, entre compañeros y con el sistema educativo. La familia (la presencia del padre, madre o tutor) se convierte en un factor importante en cómo el adolescente vive esta etapa ya que el apoyo y la autoridad le ayudarán a estructurar su personalidad y a superar la ansiedad que le provoca enfrentarse al cambio (Craig, 1997; Delval, 2000; Papalia et. al., 2001).

#### *Adolescencia media*

Esta etapa inicia a partir de los 14 años hasta los 17 años, donde el desarrollo y maduración sexual prácticamente han finalizado adquiriendo alrededor del 95% de la talla adulta y pasando a cambios mucho más lentos, lo que permite restablecer la imagen corporal. Consiguiendo así un grado de aceptación consigo mismos, identificando factores potenciales, satisfacción al crear nuevas amistades y conformar o ser parte de grupos sociales generando en ellos seguridad y adaptación.

La capacidad cognitiva del adolescente va pasando a utilizar el pensamiento abstracto, permitiéndole disfrutar de habilidades cognitivas, empezando a interesar por diversos temas idealistas, encontrando gusto a la hora de discutir ideas por el mero placer de la discusión.

En esta etapa son capaces de identificar las implicaciones de sus actos en el futuro, decidiendo de un manera más centrada aunque esta aplicación puede ser variable, los adolescentes tienen sentimientos de omnipotencia o vulnerabilidad ya que el pensamiento mágico está muy arraigado en estas edades puesto que es usual que piensen que a ellos no les va a ocurrir ningún problema o percance.

Es importante mencionar que gracias a este tipo de sentimientos en los adolescentes existen comportamientos de riesgo que conllevan a la morbimortalidad (drogas, alcohol, tabaco, embarazo, etc.) en este periodo se pueden determinar diversas enfermedades o patologías que podrán desencadenarse en la vida adulta.

En esta etapa de la adolescencia es el grupo de iguales quien determina la forma de vestir, de hablar y de comportarse, siendo las opiniones de los amigos o gente de su alrededor mucho más importantes que las que puedan emitir los padres o integrantes de la familia. El rol de los padres en esta etapa es crucial ya que necesitan de una orientación y de opiniones necesarias, aunque sólo sea para discutir las, ya que pueden servir de referencia y dan estabilidad, los padres permanecen en la vida del adolescente de una forma permanente.

La importancia de pertenecer a un grupo es altísima, pertenecer y ser aceptado por un grupo es según Maslow (1943), una necesidad humana fundamental. La mayoría de los seres humanos muestran un claro deseo de pertenecer y ser parte de algo más grande que ellos mismos, esto les permite desarrollar relaciones sólidas y estables con otras personas y participar del flujo afectivo.

En este sentido, la necesidad de pertenencia es la necesidad de dar y recibir afecto de otras personas, de ser parte de un entramado sólido de relaciones afectivas que nos nutren y que

sostienen la existencia del adolescente ya que antes de permanecer "solitarios" se incluyen en grupos, que pueden favorecer comportamientos de riesgo y comprometer la maduración normal del adolescente.

### *Adolescencia tardía*

Esta etapa oscila entre los 18 y los 19 años de edad, la cual se caracteriza por volver a aceptar los valores de los padres y asumir las tareas y responsabilidades típicas en esta etapa de la vida. Durante este período se logra un importante crecimiento y desarrollo físico, metas psicosociales necesarias para que los jóvenes se desarrollen en ambientes sociales hasta la edad adulta, donde empiezan a adquirir y lograr la independencia, aceptar su imagen corporal, entablar relaciones con amigos y darse cuenta de quienes son y así formar su identidad.

Para la mayoría de los adolescentes, este es un período pacífico y de crecimiento, si todo va bien en las etapas anteriores, incluida la familia y un grupo de amigos estable, los adolescentes manejan y enfrentan de manera adecuada los problemas o situaciones a lo largo de su vida.

Sin embargo, existe la posibilidad de que presenten depresión u otros trastornos emocionales según lo mencionado por Radzik M, Sherer S, Neinstein L. (2008 p 27-31) ya que existen diferentes factores como la relación con sus padres, amigos y su entorno social, que hacen que el adolescente puede experimentar una mayor dependencia y dificultades en la construcción del rol social.

En el campo del desarrollo psicológico, en esta etapa la identidad es más firme en todos los aspectos, la autoimagen ya no la definen los compañeros, sino depende del propio

adolescente. Tienen más interés, estabilidad y es consciente de las limitaciones personales, donde puede adquirir habilidades para la toma de decisiones estableciendo límites de forma independiente y haciendo visualizaciones para planificaciones futuras.

En este punto tienen mucho interés para hacer planes y empieza la búsqueda de una carrera para así poder tener una estabilidad a futuro, teniendo posturas más críticas y realistas, existiendo presión propia por lograr ser profesional y estabilidad en las áreas de ajuste del ser humano.

Como se ha mencionado anteriormente la adolescencia es un proceso altamente variable desde su inicio hasta el final de esta etapa y la progresión a través de sus etapas existiendo un desarrollo significativo en las distintas áreas de su vida, donde se evidencian diferencias debidas a otros factores como el sexo y el ambiente en el que se encuentre el adolescente.

Entendemos que los jóvenes utilizan los medios digitales para el establecimiento de relaciones sociales y para ocupar su tiempo libre (Buckingham, 2008; Bringué & Sádaba, 2009; Rubio, 2009, Sánchez & Fernández, 2010), destacan que el acceso y uso de medios digitales por parte de los jóvenes, subrayan la necesidad de profundizar sobre la relación con el contexto familiar y sociocultural. Teniendo en cuenta los cambios que presentan los adolescentes pueden generar en ellos diversas reacciones ante el mundo digital, usándolo de manera adecuada o creando efectos negativos para su ser.

El uso diario, o casi diario de Internet, ha aumentado rápidamente en la última década en 2007, sólo el 22% de las personas del Reino Unido tenían al menos un perfil en las redes sociales; mientras que el 2016, esta cifra había aumentado al 89%. Ser un adolescente es ya

bastante difícil, pero las presiones a las que se enfrentan los jóvenes conectados a las redes, son sin duda únicas para esta generación digital (Faros, 2018).

Sabemos que las redes sociales más populares son fuente de innumerables beneficios y ventajas para las personas que las usan, pero también generan efectos secundarios poco saludables que pueden generar severos problemas psicológicos, considerando que en esta etapa los adolescentes tienden a ser más vulnerables a ciertas conductas de riesgo según Catalina, López de Ayala y García (2014) dan a conocer que esto se debe a las características de este grupo de edad como son: la inmadurez, inestabilidad emocional e irresponsabilidad.

### **Capítulo III**

#### **Redes Sociales e Internet.**

Las redes sociales son plataformas digitales que permite y facilita la interacción entre las personas, donde se publican y se comparte todo tipo de información ya sea personal, profesional, con terceras personas, conocidos o desconocidos (Celaya, 2008), abriendo la posibilidad de que las personas lleven dos vidas, la vida real y la vida online. Según Boyd y Ellison (2010), las redes sociales permiten la creación un perfil público o semipúblico, donde las personas agregan contactos, compartiéndoles información e ideas permitiendo una interacción multicultural pero a la vez acarreando problemas para aquellos que no las utilizan con responsabilidad, volviéndolos vulnerables y exponiéndose a ser blanco fácil de cualquier situación criminal.

Las redes sociales manejan unas series de características que son las siguientes el intercambio continuo de información, el manejo de emociones dentro de una plataforma virtual, la interacción social virtual que se produce es mayor que la presencial, también son

utilizadas como herramientas económicas en la oferta de productos y ofrece distinción entre edad y sexo de los participantes. Según Madariaga, Abellos y Sierra (2010, pág. 36), estas características se clasifican de la siguiente manera; por densidad lo cual hace referencia al grado de efectividad de los vínculos dentro de la red social; proximidad, la distancia que manejan las personas vinculadas; rango, los contactos directos de la persona dentro de la red; tamaño, número de personas agregadas a la red; homogeneidad, es la cantidad de personas agregadas con características similares y finalmente, la dispersión, que hace referencia a la distancia geográfica que se encuentra entre los agregados a la red.

Las redes sociales permiten a los usuarios construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema limitado al cual puedan acceder sus amigos; articular una lista de otros usuarios con los que comparte una conexión; visualizar y rastrear su lista de contactos y las elaboradas por otros usuarios dentro del sistema lo cual le sirve como medio de búsqueda. Algunas de las redes sociales que más utilización presenta entre la comunidad son:

***Facebook.***

Esta plataforma es de las más usadas en todo el mundo, por personas de distintas edades debido a que los múltiples cambios científicos y tecnológicos hacen que la sociedad se vea obligada a adaptarse a nuevos aprendizajes. Facebook crea un proceso de interacción entre individuos generando una rápida comunicación y fomentando el conocimiento cultural, ya que brinda la posibilidad de conocer diversas culturas e interactuar con personas de diferentes del mundo.

Esta red social fue creada en el año 2004 por Mark Zuckerberg, cuyo objetivo es promover un modelo de comunicación público diseñado en primer lugar para los estudiantes de la

Universidad de Harvard, pero actualmente supera los quinientos millones de usuarios registrados de 180 países de todo el mundo. Facebook se ha convertido en un modelo de socialización global que construye las relaciones sociales mediante una estrategia de conexión de usuarios entre sí, y en numerosos círculos de subredes, eventos y grupos compartiendo gran cantidad de información que los identifica y que pueden tener en común con los demás, haciendo que esta información fluya de manera creativa. (Llorens, F. y Capdeferro, N; 2011).

De las plataformas de redes sociales más utilizadas y que registra, mayor cantidad de usuarios es Facebook, referido en el siguiente enunciado “El más conocido (y utilizado) de dichos espacios es Facebook, el cual, para el 2015 ya tenía 1300 millones de usuarios” (Arnaboldi, Passarella, Conti & Dunbar, 2015). Las redes sociales en general durante los últimos años han tenido gran uso dentro de la sociedad, teniendo conectados diariamente a millones de usuarios y como se refirió con anterioridad, facebook es líder en ranking mundial de red social más utilizada convirtiendo esta página en la segunda más utilizada en todo el mundo después de google, debido a que gran cantidad de personas se conectan e ingresan a la plataforma google con el fin de poder acceder a facebook. (Túñez, M. y Sixto, J; 2012).

En Colombia el consumo de estos portales virtuales ha tomado más fuerza aunque el acceso a internet sea más limitado que en los países desarrollados e industrializados, ubicándose Colombia entre los diez países con más usuarios en facebook. El proceso de conexión en este portal consiste en crear un perfil individual virtual, permite al individuo organizar las características de su identidad que desea proyectar y dar a conocer, con el objetivo específico de encontrar y vincular a su red de amigos personas con información

similar. (Aguilar, D. y Said, E; 2010). Algunos de los elementos que conforman facebook son:

***El perfil.***

Es la pieza fundamental que cada usuario crea el cual se realiza con datos personales, fotografías, etc. Posteriormente puede unirse a una o varias redes, las cuales suelen representar áreas geográficas, universidades, empresas importantes, etc. Es posible personalizar cada perfil instalando aplicaciones con las más diversas funcionalidades y estableciendo el nivel de privacidad que se crea conveniente.

Las principales ventajas de usar los perfiles para la biblioteca son la existencia de muchas aplicaciones disponibles, que son la forma habitual de presencia en esta red social y que tienen más funcionalidades de comunicación con otros usuarios: mensajes, chats y comentarios. Pero así como presenta ventajas también tienen inconvenientes, iniciando con que nunca están disponibles para usuarios no registrados en Facebook, otro es que en cierta ocasión los perfiles de bibliotecas fueron eliminados por los administradores de *Facebook* por “no corresponder con nombres reales de personas”, por lo que sería conveniente pensar en otras formas más seguras de presencia (Behrens, J; 2008).

***Grupos.***

Muchas plataformas han optado por crear grupos, de forma gratuita para cualquier usuario y otras personas pueden unirse por iniciativa propia o mediante invitación de alguno de sus miembros. Entre sus ventajas están su facilidad de creación, las posibilidades de promoción al poder invitar a los contactos a unirse a él y una opción muy importante que permite a los administradores enviar mensajes a todos los miembros. El principal inconveniente es que

sólo pueden tener las aplicaciones básicas: muro de mensajes, publicación de fotografías, entre otras (Magaix, D; 2008)

***Páginas.***

Son la forma de presencia que el sitio recomienda para empresas, personajes famosos y otras organizaciones. Su aspecto es similar al de un perfil, pero con funciones distintas. La utilización de páginas frente a perfiles o grupos tiene una serie de ventajas y de inconvenientes.

Entre las ventajas encontramos que estas, se pueden personalizar instalando aplicaciones; sirven para uso de organizaciones debido a que cuenta con herramientas útiles para dicha función; el contenido que ahí se publica está disponible para usuarios externos, sin necesidad de registrarse para poder verlo; los usuarios se pueden registrar como seguidores o fans de la página; genera información estadística sobre accesos y actividades en la página; permite comunicar novedades a través de herramientas que genera actualizaciones en los perfiles; permite que varios usuarios puedan ser administradores de dicha página; es gratis todo movimiento y finalmente, ofrece a la organización una imagen respetable y visible de la organización ante los usuarios (Vander, E; 2008).

A su vez también presenta algunos inconvenientes tales como que dispone de menos aplicaciones dentro del perfil; se dificulta la promoción ya que no cuenta con las herramienta para darse a conocer e invitar a más usuarios, lo que provoca que se lleve un mayor esfuerzo al promocionarse; no se reciben avisos de las actividades que realicen los usuarios dentro de la página por lo que se debe estar atento para así aclarar las dudas; finalmente, la página no

permite realizar anotaciones en muros ajenos ni comentar fotos o estados de los usuarios. (Didac, A; 2008).

Un factor de éxito de Facebook es la protección y seguridad que ofrece a los usuarios que se registran en la red social, y ofrece la oportunidad de estar actualizado todo el tiempo notificando cualquier acción que ocurra en el momento que no está conectado. (García, A.; 2008).

En lo anterior se da a conocer todos los aspectos que encierra la plataforma Facebook, por ende se pasó a revisar un estudio realizado los adolescentes de como ellos ven una red social como lo es facebook, y se obtuvo que la divisan como la oportunidad de administrar su personalidad, donde ellos se pueden mostrar como ellos son o como quisieran ser, se preocupan por la imagen que van a dar a conocer en este medio y por lo general tienden a aumentar su fecha de nacimiento considerándose una persona mayor e incluso hay quienes colocan el lugar de residencia y su número de celular o teléfono volviéndose así blanco fácil para personas mal intencionadas que solo buscan dañar su integridad y sacar el mejor provecho de la situación.

### ***WhatsApp.***

Teniendo en cuenta que el aparato móvil (Celular), es el medio electrónico más utilizado por la sociedad actual y que al mismo se le pueden descargar gran cantidad de aplicaciones y entre ellas el whatsapp, la Mobile Marketing de la IAB-The Cocktail Analysis (2014) señala que WhatsApp incrementa su dominio en el servicio de mensajería y comunicación en el 2013 superando a la plataforma referida anteriormente como lo es el Facebook. Por este

motivo se considera que es una red social indispensable para ser evaluada en la presente investigación.

WhatsApp es una herramienta que propone una comunicación diferente a la que se había llevado a lo largo de la historia, debido a que es de una forma instantánea y a su vez se pueden enviar fotos, imágenes, videos, música e incluso grabaciones de audio, ya sea a una sola persona, o a varias; por separado o en un grupo el cual se puede crear añadiendo los usuarios de su interés. Esta aplicación fue creada en el año 2009 por Jan Koum y el 19 de febrero del 2014 Facebook la compró adquiriéndose de dicha app (Catalina Larrondo G. 2014). En un principio esta herramienta se utilizaba, únicamente con el fin de compartir estados y a pasar el tiempo fue añadiendo más funciones, haciéndola hoy en día la aplicación más reconocida a nivel mundial. (Celaya, M. Chacón, A. Chacón, Ainoa y Urrutia, E. (2015)).

Algunos de los problemas que presenta el WhatsApp es que los usuarios no pueden olvidar que ofrece poca intimidad y que cualquier información que se envía sin importar la forma se puede distribuir a diferentes usuarios y como otro inconveniente se muestra de cómo los equipos celulares alejan a las personas más cercanas y acerca a los que están lejos debido a que las personas desean estar conectados diariamente a la red de internet para estar pendiente de lo que sucede a su alrededor (Clairá, 2013).

Entre otros de los problemas que ahí y que se consideran aún más graves son los trastornos psicológicos debido al uso y abuso de esta red social, según Giménez y Zirpoli, (2015), tenemos; el síndrome de la llamada imaginaria, la cual hace referencia a que la persona cree que su teléfono celular a vibrado siendo esto erróneo; otro de estos trastornos es el denominado dependencia al internet, que consta de la necesidad que tiene el individuo para estar conectado a una red a tal punto que afecta su vida privada y sus relaciones

interpersonales; y el síndrome del doble check, que se basa en la ansiedad que siente el usuario cuando su destinatario no responde con rapidez sabiendo que dicho mensaje le ha llegado y que se ha conectado tiempo después de recibirlo.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, demuestra la importancia de analizar los efectos psicológicos que traen a un individuo el uso excesivo de las redes sociales y el internet, debido que a gran escala se ve que afecte sus esferas y que acarrea gran problema para la persona si no la utiliza con responsabilidad.

### ***Instagram.***

Instagram es otra de las plataformas más utilizadas en la actualidad como red social, lanzada al mercado el 6 de octubre del 2010, la cual está basada en imágenes y su uso se deriva desde los dispositivos móviles, la cual es usada en gran frecuencia por población joven. Sus creadores la definen como “una manera divertida y peculiar de compartir su vida con los amigos a través de una serie de imágenes. Haz una foto con tu teléfono móvil elige un filtro para transformar la imagen. Imaginamos un mundo más conectado a través de las fotos” (Instagram 2015).

Esta plataforma cuenta con las siguientes funciones; el filtro, siendo la más usada dentro de la app, debido a que cambian apariencias en las imágenes alterando sombras y colores (Colorado, 2014). El hashtag, es una etiqueta que se le da a un grupo de caracteres para identificarlas; los likes, comentarios y menciones, traducido significa “me gusta” y da la referencia de cómo ven los demás usuarios dicha publicación sin la necesidad de realizar un comentario; la localización, permite geolocalizar cada fotografía ya sea en azul o en gris dentro de un mapa, el azul sitio de publicación de la fotografía y el gris la ubicación de quien

la difunde; videos, permitiendo la grabación de vídeos cortos a sus usuarios (Ramos, M; (2015).

Aunque es una plataforma que cuenta con gran cantidad de usuarios, se conoce muy poco acerca de los factores psicológicos y sociales que motivan el uso de la misma, pero “en una investigación previa se ha encontrado que entre los principales motivadores para subir contenido a esta Red Social se encuentra el ‘mostrar momentos importantes de la vida’, ‘expresar su auto-concepto’, ‘mostrar relaciones personales’, entre varias otras (Lee et al., 2015a), lo que deja ver algunas de las razones por las que se suben estos contenidos fotográficos a la red.

Según lo anterior E. Lee, J. Lee, J. Moon y Y. Sung (2015b), relaciona lo referido a las siguientes razones; la primera de ellas es la interacción social, en lo cual se busca el subir la mayor cantidad de cosas que suceden a las redes para mantener y generar una buena relación con los demás; el siguiente aspecto es el archiving (archivar), con el que se busca grabar aspectos diarios y guardar allí lo que doy a conocer; la Self-expression (autoexpresión), lo cual sirve para poder actualizar los contenidos y darse notar como es por los demás; el Escapism (evasión), se realiza con tal de escapar de la realidad, distraerse y sentirse libre; finalmente tenemos el Peeking (mirando), que es con el fin de indagar fotos e información que me interese como la de diferentes celebridades.

Dentro de todas las plataformas creadas Instagram se considera la mejor a la hora de comercializar, ya que facilita la distribución de información a los clientes y permite la vinculación de nuevas personas en adquirir algún bien o servicio.

Todo lo referido anteriormente está en su punto más alto de utilización debido a la situación que enfrenta la sociedad a nivel mundial por la pandemia del Covid 19 (Coronavirus), buscando las redes inalámbricas para poder efectuar la comunicación con seres queridos, trabajo, estudios, entre otros.

### ***Telegram.***

El telegram es un servicio de mensajería instantánea, con las mismas características de las otras aplicaciones que ofrecen esos servicios (Telegram, 2016). Esta plataforma al igual que las demás tiene las siguientes características que es; el servicio en ambas direcciones de mensajes, llamadas y mensajes por voz, confirmación de envío y lectura, posibilidad de compartir archivos, creación de grupos de usuarios, pero se destaca por el tamaño de archivos cargados permitiendo el envío de cualquier tipo de archivo, con independencia de su extensión.

## **Capítulo IV**

### **Efectos Psicológicos de las redes sociales e internet.**

Las redes sociales han causado gran impacto en la sociedad, siendo los adolescentes quien la usan frecuentemente, según Olivia (2012) las redes sociales pueden ser contradictorias, ya que los efectos que estas pueden causar son diversos, puede fortalecer la comunicación o debilitarla, pueden implicar problemas de privacidad, integridad y dignidad de la persona causando así alteraciones en su bienestar mental.

Para saber que es una afectación se debe tener conocimiento de lo que es la salud mental teniendo en cuenta que es aquel estado de bienestar total, (físico, psicológico, emocional y social) que tiene un individuo, que se da mientras el individuo interactuando y atendiendo a

diversas situaciones que le presente el ambiente (Organización mundial de la salud, OMS, 2013).

Es importante reconocer que el mal uso de las redes sociales pueden traer riesgos psicológicos, fisiológicos y psicosociales en el ser humano, según estudios del 2017 de la Royal Society of Public Health de Reino Unido, con 1.500 jóvenes de 11 a 25 años, concluyó que Snapchat e Instagram eran las redes sociales que con mayor probabilidad inspiraban sentimientos de ansiedad y de ser inadecuado. Siete de cada diez dijeron que Instagram les hacía sentirse peor sobre su imagen corporal, la mitad dijo que Instagram y Facebook exacerbaban su ansiedad y dos tercios que Facebook empeoraba el ciberacoso. Por otra parte el Comité de educación pública (2011) expone que existe una relación entre las redes sociales y la depresión, hiperactividad y bajo rendimiento académico.

Partiendo de que la etapa de la adolescencia es un proceso lleno de cambios y de la búsqueda de su identidad los jóvenes comienzan a consolidar su personalidad. La presencia de las redes sociales en su día a día hace que también sea necesario crear una identidad digital acorde con ellos mismos (Zhao, Grasmuck y Martín, 2008 citado en Moral, 2013).

Por tanto no miden las consecuencias que pueden causar por no saberles dar el uso adecuado, puesto que las redes sociales e internet son un espacio que si es usado de manera adecuada, puede ser provechoso en las diferentes esferas del ser humano, tanto social, académica, laboral y personal. En Internet y sobre todo en las redes sociales, los jóvenes pueden satisfacer diferentes necesidades personales, por lo que hoy en día éstas juegan un papel fundamental en conformar la propia identidad de la persona. (Maslow, 1991 citado en Parra, 2010).

El uso excesivo de las redes sociales también acarrea problemas de identidad, teniendo en cuenta que la identidad es un grupo o conjunto de cualidades que distingue a una persona de otra y en el caso de las redes sociales, las cuales son un campo de interacción que da a conocer la identidad dándola a conocer de una forma más abierta y múltiple (Calvillo, C y Jasso, D; 2018). De tal forma que una persona en este caso adolescente que sea retraída en su entorno, dentro de las plataformas que manejan las redes sociales se mostrará como una persona ampliamente sociable.

Esta identidad se está desarrollando en su adolescencia, les permite a los jóvenes saber quiénes son, el direccionamiento de su vida, como encajar en la sociedad, y la dependencia de los demás, en otras palabras es la sensación de ser único, e irrepetible, que al final tiene como objetivo actuar como una fuerza moldeadora que orienta los planes y proyectos de vida de los jóvenes, los valores, los compromisos, los roles, la sexualidad y la conciencia crítica (Erikson, E. (1968)), citado por (Gómez, K y Marín, J. 2017).

Turkle (1997) citado por Calvillo, C y Jasso, D (2018) refiere que “el internet es un sistema de redes que enlaza millones de personas en nuevos espacios que están cambiando la forma con la que pensamos, la naturaleza de nuestra sexualidad, la forma de nuestras comunidades y nuestras verdaderas identidades”. Lo anterior da a entender que quien está detrás de una pantalla narra su vida a su manera adueñándose incluso de rasgos de la personalidad que no le pertenecen.

Dentro del ámbito psicológico se pasa a estudiar algunos de los aspectos que traen consigo las redes sociales, iniciando con la selfie, esta puede ser catalogada como un acto de vanidad que indica narcisismo o incluso falta de autoestima que se traduce en necesidad de

autoafirmación y construcción de identidad (Calvillo, C y Jasso, D; 2018). Los adolescentes son quienes más publican este tipo de información buscando aceptación dentro de las redes sociales y si no reciben lo que esperan empieza a entorpecer su autoestima, bajando poco a poco el respeto a sí mismo y el amor propio, debido a que con tal de conseguir lo que buscan llegan incluso a denigrar su cuerpo.

Otro de los aspectos que afectan el uso desmedido y sin control de las redes sociales son los siguientes dentro del área física de la persona (citan a Álvarez, 2013) citados por Briones, F y Rodríguez, G (2017) refiere que el organismo se ve afectado físicamente generando lesiones por los diversos movimientos repetitivos que se generan al estar utilizando una computadora, celular o tablets; también puede generar una tensión en músculos y tendones al estar en una misma posición por demasiado tiempo, debido a la necesidad que se tiene de estar conectado el individuo deja de realizar actividad física, lo que conlleva sobrepeso u obesidad por la rutina sedentaria a la que se dedica y otro aspecto que se desarrolla es el insomnio.

En cuanto a los problemas psicológicos (citan a TechHive, 2013) citados por Briones, F y Rodríguez, G (2017) en el uso de forma desmedida del internet, el celular y redes presentando mayor frecuencia en adolescentes y jóvenes son la llamada imaginaria, lo cual significa que la persona escuchar sonar o vibrar el celular o aparato electrónico sin que este lo hubiera hecho; la nomofobia en la que el individuo presenta angustia o ansiedad por no poder usar el celular; la depresión del Facebook, lo que quiere decir que el usuario se deprime por aspectos negativos que pasan dentro de su Facebook como lo es el tener pocos amigos agregados y el no recibir muchas reacciones en cosas que se publiquen.

Otras de las problemáticas referidas por este autor son el efecto Google, lo cual significa que la persona no busca memorizar o no coloca en funcionamiento su cerebro por la facilidad que se tiene el acceder a la información a través de internet; el síndrome del doble check, lo que hace referencia a la ansiedad o preocupación que presenta el individuo al ver el recibido y observado en un mensaje de WhatsApp y no recibir su contestación observando en varias ocasiones la hora de la última conexión.

Teniendo en cuenta lo anterior se encuentra los componentes afectados en un individuo debido al uso inadecuado y excesivo de las redes sociales, se encuentra en un primer lugar la autoestima, según Weiss, I (2018), es esa capacidad que tiene cada persona de quererse, aceptarse y respetarse tal y como es, Rojas, E (2001), refiere que la autoestima tiene cuatro componentes básicos que son físicos, psicológicos, sociales y culturales, la cuales si no se satisfacen generan en el individuo una baja autoestima, desencadenando diversas problemáticas de salud mental en la persona siendo una de ellas la depresión; teniendo en cuenta que Beck (1998) menciona que la depresión interactúa en diversas modalidades, tales como cognitiva, somática, afectiva y conductual, donde las distorsiones cognitivas juegan un papel preponderante en este síndrome desatando otros comportamientos desadaptativos en el ser humano. Castro, A; de la Villa Moral, M (2017), refieren que la baja autoestima disminuye la salud mental afectando de esta forma el bienestar psicológico del individuo, en cuanto a la aceptación y a sus vínculos sociales.

También se encuentra la personalidad, sabiendo que son todos aquellos rasgos y características que define y diferencian una persona de otra (Fundación Cafranc, 2012). Uno de los aspectos incorporados dentro de la personalidad es la identidad teniendo en cuenta que la identidad la forman características que definen a una persona y la hacen diferente (Perez,

M; 2006). Lo anterior se refiere debido a que el uso excesivo de las redes sociales genera problema de identidad, teniendo en cuenta que la identidad es un grupo o conjunto de cualidades que distingue a una persona de otra y en el caso de las redes sociales, las cuales son un campo de interacción que da a conocer la identidad dándola a conocer de una forma más abierta y múltiple (Calvillo, C y Jasso, D; 2018). Fernández, S; Palencia, R (2017), mencionando que uno de los principales factores psicológicos es la no clara construcción de la identidad y autoestima, ya que anteceden a conductas adictivas hacia el internet.

Alvarado, M., Chimán, F. y Juárez, M. (2015), refieren que el uso desmesurado de las redes sociales trae efectos negativos en la personalidad del adolescente, y existe una relación de dependencia a redes sociales e internet que tiene que ver con las características de la personalidad como baja autoestima, sentimiento de inadecuación, necesidad de sentirse querido y reconocido, infelicidad, carencias afectivas, inseguridad, soledad, búsqueda de sensaciones, propensión a la fantasía, timidez, falta de habilidades sociales y propensión a crearse una identidad ficticia.

Molina, G & Toledo, K (2014), mencionan que el desarrollo de la tecnología y el uso frecuente de las redes sociales los adolescentes tienden a la despersonalización, creando perfiles no reales que no tienen relación con su verdadero yo, perdiendo la esencia de su propio ser. En este sentido, las relaciones interpersonales han perdido buena parte del contacto personal, no obstante, se debe tener en cuenta que estas funcionan tanto como un medio para alcanzar ciertos objetivos como un fin en sí mismo.

Teniendo en cuenta lo anterior, refiere Herrera (2009) que si las redes sociales son utilizadas correctamente, tienen un aporte positivo en la vida del adolescente, ya que puede

compartir con grupos de su mismo interés y establecer relaciones significativas, por este motivo se considera de vital importancia tener vínculos fuertes en su familia, entendiendo que este es un espacio propicio para que el adolescente pueda adquirir un desarrollo positivo en cualquier ámbito, y de esta manera ejecute un buen uso a las redes sociales.

Seguidamente se encuentra la afectación en el área fisiológica del individuo, la cual responde en un primer lugar a la alteración del sueño para esto se cita a Acero, Talman, Vergara, Moreno y Jiménez (2005) quién refiere que existe una alteración en los hábitos relacionados a la distribución del tiempo y la alimentación se ven influidos por el uso de Internet, distribuyendo de forma inadecuado su tiempo enfocando mayor parte de este a estar inmersos en una red social; y en un segundo lugar las cuestiones de alimentación y actividad física, se podría decir que el sedentarismo genera malos hábitos alimenticios pero la sociedad actual se ha enfocado en promover a través de la red social diversas comidas que fomentan la alimentación saludable (Míguez, L; 2019).

También encontramos a Navarrete, D; Castel, S, Romanos, B; Bruna, I. (2017) quien menciona que la adicción a redes sociales genera cambios altamente peligrosos en la vida del adolescente alterando su campo fisiológico y psicológico, por ejemplo, cambios en el ciclo del sueño, los hábitos alimenticios, exposición a delitos cibernéticos, uso de drogas y alcohol, siendo de vital importancia la prevención de la influencia negativa de las redes sociales por su uso inapropiado, como se evidencia existen diversos efectos que traen consigo las redes sociales y por ello la importancia de la comunicación y afecto por parte de su familia, según Molina, G & Toledo, K (2014) refieren que al no existir un ambiente optimo en la esfera familiar en el adolescente podría verse afectadas sus relaciones interpersonales, prefiriendo

siempre entablar conversaciones y amistades en sus redes sociales, perdiendo así sus habilidades sociales, parte fundamental para el desarrollo normal del adolescente.

Para finalizar se encuentra el área académica y como esta se ve afectada por el uso excesivo de las redes sociales y en sustento a lo referido se encuentra Parra, M (2016), que refiere que usar en exceso las redes sociales afecta negativamente a los estudiantes, provocando desinterés en actividades fructíferas para su futuro, este impacto provocado por las redes sociales en los estudiantes es negativo ya que la utilizan solo para distraerse mas no para el progreso del rendimiento académico y otro de los aspectos de cuidado es que la utilizan para entretenerse buscando información inapropiada ocasionando falta de atención en el aula, lo cual puede provocar un bajo rendimiento académico; en completo se encuentra Méndez, G; Pérez, M; Castillo, J (2016) quienes expresan que el ámbito académico también se ve afectado por el uso negativo de las redes sociales e internet, existiendo bajo rendimiento académico, existiendo limitantes en la comunicación con los docentes, entre otros. Como menciona Young (1998), esto puede darse por el tiempo de conexión que se le da a estas plataformas, ya que existe una preferencia en el uso de estas redes sociales que la realización de sus actividades académicas, alterando así su proceso educativo, siendo uno de los principales efectos que pueden causar el uso de las redes sociales e internet denotando algún tipo de dependencia en el adolescente.

### ***Adicción a las nuevas tecnologías.***

Las nuevas tecnologías o (TIC) están hechas para facilitarnos la vida, pero también pueden alterarla por su uso inadecuado. En algunas ocasiones afectan sobre todo a adolescentes, puesto que están pasando por diversos procesos, usando así el internet y los recursos

tecnológicos de manera inadecuada. Asimismo las redes sociales pueden atrapar en algunos casos a un adolescente porque el mundo virtual contribuye a crear en él una falsa identidad y a causar distanciamiento social e inclusive apartándose de su familia o a distorsionando el mundo real (Becoña, 2006).

En los últimos años se ha acrecentado la preocupación por el consumo excesivo de las tecnologías. Según lo anterior, Ochaita, Espinosa, y Gutiérrez (2011) señalan que un 37.3% de jóvenes entre los 12-18 años dedica entre una y dos horas diarias a internet y un 21.3% más de tres. Éstos y otros datos plantean un panorama donde los menores estarán expuestos a múltiples riesgos en la red, por ejemplo: acceso a contenidos inapropiados, contacto con desconocidos (Garmendia et al., 2011; Garmendia, Garitaonandia, Martínez, y Casado, 2012), Los adolescentes mencionan que las redes sociales e internet son de fácil acceso, existiendo la posibilidad de acceder a cualquier contenido de forma rápida e inmediata, conexión permanente con los amigos, facilitación de las relaciones sociales, visibilidad y reafirmación de la identidad en el grupo teniendo así una recompensa en un corto periodo de tiempo, alivio de las tensiones y del malestar emocional, “desconexión” de la realidad, posibilidad de crear personalidades ficticias, entre otros. Partiendo de lo anterior las redes sociales e internet es un mundo lleno de estímulos, por ende los adolescentes crean tanta afinidad con estas herramientas, olvidando así usarlas de manera adecuada.

Santos (2010), afirma que el no poder controlar y medir las horas con el uso del Internet un individuo puede caer fácilmente en una adicción, entendiéndose que es una enfermedad primaria y crónica de recompensa cerebral, motivación, memoria y circuitos relacionados según lo que menciona la Asociación Americana de Medicina de la Adicción (2011).

La adicción a una red social es la compulsión por estar siempre conectado en la plataforma social en la que se implican comportamientos tales como el ser un coleccionista de amigos y dedicar mucho tiempo a la decoración y perfeccionismo del muro o perfil para que pueda verse atractivo para los demás.

En este sentido se han visto casos de personas que están más de 18 horas conectadas y al pendiente de su red social es importante resaltar que la adicción redes sociales e internet suele afectar a las personas que psicológicamente o por la edad son más vulnerables. Por tanto un grupo de riesgo son los adolescentes y es importante prestar atención, porque reúnen características de riesgo como la impulsividad externa, necesidad de relaciones nuevas y autoestima baja (Echeburúa, Labrador, & Becoña, 2009).

El atractivo de las redes sociales e internet para los jóvenes se debe porque las respuestas son más rápidas y eficaces, la interactividad con demás adolescentes que pueden compartir sus mismos gustos y las múltiples ventanas con diferentes actividades en las que los adolescentes pueden acceder en poco tiempo (Echuburúa & Corral, 2010). Además que estas presentan estímulos positivos y atractivos para los jóvenes.

Los seres humanos son individuos sociales por naturaleza, los adolescentes aún más debido a que buscan ser reconocidos, estar siempre a la moda, estar enterados de todo lo que sucede con sus amigos, las personas que siguen y las redes sociales se prestan para que cualquier joven de cualquier edad pueda y quiera atraer amigos y seguidores. Así mismo un aspecto que lo hace aún más atractivo para los jóvenes es el hecho de que no se trata solo de una simple adicción a redes sociales, sino va más allá porque está implicada la forma de

relación que el sujeto establece con la misma en donde puede desenvolverse con comodidad y sin molestia.

Los principales efectos que pueden causar el uso de las redes sociales e internet, denotando algún tipo de dependencia, es la privación del sueño según lo afirmado por Young (1998), dedicando tiempos de conexión anormales descuidando otras actividades importantes, prefiriendo siempre estar inmersos en el mundo de internet apartándose de la familia, las relaciones sociales, actividades deportivas o placenteras y deberes académicos.

Con lo anterior algunas de las características de la adicción a las redes sociales tienen que ver con síntomas psicológicos llevando así a tener repercusiones en el área física, según Carrasco (2007), manifiesta que estos indicadores son la necesidad de incrementar las cantidades de tiempo conectado en las redes sociales o internet, malestar y deterioro de otras actividades de varios contextos: trabajo, estudios, familia, amigos, sueño, alimentación, salud, etc., irritabilidad y desesperación cuando no se está conectado y a raíz de eso puede desencadenar ansiedad, pensamientos automáticos o recurrentes en relación a internet y redes sociales generando así movimientos voluntarios o involuntarios por el no uso de estas plataformas.

## **Metodología**

### **Tipo de investigación.**

Esta revisión documental es, según Hurtado (2008) *“una revisión documental es una técnica en donde se recolecta información escrita sobre un determinado tema, teniendo como fin proporcionar variables que se relacionan indirectamente o directamente con el tema establecido”*, la revisión documental realizada es de tipo descriptiva ya que comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual, y la composición o proceso de los fenómenos, en este caso buscando identificar los efectos psicológicos que trae consigo el uso de las redes sociales e internet de la población adolescente.

Según Sabino (1986) *“La investigación de tipo descriptiva trabaja sobre realidades de hechos, y su característica fundamental es la de presentar una interpretación correcta. Para la investigación descriptiva, su preocupación primordial radica en descubrir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos, utilizando criterios sistemáticos que permitan poner de manifiesto su estructura o comportamiento. De esta forma se pueden obtener las notas que caracterizan a la realidad estudiada”*.

### **Diseño de investigación.**

La revisión sistemática forma parte del enfoque de investigación cualitativa Baptista, Collado y Sampieri (2010), mencionan que en su método el enfoque cualitativo emplea la recolección de datos sin medición numérica de investigación durante el desarrollo de la interpretación, esto con el propósito de descubrir o afinar preguntas la cual parte del estudio de los documentos, archivos, textos, libros, artículos y demás elementos disponibles sobre una determinada intervención, donde el objetivo principal es poder dar respuesta a diversas cuestiones en específico partiendo de una metodología explícita, permanente y rigurosa.

### **Unidades de análisis.**

Según Hernández (2014) la unidad de análisis es el “objeto o sujeto que pretende ser medido”, por tanto para esta revisión documental las unidades de análisis con las que se trabajarán son artículos científicos y trabajos de grado que tengan relación con la temática central de esta investigación.

### **Artículos.**

Según Ramos (1990) el artículo científico, es un informe escrito publicado, que da cuenta de los resultados de una investigación. También ha sido definido como una parte fundamental del proceso investigativo.

### **Tesis.**

Es una proposición concreta de algún tema de interés, donde generalmente es relacionado con las materias de alguna disciplina de estudio de la carrera, que se plantea, analiza, verifica y concluye mediante un proceso de investigación, acorde con el nivel de estudios de quien lo presenta (Seminario de Ingeniería Eléctrica)

### **Técnicas.**

La investigación documental se caracteriza por la utilización de fichas que facilitan el registro y clasificación de información obtenida a través de conceptos, resúmenes, textos, ensayos, artículos, libros, etc. Para esta investigación se utilizará una ficha de resumen la cual nos permite manejar la información de manera organizada práctica, en esta ficha ira información tales como: Tema, unidad de análisis, enfoque, titulo, autor, año, Ciudad, Editorial, ubicación, Resumen y palabras clave

**Ficha de resumen.**

Este tipo de ficha se realiza tras la lectura de un documento. La cual contiene el código, tema, unidad de análisis, enfoque, título autor, año y ciudad, editorial, ubicación, resumen y palabras claves

FICHA DE RESUMEN		
<b>Código</b>	<b>Tema:</b>	<b>Unidad de Análisis:</b>
<b>Enfoque :</b>		
<b>Título:</b>		
<b>Autor:</b>		
<b>Año:</b>	<b>Ciudad:</b>	
<b>Editorial:</b>		
<b>Ubicación:</b>		
<b>Resumen:</b>		
<b>Palabras Clave:</b>		

Tabla 1 Ficha resumen

**Ficha bibliográfica**

Código	Categoría	subcategoría	Título	Autor	Año	Sitio de búsqueda

Tabla 2 Focha bibliográfica

**Ficha de análisis**

Categoría	Subcategoría	Código	Autor	Texto o descripción	Unidad de análisis	Análisis

Tabla 3 Ficha de Análisis

## **Definición de categorías o variables.**

### **Adicción en redes sociales.**

El término "Adicción a Internet" (AI) lo sugirió por primera vez el psiquiatra Goldberg (1995) para identificar el uso patológico de internet. El trastorno de AI se ha definido con múltiples términos diagnósticos en función de criterios básicos sobre adicción y en función de un mayor conocimiento de la misma. Podemos afirmar que es uno de los temas más estudiados como factor de riesgo del uso de las redes sociales. El concepto de "adicción a internet" se ha propuesto como una explicación para comprender el uso abusivo de la misma, la pérdida de control y las consecuencias negativas de esta tecnología en la vida cotidiana del individuo. Sin embargo, como se verá seguidamente, los criterios para proponer esta categoría diagnóstica han sufrido variaciones.

La ansiedad puede presentarse como una combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante y pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos y/o histéricos en el individuo que lo presente.

Según el DSM V, la ansiedad se define como las características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura.

### **Relaciones interpersonales.**

El concepto de relaciones interpersonales entraña complejidad debido a que los vínculos e interacciones entre los seres humanos están mediados por múltiples factores tales como lo social, mental y emocional. En el caso específico de los seres humanos en edad adolescente, las relaciones interpersonales adquieren mayor número de matices de acuerdo al proceso de construcción de identidad y personalidad que se afronta y al lugar ocupado por el adolescente en un entorno social determinado. A partir de lo anterior las relaciones interpersonales en esta etapa del ciclo vital suelen caracterizarse por asumir roles fundamentales en el contexto en el que se encuentren, por tanto las redes sociales e internet influyen de manera significativa en el actuar del joven, partiendo de que su uso sea negativo, puede optar por tener comportamientos de aislamiento. El aislamiento según Mohseni, Dowran y Hadi (como se citó en Benítez, Cortés y Hernández, 2016) es *“una situación en la que una persona carece de vínculos sociales para conseguir el apoyo social necesario, se presenta cuando una persona, en este caso el adolescente, se aleja totalmente de su entorno”*. Lo cual indica que los individuos no poseen las suficientes herramientas para desarrollar una vida social y buscan a través de una plataforma constituirla y así suplir esta necesidad, lo que conlleva a que evite a toda costa interacción social real desapareciendo aún más los pocos vínculos con los que contaba e incluso los familiares.

El uso de la tecnología, su fácil acceso y rápidas respuestas, contribuyen a que la gente pase mucho más tiempo conectada en un espacio virtual, en una plataforma compartiendo diversa información, creando una vida en muchas ocasiones diferente a la realidad, descuidando sus relaciones personales a tal punto que se podría hablar de aislamiento de su mundo real (Arnao y Surpachin, 2016).

### **Autoestima.**

La autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que puede llegar a ser. Según Rojas, E (2001) refiere en ¿Quién eres?, la autoestima “se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás.” Es importante mencionar que existen diversos factores relacionados con el riesgo de adicción a las redes sociales, uno de ellos es la autoestima donde Coopersmith (1967) menciona que es la evaluación que la persona realiza sobre sí misma, siendo consciente de sus límites, sus habilidades, capacidades y su importancia como persona siendo a su vez Branden (1995) aporta que la autoestima es el juicio que se tiene en cuanto a las actitudes y comportamientos de sí mismo, para cumplir las exigencias, conociendo las deficiencias y fortalezas propias, aprendiendo a disfrutar el resultado del esfuerzo que se realiza en la vida diaria, siendo la experiencia parte esencial para llevar una vida significativa.

Es importante mencionar que la baja autoestima puede desencadenar enfermedades tales como la depresión. El cual se trata de un trastorno psíquico, que causa una alteraciones en el estado de ánimo de tipo depresivo (tristeza) a menudo acompañado de algunas sensaciones como sensación de vacío y desinterés general, sentimientos de culpa y de incapacidad alteraciones en el apetito, disminución de la interacción y contacto social, cambios en el sueño (insomnio) agitación o enlentecimiento psicomotor.

Los síntomas de la depresión en el adolescente pueden ser diversos, los más frecuentes son aburrimiento, nerviosismo, falta de concentración y agresividad, sin embargo, pueden

existir otro tipo de respuestas tales como: desobediencias, faltas a clase sin justificación, auto destructividad, tendencias masoquistas y predisposición a los accidentes, agresividad y problemas escolares. Además Beck (1998) menciona que la depresión interactúa en diversas modalidades, tales como cognitiva, somática, afectiva y conductual, donde las distorsiones cognitivas juegan un papel preponderante en este síndrome desatando otros comportamientos desadaptativos en el ser humano.

### **Personalidad.**

La personalidad es un conjunto de características que hacen que una persona sea un ser único, original, distinto de los demás, irrepetible. Estas características definen a la persona, debido a que cuenta con pensamientos sentimientos, actitudes, hábitos y la conducta de cada individuo propias las cuales las trae incorporadas desde el momento en que nace y es primordial para relacionarse con demás individuos (Fundación Cafranc, 2012).

Teniendo en cuenta lo anterior se refiere que los adolescentes tienen mayor probabilidad de desarrollar conductas adictivas, pues son considerados según Arab (2013) citado por Concha, W; Domínguez, H; Maya, M; Torres, E (2018) como “nativos digitales” y responsables de la enseñanza de su uso a los padres, provocando un desajuste en las jerarquías familiares y por lo tanto un descontrol en el uso excesivo de estos medios debido a que los padres no saben manejar la situación ni imponer su autoridad para evitar este uso desmedido.

La identidad son todas aquellas características que definen a una persona y la hacen diferente. Todo adolescente necesita saber quién es, pues necesita sentirse respetado y amado, como todo ser humano, y para ello necesita saber quién es. Entre los autores que hablan sobre la identidad es Erik Erikson (1902-1994) haciendo principal énfasis en la

adolescencia lo cual refiere que en esta etapa se desarrolla en esta etapa de la vida dejando ver una clara diferenciación entre los individuos, desarrollando una identidad inconfundible, con valores y rasgos propios del individuo (Perez, M; 2006).

El uso excesivo de las redes sociales genera problema de identidad, teniendo en cuenta que la identidad es un grupo o conjunto de cualidades que distingue a una persona de otra y en el caso de las redes sociales, las cuales son un campo de interacción que da a conocer la identidad dándola a conocer de una forma más abierta y múltiple (Calvillo, C y Jasso, D; 2018). Lo cual hace que el individuo muestre y se adueñe de una versión de sí que no es la real.

### **Procedimiento.**

Estas fases se definen teniendo en cuenta a Hoyos, C. (2009) la cual explica de forma clara y concisa cada una de ellas.

#### **Fase preparatoria.**

En esta fase se estableció la idea de investigación y se inició con la búsqueda de la información referente al tema de esta forma se verificó que existieran suficientes unidades de análisis para poder ejecutar la idea, posterior a eso se inicia una búsqueda bibliográfica para determinar la importancia de estudiar el tema planteado, siendo este los efectos psicológicos del uso de las redes sociales e internet en adolescentes.

#### **Fase descriptiva.**

En la fase descriptiva se establece la dirección de la investigación, planteando los objetivos uno general y tres objetivos específicos, seguidamente se redacta la justificación la cual muestra la importancia del tema a trabajar, una vez terminada estas se establece el

planteamiento y descripción del problema donde se especifica de lo trata la problemática y por último el marco teórico.

Esta fase se desarrolla teniendo en cuenta unidades de análisis tales como artículos de investigación, tesis, resúmenes e indagando en las bases de datos de la universidad de pamplona en la cual se expone información relevante de la investigación tal como el áreas de abordaje siendo en este caso desde la psicología, los temas centrales de la investigación y la descripción de la etapa en la que se encuentra la población en este caso adolescentes.

### **Fase de categorización.**

En esta fase se desarrolla todo lo relacionado con la parte de la metodología para la revisión documental, teniendo en cuenta el tipo de investigación la cual es descriptiva, el diseño de la investigación el cual tiene como enfoque cualitativo e identificando las unidades de análisis para la construcción de la investigación, dichas unidades son; tesis y artículos investigativos relacionados con la temática, utilizando como técnicas la ficha de resumen permitiendo así la construcción de la matriz de análisis para dar paso a la fase expositiva.

### **Fase expositiva.**

En esta fase se lleva a cabo el análisis de los instrumentos utilizados para poder dar construir los resultados en este caso cada ficha con la información investigativa recolectada, después de esto se genera la discusión y se plantean las conclusiones, para finalmente, exponer los resultados obtenidos en la revisión documental.

## Resultados

Para el análisis de las investigaciones aplicadas, se utilizó una ficha de contenido la cual está organizada según las categorías de adicción a redes sociales, relaciones interpersonales, autoestima y personalidad, donde se realiza el respectivo análisis de cada unidad de análisis (trabajos de grado y artículos científicos) recolectadas, con la finalidad de identificar los efectos que pueden encontrarse en las categorías a investigar.

Categoría	Subcategoría	Código	Autor	Texto o descripción	Unidad de análisis	Análisis
<b>Adicción a redes Sociales: El término "Adicción a Internet" (AI) lo sugirió por primera vez el psiquiatra Goldberg (1995) para identificar el uso patológico de internet se puede afirmar que es uno de los temas más estudiados como factor de riesgo del uso de las redes sociales. El concepto de "adicción a internet" se ha propuesto como una explicación para comprender el uso abusivo de la misma, la pérdida de control y las consecuencias negativas de esta tecnología en la</b>	La ansiedad puede presentarse como una combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante y pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos y/o histéricos en el individuo que lo presente. Según el DSM V, la ansiedad se define como las características de miedo y ansiedad excesivos, así como	AD1	Patricia Ruido, Yolanda Castro, María Fernández (2017)	"expresan que si no pudieran conectarse durante un día sentirían ansiedad, aislamiento e incluso Afirman que se morirían, también se evidencia la relevancia de estas redes ha provocado que, en ocasiones, pertenecer o no pertenecer a una red social deje de ser una opción para convertirse en una obligación, una necesidad para poder estar en contacto con los/as conocidos/as y estar al día de lo que sucede en el contexto virtual".	A mayor tiempo de desconexión de la redes sociales, mas sentimientos de ansiedad y desesperación.	En esta categoría se encontró que las adolescentes femeninas son quienes le dan más importancia a las redes sociales, ya que pueden expresar sus sentimientos de manera más explícita, expresando que las redes sociales son espacios seguros y de confiabilidad. Es importante resaltar que los jóvenes al no poderse conectar sentirían ansiedad y aislamiento.
		AD2	Laura Vanessa García Gualdrón (2015)	"Se percibe que hay una dependencia psicológica destacada en dos momentos; uno de	Dependencia psicológica	Es importante mencionar que el uso de las redes sociales pueden ser provechosas y útiles en la vida

<p><b>vida cotidiana del individuo.</b></p> <p>alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura.</p>		<p>ellos es una necesidad de uso frecuente, lo cual conlleva directamente a un estado de alerta alto; y el segundo de ellos es en los momentos de abstención cuando se preocupan porque no pueden acceder a las redes sociales por diferentes razones”</p>	<p>de los adolescentes desarrollando así relaciones interpersonales de manera virtual, generando de algún modo bienestar psicológico, existiendo más reacciones positivas que negativas al interactuar con diferentes personas por las redes sociales, aunque, también se identificó que las redes sociales inhiben a los adolescentes de crear nuevas relaciones interpersonales alterando así la esfera social del adolescente.</p>
	<p>AD3</p> <p>David Navarrete Villanueva, Sara Castel Feded, Beatriz Romanos Calvo e Ignacio Bruna Barranco (2017)</p>	<p>“El uso de las redes sociales es un atractivo para los adolescentes, pero su uso inadecuado trae consigo una serie de riesgos derivados de las influencias negativas en la salud, por lo que es necesario estudiarlas para así poder prevenirlas”</p>	<p>Efectos negativos de las redes sociales.</p> <p>La adicción a redes sociales genera cambios altamente peligrosos en la vida del adolescente alterando su campo fisiológico y psicológico, por ejemplo, cambios en el ciclo del sueño, los hábitos alimenticios, exposición a delitos cibernéticos, uso de drogas y alcohol, siendo de vital</p>

				importancia la prevención de la influencia negativa de las redes sociales por su uso inapropiado
AD4	Laura Cruz Diana (2016)	“las relaciones interpersonales y la comunicación fuera del entorno digital se están viendo amenazadas por la nueva comunicación digital. Las relaciones online no permiten poner en práctica las habilidades sociales propias de los individuos como seres sociales por naturaleza, las pantallas no permiten captar, por ejemplo, la comunicación no verbal, que en muchas ocasiones es incluso más importante que la verbal, porque es aquella que se escapa de nuestro control, que realmente revela nuestro estado de ánimo, nuestra actitud ante aquello a lo que nos enfrentamos”	Relaciones interpersonales	Por otra parte, las relaciones interpersonales se ven afectadas debido a que los adolescentes se limitan a compartir y vivir en encuentros presenciales, donde se prefiere estar pendiente de la pantalla del celular que compartir con las personas que les rodea, es importante resaltar que si el uso de las redes sociales es adecuado aportan en el desarrollo de la personalidad del adolescente, pues son espacios de comunicación e intercambio social, que permiten a los adolescentes relacionarse con su grupo de iguales y compartir gustos, tendencias y demás.
AD5	Vanessa Pérez (2018)	“Se ha avanzado desde las investigaciones iniciales acerca de la construcción de la identidad	Bienestar psicológico.	Las redes sociales e internet son una herramienta de apoyo, utilizado para transmitir

		<p>online de los usuarios de la red a los estudios sobre la utilización masiva de los selfies como modalidad de autopresentación y autopromoción, y al creciente uso de redes sociales con un alto componente de exposición personal como Instagram (Deeb-Swihart et al., 2017)”</p>		<p>información, se permiten espacios de interrelación aumentando el bienestar psicológico en el adolescente promoviendo la interacción social en esta etapa del ciclo vital.</p>
AD6	<p>Ángela Del Barrio Fernández; Isabel Ruiz Fernández (2014)</p>	<p>“comparando el tiempo que dedican a las redes sociales con el tiempo total que dedican a Internet. Se observa que casi un 29% afirma utilizar Internet casi exclusivamente para hacer uso de las redes sociales. Un 26% dedica más de la mitad del tiempo en Internet a la red social, y un 15% dedica el mismo tiempo a la red social frente al resto de posibilidades que Internet ofrece”</p>	<p>Tiempo de uso de redes sociales e internet</p>	<p>Los adolescentes usan las redes sociales para diferentes actividades, una de ellas es el uso para generar presión, difamación o molestar a otros jóvenes de su entorno social, generando en el joven que recibe la información sentimientos negativos, baja autoestima. Por otra parte, las dinámicas familiares se ven alteradas por el uso de las redes sociales e internet debido al tiempo de uso en las mismas.</p>
AD7	<p>Natalia Villavicencio (2015)</p>	<p>“se puede determinar que la mayor parte de los estudiantes sometidos a la</p>	<p>Vulnerabilidad afectiva</p>	<p>En ocasiones los adolescentes utilizan las redes sociales como una forma de</p>

	<p>prueba presentan cierta predisposición al uso de las redes sociales como mecanismo de evasión a sus conflictos familiares debido a la falta de vínculos afectivos, sentimientos de incomprensión y rechazo familiar. Haciéndolos más propensos a la dependencia de un círculo de amigos virtual en el cual se sienten identificados y aceptados”</p>	<p>poder expresar lo que sienten debido a que no existe una comunicación positiva entre sus familiares, existiendo vulnerabilidad afectiva, donde los jóvenes al no poder transmitir y expresar sus vivencias, sentimientos o pensamientos, deciden contarlos por medio de las redes sociales, ya que es más posible que puedan ser reforzados y escuchados en este tipo de plataformas comunicativas.</p>
<p>AD8 Echeburúa, Enrique; de Corral, Paz</p>	<p>“Los riesgos más importantes del abuso de las redes sociales son la adicción, el acceso a contenidos inapropiados, el acoso o la pérdida de intimidad. El abuso de las redes sociales virtuales puede facilitar la creación de una identidad ficticia, el aislamiento, el bajo rendimiento, el desinterés por otros temas, los trastornos de conducta y el quebranto económico (los videojuegos), así</p>	<p>Consecuencias de la adicción a las redes</p> <p>En esta categoría de investigación busca encontrar las consecuencias que trae la adicción a redes sociales lo cual es respaldado por esta investigación que refiere que los adolescente que padecen esta adicción disponen de una falsa identidad para sorprender a sus amigos o hacer que si vinculen más a su cuenta, además fomenta el sedentarismo provocando el</p>

		como el sedentarismo y la obesidad”.		aislamiento social y problemas de salud tales como la obesidad, finalmente, también se relaciona con posibles trastornos de conducta.
AD9	Barrero González, Álvaro (2019)	“El excesivo uso de internet tiene unos efectos similares al de otras drogas y puede ser una puerta de entrada hacia diferentes adicciones, como por ejemplo, la ludopatía gracias al juego online o la adicción al sexo debido a la pornografía presente en la red. A su vez se relaciona el excesivo uso de internet y el consumo de sustancias nocivas, conductas de riesgo para su salud y alteraciones psicológicas”.	Comparación entre el internet y las drogas en cuanto a la adicción.	Como lo refiere el DSM V la adicción a internet o redes sociales es considerada adictivo debido a que las consecuencias en los individuos son muy parecida a la de otras drogas, debido a que también genera ansiedad y necesidad de ejecutar esta acción.
AD10	Enrique Berner G.; Jaime Santander T. (2012)	“El usuario adicto a cualquier actividad que se relacione con internet ya se a las páginas pornográficas, del que pasa horas en juegos o redes sociales principalmente en	Población vulnerable.	Este artículo refiere lo vulnerable que es la población que consume estos productos virtuales ante situaciones que pueden violar sus derechos o dañar la percepción que

		<p>Facebook puede ocasionar que este usuario se vuelva vulnerable ante situaciones maléficas sencillamente en una acción breve de publicar un pequeño mensaje sin saber el impacto que tendrá. Tras la ansiedad que esto genera finalmente puede llegar o no un refuerzo positivo, ya sea un nuevo seguidor virtual, la masificación del comentario publicado o una simple respuesta de un desconocido”.</p>	<p>tienen sobre sí mismos, debido a que en cuestión de segundos, en algo que se publique puede ser blanco perfecto para un violador o para alguien que busque hacerle daño, como también los comentarios que reciban pueden ser tan negativos que la autoestima y el autoconcepto del individuo se disminuyan a tal punto de ocasionar en este ideaciones suicidas.</p>
<p>AD11</p>	<p>Néstor Fernández Sánchez (2013)</p>	<p>“Algunas de las consecuencias que acarrea la adicción a las redes sociales e internet son la saliencia, lo cual indica que la actividad se convierte en la más importante en la vida del individuo y esta domina sus pensamientos, sentimientos y conducta; también encontramos la modificación del humor, que indica la experiencia emocional que acarrea la actividad; la abstinencia, siendo todos</p>	<p>Afectaciones de la adicción al internet.</p> <p>El presente autor hace referencia a las diversas problemáticas que resultan por ser adicto a una red social o a internet y como esto no solo afecta a la persona en sí sino que también abarca el círculo social, familiar o laboral del mismo; también deja claro que estos síntomas son similares a los que se presentan cuando una persona presenta una adicción ya sea a drogas, alcohol o</p>

		<p>aquellos estados emocionales desagradables, incluso con consecuencias físicas, que ocurren cuando una actividad es interrumpida; el conflicto hace referencia al que genera el individuo de forma interpersonal, social e intrapsíquico; y finalmente, la recaída, siendo la tendencia a repetir los patrones tempranos de la actividad problemática después de haberse retirado de ella o de, aparentemente, haberla controlado”</p>		<p>cualquier otra sustancia que genere dependencia</p>
AD12	<p>Ulloa Contreras, Sharon Melissa (2019)</p>	<p>“El adicto comienza a sentir una alegría al instante, pero no se da cuenta de los aspectos negativos que tendrá a largo plazo, por lo cual el abuso de redes sociales puede ocasionar la soledad, el mal rendimiento y la despreocupación de otros temas de interés. La adicción se demuestra por completo por el uso desenfrenado de las redes</p>	<p>Efectos a largo plazo de la adicción a redes.</p>	<p>Este apartado genera evidencia acerca de lo que ocurre en un individuo cuando es adicto a las redes sociales trayendo a estos problemas psicológicos tales como ansiedad, depresión, entre otros. Esto se da con el tiempo cuando la persona esta tan inmersa en el mundo digital dejando a un lado el real y desconectándose</p>

		<p>sociales, aparecen síntomas como ansiedad, depresión, intranquilidad ante la desconexión momentánea con lo cual aumenta la urgencia por volverse a conectar a la red esto origina un aspecto negativo que afecta a la rutina diario”.</p>		<p>de la mayoría de asuntos de este.</p>
AD13	<p>Margarita Martín Martín (2016)</p>	<p>“Los efectos negativos destacan la pérdida de la riqueza del lenguaje en su concepto amplio, la posibilidad de crear adicciones, la pérdida de habilidades sociales o el consumismo que generan”.</p>	<p>Perdidas de habilidades.</p>	<p>Esto afecta la vida social de la persona que padece y refiere que uno de los aspectos negativos que tiene el uso y abuso de las redes sociales es la generación de adicción al individuo haciendo que este pierda las habilidades sociales adquiridas en el trayecto de su vida.</p>
AD14	<p>Cristina Sánchez Romero, Carmen López Berlanga (2020)</p>	<p>“Las redes sociales son un medio de comunicación, de ocio y de intercambio de información que sin conocer los principales riesgos que pueden sufrir, se montan en este mundo donde se pueden encontrar situaciones de acoso y ciberbullying”.</p>	<p>Múltiples riesgos</p>	<p>El presente artículo refiere que no se tiene el cuidado y la responsabilidad suficiente para entrar al mundo digital lo cual puede ocasionar que el individuo según la edad sea víctima de diferentes problemas que se dan por esta vía tales como lo es</p>

			<p>el ciberacoso o cyberbullying y que no cuente con herramientas suficientes para afrontar esta situación terminando en situaciones fatales.</p>
<p><b>Relaciones interpersonales: El concepto de relaciones interpersonales entraña complejidad debido a que los vínculos e interacciones entre los seres humanos están mediados por múltiples factores tales como lo social, mental y emocional. En el caso específico de los seres humanos en edad adolescente, las relaciones interpersonales adquieren mayor número de matices de acuerdo al proceso de construcción de identidad y personalidad que se afronta y al lugar ocupado por el adolescente en un entorno social determinado.</b></p>	<p>El aislamiento según Mohseni, Dowran y Hadi (como se citó en Benítez, Cortés y Hernández, 2016) es “una situación en la que una persona carece de vínculos sociales para conseguir el apoyo social necesario, se presenta cuando una persona, en este caso el adolescente, se aleja totalmente de su entorno”. Lo cual indica que los individuos no poseen las suficientes herramientas para desarrollar una vida social y buscan a través de una plataforma constituir y así suplir esta necesidad, lo que conlleva a que evite a toda costa interacción social real desapareciendo aún más los pocos vínculos con los que</p>	<p>R1</p> <p>Key Katherine Gómez Ferreira; Jazmín Soléis Marín Quintero (2017)</p>	<p>“Se establecen alteraciones en el comportamiento de los adolescentes son el sentimiento de culpa, aislamiento, conflictos familiares, descenso en el rendimiento académico, depresión, insomnio, disminución de horas de sueño, pérdida de autocontrol, deterioro de las relaciones más cercanas y probabilidad de presentar dependencia y apego, además de un riesgo existente a presentar conductas adictivas”.</p> <p>Alteraciones en el organismo.</p> <p>Este apartado del artículo da a conocer las alteraciones que tienen los jóvenes al interactuar de manera abusiva a través de una red social, catalogando el aislamiento y la disminución de círculos sociales cercanos debido a diversos problemas ocasionados por el mismo abuso a la red.</p>
		<p>R2</p> <p>Luisa Daniela Patiño Álvarez (2020)</p>	<p>“Las redes sociales han generado nuevos tipos de interacción entre los adolescentes por consecuencia de las herramientas tecnológicas que ofrecen las redes</p> <p>Nuevas formas de interacción.</p> <p>En este artículo se refiere que aunque las redes sociales han ocasionado que los grupos de amigos sean más grande de una forma virtual, también hace hincapié en la</p>

<p>contaba e incluso los familiares. El uso de la tecnología, su fácil acceso y rápidas respuestas, contribuyen a que la gente pase mucho más tiempo conectada en un espacio virtual, en una plataforma compartiendo diversa información, creando una vida en muchas ocasiones diferente a la realidad, descuidando sus relaciones personales a tal punto que se podría hablar de aislamiento de su mundo real (Arnao y Surpachin, 2016).</p>		<p>sociales, dando paso a nuevos espacios y oportunidades de participación, por lo cual se ha visualizado un impacto en las relaciones interpersonales entre los jóvenes. Lo cual trae como resultado el distanciamiento entre amigos y familiares, reemplazando así la comunicación personal y como consecuencia existe el desinterés por el estado en que se encuentra los que están en su entorno”.</p>	<p>perdida de vínculos familiares y la red de amigos presencial debido a que el sujeto por estar inmerso en esto tiene un aislamiento o distanciamiento con su amigos y familiares, como también deja a un lado compromisos de su entorno.</p>
<p>R3</p>	<p>Cajas Tibanta, Marcela Tatiana (2019)</p>	<p>“Las relaciones interpersonales son satisfechas por la presencia de uniones o conexiones interpersonales seguras y satisfactorias. Tales conexiones se caracterizan por el respeto recíproco, el cuidado y la dependencia, para los trabajadores, la sensación de que uno está estrechamente asociado con el líder, el grupo u organización, y puede compartir las propias alegrías y</p>	<p>Características de las relaciones interpersonales favorables.</p> <p>En el presenta documento se resalta la importancia de las relaciones interpersonales para las personas las cuales cuentan con unos requerimientos para que esta sea enriquecedora los cuales se consideran que no los satisfacen cuando una relación es virtual y con personas desconocidas.</p>

		problemas facilita la satisfacción de las necesidades de relación”.		
R4	Sergio Tudela de Marcos y Ana Barrón López de Roda (2017)	“Los grupos de apoyo online cuentan con las ventajas de los grupos de apoyo y de las redes a la hora de enfrentarse a problemas como estrés, depresión o mejorar la autoestima y el bienestar psicológico. Sin embargo, cuentan con las desventajas de ambos, como volverse dependiente de las redes sociales, búsqueda de información errónea, relaciones interpersonales negativas, preferencia de muchos contactos a una relación cara a cara o la dificultad de captación del mensaje”.	Ventajas y desventajas de los grupos sociales a través de la red.	Según este documento las relaciones interpersonales virtuales si contribuyen al bienestar de algún individuo cuando este esté pasando por alguna situación difícil, pero es contraproducente cuando esta persona se habitúa volviéndolo una adicción o se involucra con aspectos virtuales no acordes para el individuo.
R5	Adriana Paola Rodríguez Puentes y Antonio Fernández Parra (2014)	“Los adolescentes con alto uso del Internet buscan lazos online, debido a la intimidad acelerada que promueve este medio. En la medida que la interacción con las nuevas tecnologías puede	Lo que oculta la búsqueda de relaciones en las redes dentro de un individuo.	Se dice que los adolescentes son quienes más utilizan este tipo de redes debido a los diferentes cambios por los que está pasando la persona y quiere a través de este medio suplir sus necesidades de relación y

				relacionarse con esta búsqueda, es relevante considerar la percepción de soledad de los adolescentes, ya que se ha encontrado que en esta etapa la soledad percibida puede estar asociada con estados emocionales como la depresión”.		disminuir los sentimientos de soledad y baja autoestima que aparecen en este periodo.
		R6	Flor Azeneth Briones Torres, Gabriela Irene Rodríguez Gómez (2017)	“La socialización es una necesidad que tenemos como seres humanos, por tal motivo se han desarrollado distintos medios para llevarla a cabo, entre los que se encuentran el uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), las cuales constituyen un medio para interactuar, sin embargo, su uso requiere modelos educativos que permitan su uso con cierto equilibrio, tanto en el plano académico-científico, laboral-productivo o el personal y social”.	Socialización como necesidad humana.	Como lo he referido este documento deja ver claramente la necesidad de socialización que tienen los seres humanos y que la buscan suplir mediante cualquier medio debido a que si una persona es retraída en la vida real tratara ser más abierta en la virtual pero en muchas ocasiones no toman las prevenciones suficientes debido al blanco que pueden ser ante personas que buscan hacer el mal.
<b>Autoestima: La autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que</b>	Es importante mencionar que la baja autoestima puede desencadenar enfermedades	A1	Castro Gerónimo, Abril; de la Villa Moral Jiménez, María	“Los resultados referente a la autoestima presentan dos tendencias de estudio, por un	Afectación en la autoestima por uso de redes sociales	El uso negativo de SRS tiene relación con una baja autoestima teniendo como consecuencia a

<p><b>puede llegar a ser. Según Rojas, E (2001) refiere en ¿Quién eres?, la autoestima “se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales.</b></p>	<p>tales como la depresión. El cual se trata de un trastorno psíquico, que causa una alteraciones en el estado de ánimo de tipo depresivo (tristeza) a menudo acompañado de algunas sensaciones como sensación de vacío y desinterés general, sentimientos de culpa y de incapacidad alteraciones en el apetito, disminución de la interacción y contacto social, cambios en el sueño (insomnio) agitación o enlentecimiento psicomotor. Los síntomas de la depresión en el adolescente pueden ser diversos, los más frecuentes son aburrimiento, nerviosismo, falta de concentración y agresividad, sin embargo, pueden existir otro tipo de respuestas tales como: desobediencias, faltas a clase sin justificación, auto destructividad, tendencias masoquistas y predisposición a</p>	<p>(2017)</p>	<p>lado, se constata que el uso compulsivo de SRS la disminuye y, por otro, que la exposición a estas plataformas la aumenta.”</p>	<p>disminución del bienestar psicológico, quedando afectados distintos ámbitos de su vida social y académica. La necesidad de aceptación social, la insuficiente cantidad y calidad de relaciones interpersonales y el impulso irrefrenable de evadir la realidad a causa del estrés proveniente de la retroalimentación tradicional son motivos claros de inclinación hacia escenarios virtuales.</p>
<p>A2</p>	<p>Gabela Murillo, Bryan Aarón (2018)</p>	<p>“deben existir muchos más medios que difundan esta información, ya que niños, jóvenes y adultos deberían estar bien informado para que así desde muy temprana edad se conozca los daños que puede causar una “broma” en la red. Estamos utilizando de una manera incorrecta las redes sociales, no solo como método de acoso, sino que también desinformando creando noticias falsas”</p>	<p>Información perjudicial</p>	<p>El uso de las redes sociales puede ser variado en los adolescentes, algunos jóvenes los usan como medios de comunicación, de expresión y otros para difundir información que puede causar daños en las demás personas.</p>

<p>los accidentes, agresividad y problemas escolares. Además Beck (1998) menciona que la depresión interactúa en diversas modalidades, tales como cognitiva, somática, afectiva y conductual, donde las distorsiones cognitivas juegan un papel preponderante en este síndrome desatando otros comportamientos desadaptativos en el ser humano.</p>	<p>A3</p>	<p>Greydin Vanessa Méndez Paguaga Melissa Yudelka Pérez Falcón Jairo Antonio Castillo Quintero (2016)</p>	<p>“El uso inadecuado de las redes sociales es una limitante para las/os docentes, ya que obstaculiza el desempeño de habilidades y capacidades de las/os estudiantes en el aprendizaje, normalizando actitudes y comportamiento de las/os estudiantes que menosprecian los roles de los docentes en el aula de clases y por lo tanto el rol de ellas/os como estudiantes”</p>	<p>Falta de habilidades</p>	<p>Es importante mencionar que en el ámbito académico también se ve afectado por el uso negativo de las redes sociales e internet, existiendo bajo rendimiento académico, existiendo limitantes en la comunicación con los docentes, entre otro.</p>
	<p>A4</p>	<p>Isabel María Weiss (2018)</p>	<p>La autoestima se define como lo que cada persona siente por sí misma. Es la medida en la que a esa persona le agrada su propio ser en particular.</p>	<p>Conceptualización.</p>	<p>Este artículo muestra de esta forma una identidad real y una identidad creada en una red social buscando suplir la satisfacción de habilidades con las que no cuenta en la vida real y de esta forma sentirse satisfecho consigo mismo.</p>
<p><b>Personalidad:</b> <b>La personalidad es un conjunto de características que hacen que una persona sea un ser único, original, distinto</b></p>	<p>P1</p>	<p>José Moncada Jiménez y Yamileth Chacón Araya (2012)</p>	<p>“También se ha sugerido que el uso de medios electrónicos podría promover la interacción social y reducir conductas de riesgo sexual a</p>	<p>Conductas de riesgo sexual</p>	<p>Las redes sociales pueden ser espacios peligrosos para los adolescentes, debido al alto riesgo que existe de que pueden ser vistos y</p>

<p><b>de los demás, irrepetible. Estas características definen a las persona, debido a que cuenta con pensamientos sentimientos, actitudes, hábitos y la conducta de cada individuo propias las cuales las trae incorporadas desde el momento en que nace y es primordial para relacionarse con demás individuos (Fundación Cafranc, 2012).</b></p>	<p>necesita sentirse respetado y amado, como todo ser humano, y para ello necesita saber quién es. Entre los autores que hablan sobre la identidad es Erik Erikson (1902-1994) haciendo principal énfasis en la adolescencia lo cual refiere que en esta etapa se desarrolla en esta etapa de la vida dejando ver una clara diferenciación entre los individuos, desarrollando una identidad inconfundible, con valores y rasgos propios del individuo (Perez, M; 2006). El uso excesivo de las redes sociales genera problema de identidad, teniendo en cuenta que la identidad es un grupo o conjunto de cualidades que distingue a una persona de otra y en el caso de las redes sociales, las cuales son un campo de interacción que da a conocer la identidad dándola a conocer de una</p>	<p>P2</p>	<p>Alvarado, M., Chimán, F. y Juárez, M. (2015)</p>	<p>través de las populares «redes sociales» (e.g., Facebook, MySpace, Twitter, Hi5).”</p> <p>“El uso y el constante crecimiento de la tecnología permiten que se mejoren aspectos de una sociedad, tales como la educación, la economía, el trabajo, las relaciones sociales, etc., las repercusiones que pueden tener estas en la vida personal y social de las personas pueden ser negativas ya que pueden haber daños psicológicos que determinen o frenen el desarrollo de la personalidad de las personas y el desarrollo en el hábito social-emotivo (socialización).”</p>	<p>Rasgos de personalidad, influencia en el uso de la redes sociales</p>	<p>acosados por depredadores sexuales, alterando su bienestar psicológico y su integridad. También es importante mencionar que los adolescentes usan estas plataformas para compartir contenido sexual ya sea de sí mismos o alguien más.</p> <p>El uso desmesurado de las redes sociales puede traer efectos negativos en la personalidad del adolescente, y existe una relación de dependencia a redes sociales e internet en adolescentes que tienen características de personalidad como baja autoestima, sentimiento de inadecuación, necesidad de sentirse querido y reconocido, infelicidad, carencias afectivas, inseguridad, soledad, búsqueda de sensaciones, propensión a la fantasía, timidez,</p>
---	---	-----------	---	--	--	--

<p>forma más abierta y múltiple (Calvillo, C y Jasso, D; 2018). Lo cual hace que el individuo muestre y se adueñe de una versión de sí que no es la real.</p>		<p>falta de habilidades sociales y propensión a crearse una identidad ficticia.</p>
	<p>P3</p> <p>Stefanis Carolina Fernández Millán ,Roxana xilema Palencia Paternina (2017)</p>	<p>Uno de los principales factores psicológicos es la no clara construcción de la identidad y autoestima, ya que anteceden a conductas aditivas hacia el internet, de acuerdo con ello Sanchez, Beranuy, Castellana, Chamarro y Oberst (2008) argumentan que son más propensas de generar una dependencia al internet las personas con determinadas características de personalidad como baja autoestima, sentimiento de inadecuación, necesidad de sentirse querido y reconocido, carencias afectivas, inseguridad, propensión a crearse una identidad ficticia ya que por lo general no tienen seguridad en sí mismos.”</p> <p>Dependencia a las redes sociales</p>

			habilidades sociales y propensión a crearse una identidad ficticia.
P4	<p>Andrés Guillermo Torres Gutiérrez Angie Paola Domínguez Vargas Diana Patricia Rodríguez Rojas (2020)</p>	<p>Las redes sociales digitales han tenido un impacto tanto positivo como negativo en las nuevas formas de comunicar y todo se debe al uso y supervisión que estas deben tener en los adolescentes y a los adultos que no están exentos de utilizarlas de manera errónea. La utilización de las redes sociales digitales ha demostrado que son una herramienta necesaria y versátil a la hora de comunicar experiencias mediáticas en diferentes áreas como son: científicas, comunicaciones, familiares, literarias entre otras. Las medidas que se adopten para el uso de las redes sociales digitales deben ser estratégicas para lograr mantener una buena mediación para su uso y no generar a los adolescentes la prohibición ya que esto generaría en</p>	<p>Redes sociales como herramienta positiva</p> <p>Hoy en día es muy fácil que un adolescente pueda acceder a cualquier red social, donde generan nuevos espacios para poder comunicarse, el mal manejo se pueden evidenciar la cantidad de información no confiable o no verídica en el momento de realizar un trabajo o una actividad, se pueden generar videos aplicaciones donde se pueden realizar procesos ilícitos o conllevar un maltrato, el bullying, el irrespeto y la pérdida de la privacidad se ha perdido por las redes sociales y su manejo inadecuado.</p>

		ellos una inadecuada utilización de las mismas.		
P5	Javier Corredor, Gustavo Pico, Carolina Castro, Martín Hernández, Camilo arias, Camila alviar, Leonardo Rojas, John Silva, Jully niño ( 2013)	“Este estudio ha mostrado que internet está generando cambios profundos en las formas de crecer y ser adolescente en la región colombiana. La realidad psicológica se ha transformado porque los mundos posibles a los que se puede adscribir la identidad han sido ampliados y porque las herramientas disponibles para expresar las disposiciones del sí mismo han cambiado.”	identidad	Las redes sociales e internet generan cambios en los adolescentes, haciendo que ellos actúen diferente en cuanto a su cultura, donde pueden elegir entre dos mundos distintos, el mundo local y el mundo virtual.
P6	Claudia Adriana Calvillo Ríos, David Jasso Velázquez (2018)	En el caso de la red social, este es uno de los campos diferenciados de interacción que muestra cómo la identidad puede ser más abierta y múltiple. Por ejemplo, cuando un individuo se comporta desinhibido en la red social y más inhibida en el mundo presencial, ahí están dos dimensiones de una sola identidad que posee ese participante. Lo	Camuflaje de identidad.	Este artículo muestra claramente la contradicción que hay entre la identidad real del individuo y la creada en una red social buscando suplir lo que no realiza en la vida real.

que sucede es que el contexto o campo de interacción determina una de esas dimensiones específicas. Siendo que el problema de la identidad en la red social es un fenómeno íntimamente relacionado con la ausencia del contacto cara a cara entre los involucrados. Encontrando que la red social ofrece una amplia gama de posibilidades de contactar a familia, amigos y gente de otra cultura, puede traer como consecuencia

*Tabla 4 Tabla de Análisis de Resultados Desarrollada*

## **Discusión**

A partir de la revisión documental realizada, con el fin de dar respuesta a qué efectos psicológicos conllevan las redes sociales en la vida del adolescente, se recopilan 30 investigaciones, tomados como unidad de análisis, donde a nivel internacional se encuentran 12 estudios aplicados en España (Madrid, Galicia; Zaragoza, Mallorca, Badajoz, Palmas de Mallorca, Valladolid) 4 estudios aplicados en México (Izcala, Zacatecas) 1 estudio aplicado en Perú (Trujillo), 3 estudios aplicados en Ecuador (Quito y Guayaquil), uno en Argentina, uno en Nicaragua (Estelí) y por último uno en Chile para un total de 23 investigaciones internacionales. A nivel nacional se encuentran 3 estudios aplicados en Bogotá, uno en Cundinamarca y por último uno en Santa Marta, para un total de 5 investigaciones nacionales, finalmente, a nivel regional 2 estudios aplicados en Bucaramanga.

Teniendo en cuenta estas investigaciones mencionadas, en los hallazgos encontrados se busca resaltar las áreas afectadas en los adolescentes, donde se procedió a clasificar la información de la siguiente manera; seis investigaciones responden a la afectación en el área de las relaciones interpersonales, catorce investigaciones están relacionadas con la adicción a redes sociales, cuatro de ellas se refieren a la autoestima y finalmente, seis se enfocan en la personalidad, cabe destacar que esta clasificación se puede observar tanto en la matriz bibliográfica como en la de contenido.

Una vez revisada, analizada y clasificada la información se procede a mencionar como esta práctica excesiva sobre las redes sociales y el internet afectan las diferentes esferas del adolescente, para hablar de afectación hay que tener en cuenta de lo que trata la salud mental, lo cual hace se refiere a un estado de bienestar, donde el individuo responde a las necesidades del medio ambiente interactuando y atendiendo las situaciones de su diario vivir, siendo una

persona capaz y productiva. En otras palabras, la salud no es solamente la ausencia de enfermedad sino también un estado adecuado tanto físico, emocional y social en el que el sujeto acciona. (Organización mundial de la salud, OMS, 2013). Una vez referido lo anterior se procede a mencionar aquellas problemáticas que se ocasionan por el uso de las redes sociales y el internet de forma inadecuada.

En primer lugar se encuentra el área psicosocial, la cual se desarrolla en el adolescente como resultado de las interacciones, experiencias, influencias sociales y culturales que el joven ha vivido en etapas previas del ciclo vital, entendiendo que la adolescencia es una etapa altamente variable, llena de cambios tanto físicos como psicológicos, haciendo que el adolescente se encuentre vulnerable, se considera de vital importancia resaltar los efectos que tienen las redes sociales y destacar que el mal uso de la mismas se desencadenan en esta fase de la vida, alterando sus áreas de ajuste personal, como lo es el autoestima, la cual consiste en valorar y reconocer lo que la persona es y lo que puede llegar a ser. Según Weiss, I (2018), “La autoestima se define como lo que cada individuo siente por sí misma. Es la medida en la que a esa persona le agrada su propio ser en particular” mostrando de esta forma una identidad real y una identidad creada en una red social buscando suplir las satisfacción de habilidades con las que no cuenta en la vida real y de esta forma sentirse satisfecho consigo mismo.

Según Rojas, E (2001) refiere en *¿Quién eres?*, la autoestima “se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales, provocando en el adolescente el apareamiento de la baja autoestima y como esta conlleva a desencadenar enfermedades tales como la depresión, la cual es un trastorno psíquico, que causa una alteraciones en el estado de ánimo de tipo depresivo (tristeza) a menudo

acompañado de algunas sensaciones de vacío y desinterés general, sentimientos de culpa y de incapacidad alteraciones en el apetito, disminución de la interacción y contacto social, cambios en el sueño (insomnio) agitación o enlentecimiento psicomotor.

Los síntomas de la depresión en el adolescente pueden ser diversos, los más frecuentes son aburrimiento, nerviosismo, falta de concentración y agresividad, sin embargo, pueden existir otro tipo de respuestas tales como: desobediencias, ausencia a clase sin justificación, auto destructividad, tendencias masoquistas y predisposición a los accidentes, agresividad y problemas escolares. Además Beck (1998) menciona que la depresión interactúa en diversas modalidades, tales como cognitiva, somática, afectiva y conductual, donde las distorsiones cognitivas juegan un papel preponderante en este síndrome desatando otros comportamientos desadaptativos en el ser humano. Es importante destacar que en diversas investigaciones se ha demostrado que las redes sociales tienen una asociación con depresión, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, insomnio, disminución de horas total de sueño, disminución del rendimiento académico, repitencia y abandono escolar. También ha sido asociado con un amplio rango de problemas psicosociales según el Comité de Educación Pública 2011.

Contrastando lo referido anteriormente se encuentra Castro, A; de la Villa Moral, M (2017), la baja autoestima trae como consecuencia una disminución del bienestar psicológico, quedando afectado los diversos ámbitos de su vida social, como lo es la necesidad de aceptación social, la insuficiente cantidad y calidad de relaciones interpersonales y el impulso irrefrenable de evadir la realidad a causa del estrés proveniente de la retroalimentación tradicional son motivos claros de inclinación hacia escenarios virtuales.

También dentro del área psicosocial se encuentra la personalidad siendo un conjunto de características que hacen que una persona sea un ser único, original, distinto de los demás, irrepetible. Estas características definen a las persona, debido a que cuenta con pensamientos sentimientos, actitudes, hábitos y la conducta de cada individuo propias las cuales las trae incorporadas desde el momento en que nace y es primordial para relacionarse con demás individuos (Fundación Cafranc, 2012).

Dentro de la personalidad se encuentra la identidad siendo aquellas características que definen a una persona y la hacen diferente. Todo adolescente necesita saber quién es, pues necesita sentirse respetado y amado, como todo ser humano, y para ello necesita saber quién es. Entre los autores que hablan sobre la identidad es Erik Erikson (1902-1994) haciendo principal énfasis en la adolescencia lo cual refiere que en esta etapa se desarrolla en esta etapa de la vida dejando ver una clara diferenciación entre los individuos, desarrollando una identidad inconfundible, con valores y rasgos propios del individuo (Perez, M; 2006).

El uso excesivo de las redes sociales genera problema de identidad, teniendo en cuenta que la identidad es un grupo o conjunto de cualidades que distingue a una persona de otra y en el caso de las redes sociales, las cuales son un campo de interacción que da a conocer la identidad dándola a conocer de una forma más abierta y múltiple (Calvillo, C y Jasso, D; 2018). Lo cual hace que el individuo muestre y se adueñe de una versión de sí que no es la real, según lo anterior la identidad logra verse afectada cuando no se le da el uso adecuado a las redes sociales ya que no permiten la solidificación de su identidad y el desarrollo de habilidades que puedan complementar parte de su identidad, ya que en esta etapa del ciclo vital este proceso es vital para el acoplamiento en el medio social donde permanecen, reforzando sentimientos de seguridad, generando diversas estrategias adaptativas.

En relación con lo anterior se encuentra Alvarado, M., Chimán, F. y Juárez, M. (2015), quién refiere que el uso desmesurado de las redes sociales puede traer efectos negativos en la personalidad del adolescente, y existe una relación de dependencia a redes sociales e internet que tiene que ver con las características de la personalidad como baja autoestima, sentimiento de inadecuación, necesidad de sentirse querido y reconocido, infelicidad, carencias afectivas, inseguridad, soledad, búsqueda de sensaciones, propensión a la fantasía, timidez, falta de habilidades sociales y propensión a crearse una identidad ficticia. También se encuentra Fernandez, S; Palencia, R (2017), mencionando que uno de los principales factores psicológicos es la no clara construcción de la identidad y autoestima, ya que anteceden a conductas adictivas hacia el internet.

Es necesario exponer que el uso de las redes sociales pueden alterar las relaciones interpersonales, debido a que el adolescente prefiere interactuar con la sociedad a través de estas plataformas dejando de lado sus propias habilidades sociales Molina, G & Toledo, K (2014). En la actualidad, con el desarrollo de la tecnología y el uso tan frecuente de las redes sociales, los adolescentes tienden a la despersonalización, ya que quieren darse a conocer como adolescentes modernos con grandes virtudes, creando así perfiles que no son reales y no tienen relación con su verdadero yo, perdiendo la esencia de quienes son, solo por mantener las relaciones virtuales. En este sentido, las relaciones interpersonales han perdido buena parte del contacto personal, no obstante, se debe tener en cuenta que estas funcionan tanto como un medio para alcanzar ciertos objetivos como un fin en sí mismo, según lo afirma Herrera (2009). Desde otro punto las redes sociales si son utilizadas correctamente, pueden aportar en la vida del adolescente, ya que puede compartir con grupos de su mismo interés y establecer relaciones significativas. partiendo de lo anterior es necesario tener vínculos

fuertes en su familia, entendiendo que este es un espacio propicio para que el adolescente pueda adquirir un desarrollo positivo en cualquier ámbito en el que el sujeto se enfrente, y así pueda dar un buen uso a las redes sociales puesto que el adolescente comprende que el mundo real es más importante y necesario ya que así puede establecer relaciones interpersonales de calidad aprovechando también la existencia de diversas plataformas que aportaran en su construcción personal.

La siguiente área de ajuste afectada por el uso excesivo de las redes sociales es la fisiológica la cual se refiere a todos estos aspectos que se desencadenan a nivel físico en el individuo como lo es la alteración en el sueño, según Acero, Talman, Vergara, Moreno y Jiménez (2005) se halló que los hábitos relacionados a la distribución del tiempo y la alimentación se ven influidos por el uso de Internet, distribuyendo de forma inadecuado su tiempo enfocando mayor parte de este a estar inmersos en una red social y dejando para última hora las actividades o compromisos generando mayor estrés a la persona, así como también no descansando lo suficiente; respecto a la alimentación y actividad física, se podría decir que el sedentarismo genera malos hábitos alimenticios, pero la sociedad actual se ha enfocado en promover a través de la red social diversas acciones que envuelven los buenos hábitos fomentando la alimentación saludable (Miguez, L; 2019), también como aporte personal se refiere que en el afán de tener una buena apariencia en una red social, crea esa necesidad de alimentación saludable y actividad física.

En contraste con lo anterior se encuentra Navarrete, D; Castel, S, Romanos, B; Bruna, I. (2017) quien menciona que la adicción a redes sociales genera cambios altamente peligrosos en la vida del adolescente alterando su campo fisiológico y psicológico, por ejemplo, cambios en el ciclo del sueño, los hábitos alimenticios, exposición a delitos cibernéticos, uso de drogas

y alcohol, siendo de vital importancia la prevención de la influencia negativa de las redes sociales por su uso inapropiado.

Los adolescentes se adentran tanto en una plataforma virtual que se desconectan casi en su totalidad con el mundo exterior, olvidando de respetar sus horas de la alimentación y de sueño dejando a un lado la práctica de actividad física, llevado una vida de sedentarismo y malos hábitos, todo esto le desencadena diversas problemáticas en su vida, debido a que si una persona no descansa el tiempo estipulado al día siguiente va a tener sensaciones de agotamiento y no va a rendir igual en su día, al igual sucede si no se alimenta adecuadamente pero además la mala alimentación puede traer diversas enfermedades como obesidad, diabetes, entre otras. Por último, el sedentarismo que se provoca ante la falta de actividad física contribuye a aumentar los malestares corporales.

Finalmente, se encuentra las afectaciones que se producen en el contexto académico para ello Parra, M (2010), refiere que el uso en exceso en las redes sociales afecta negativamente a los estudiantes provocando desinterés en actividades fructíferas para su futuro, este impacto provocado por las redes sociales en los estudiantes es negativo ya que la utilizan solo como tiempo de ocio y no para el progreso del rendimiento académico o para adquirir nuevos conocimientos, otro de los aspectos de cuidado es que la utilizan como forma de entretenimiento con información inapropiada ocasionando falta de atención en el aula, contribuyendo al bajo rendimiento académico y deserción escolar. Teniendo en cuenta lo anterior Méndez, G; Pérez, M; Castillo, J (2016) expresan que el ámbito académico también se ve afectado por el uso negativo de las redes sociales e internet, existiendo bajo rendimiento académico, existiendo limitantes en la comunicación con los docentes, entre otros. Como menciona Young (1998), esto puede darse por el tiempo de conexión que se le da a estas

plataformas, ya que existe una preferencia en el uso de estas redes sociales que la realización de sus actividades académicas, alterando así su proceso educativo, siendo uno de los principales efectos que pueden causar el uso de las redes sociales e internet denotando algún tipo de dependencia en el adolescente.

La dependencia a las redes sociales e internet, existe una descompensación significativa en la psique del adolescente entendiendo que es un proceso de cambios tanto físicos como psicológicos, por ende las redes sociales pueden llegar a la vida del adolescente causando como consecuencia de su mal uso comportamientos adictivos, depresión, ansiedad, cambios en el ciclo del sueño y alimentarios, bajo rendimiento académico, donde pueden encontrarse emocionalmente activados enfrentándose a múltiples riesgos como el cyberbullying, grooming, sexting, y otras prácticas online. De modo que el fin real de las redes sociales se pierde, por ello es importante el apoyo, la orientación y el establecimiento de normas en cuanto al uso de las redes sociales, dándole a conocer al adolescente la importancia del establecimiento de relaciones interpersonales en el mundo real, de manera que las áreas de ajuste del adolescente puedan desarrollarse de manera normal y fructífera.

## **Conclusiones**

Teniendo en cuenta los hallazgos encontrados durante la investigación realizada mediante revisión documental se puede concluir que se dio cumplimiento al objetivo general, el cual buscaba analizar los efectos psicológicos ocasionados por el uso excesivo de las redes sociales e internet en adolescentes en edades comprendidas de 13 a 15 años, mediante una revisión documental sistematizando las implicaciones de las redes sociales e internet en esta etapa del ciclo vital, donde se encuentra que el uso excesivo de las redes sociales e internet si alteran la salud mental provocando efectos psicológicos en el adolescente.

En cuanto al primer objetivo específico se logró recolectar información sobre los efectos psicológicos producidos por el uso excesivo de las redes sociales en adolescentes a través de una búsqueda detallada en distintas unidades de análisis, donde se trabajó con un total de 30 investigaciones, a nivel internacional se hallaron 23 investigaciones; de tipo nacional, 5 investigaciones y finalmente, 2 investigaciones regionales. Cabe destacar que a nivel de Norte de Santander no se encontró ninguna investigación relacionada con el tema trabajado, los dos hallazgos locales corresponden al departamento de Santander, a pesar de esto se logró cumplir con el objetivo propuesto rescatando de cada una de ellas información relevante para la investigación.

También se dio cumplimiento al segundo objetivo específico el cual busca identificar las consecuencias psicosociales, psicológicas, fisiológicas y académicas que pueden traer el manejo negativo de las redes sociales e internet en los adolescentes, donde se da respuesta a los efectos ocasionados por el uso excesivo de las redes sociales e internet en esta esta etapa del ciclo vital, destacando que sí pueden ocasionar y si existen problemáticas que alteran su

psique, desencadenando problemas de baja autoestima, debido a los prototipos de belleza que se pueden encontrar en las redes sociales como Facebook e Instagram, también puede existir depresión, cambios de identidad y personalidad debido a los cambios que pasan en esta etapa de su vida, así como también altera el sueño, la alimentación y la actividad física del individuo; y por último, la área académica puede verse afectada, contribuyendo al bajo rendimiento y en ocasiones la deserción escolar.

Finalmente, se alcanzó el cumplimiento del último objetivo específico que buscaba explicar los efectos psicológicos encontrados en las unidades de análisis revisadas para así dar exposición de las consecuencias que trae consigo el uso excesivo de redes sociales e internet, exponiendo las alteraciones ocasionadas en las áreas de ajuste del adolescente, irrumpiendo el bienestar psicológico del individuo, dando a conocer el riesgo que existe a nivel psicosocial, fisiológico y académico.

Teniendo en cuenta lo anterior, se logra evidenciar que en efecto las redes sociales e internet con un uso inadecuado pueden ser nocivas para la salud, pero, se debe destacar que mientras su uso se de una forma responsable y controlada puede contribuir en la vida social, personal y académica del adolescente promoviendo así hábitos de vida saludables ya que en diversas redes sociales existen perfiles orientados a el ejercicio físico, alimentación balanceada, al aprendizaje de diversos te donde el rol que tengas los padres o cuidadores es muy importante para que el adolescente pueda disfrutar y sacar provecho de las redes sociales, siendo de edificación para sí mismo y el entorno que le rodea.

### **Recomendaciones**

Una vez terminada la revisión documental se recomienda incentivar a los profesionales y/o estudiantes del área de psicología, a investigar sobre los efectos psicológicos ocasionados por el uso inadecuado de las redes sociales e internet, en especial en la región Norte santandereana con la finalidad de realizar estudios enmarcados en la rigurosidad y profesionalismo, haciendo que de esta forma el departamento destaque y sea fuente de bases investigativas.

Por otra parte se considera de vital importancia el brindar información sobre las redes sociales e internet a padres de familia, con la finalidad de que se eduquen y tomen conciencia de las problemáticas que estas pueden generar en sus hijos contribuyendo de esta forma a la prevención de dichos efectos, fortaleciendo la comunicación y confianza familiar, donde el adolescente pueda obtener las herramientas necesarias para la formación de su identidad y no se vea afectada su personalidad.

Finalmente, se le recomienda a la comunidad adolescente el darle un uso adecuado a estas plataformas, teniendo precaución en los tiempos de uso, la gente que se agrega y la información que allí se comparte, educándose en el uso de internet haciendo que esta sea una herramienta que contribuya de forma positiva en el desarrollo de su vida y no le acarree problemáticas que le afecten su bienestar psicológico, personal, social, familiar y académico.

### **Bibliografía**

- Aberastury, A., & Knobel, M., (1994). *La adolescencia normal*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Acero A., G., Talman P., A., Vergara G., A., Moreno M., J. y Jiménez M., H. (2005). *Relación entre hábitos de salud, consumo de Internet y rendimiento académico en adolescentes de un colegio de la ciudad de Bogotá*. *Psicogente*, 11(19), 9-23. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29242799009.pdf>
- Aguilar, D. y Said, E; 2010: Identidad y subjetividad en las redes sociales virtuales: caso de Facebook. <https://www.redalyc.org/pdf/853/85316155013.pdf>
- Alvarado, M., Chimán, F. y Juárez, M. (2015). *Adicción a las redes sociales y los efectos en la identidad*. Recuperado de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf>
- Araujo, E. (2016). *Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima*. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v10n2/a05v10n2.pdf>
- Arnao, J., & Surpachin, M. (2016). *Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes*. Lima: Cedro. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/30184/3/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>
- Arnaboldi, V., Passarella, A., Conti, M., & Dunbar, R. I. M. (2015). *Online social networks: Human cognitive constraints in Facebook and Twitter personal graphs*. Amsterdam: Elsevier. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=nPbHBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Online+social+networks:+Human+cognitive+constraints+in+Facebook+and+Twitter>

[tter+personal+graphs&ots=QMZfct7cZq&sig=7c47vQyKAnkda\\_io3FryLPccicg#v=onepage&q=Online%20social%20networks%3A%20Human%20cognitive%20constraints%20in%20Facebook%20and%20Twitter%20personal%20graphs&f=false](http://www.researchgate.net/publication/221211111_The_impact_of_social_networking_sites_on_personal_graphs&ots=QMZfct7cZq&sig=7c47vQyKAnkda_io3FryLPccicg#v=onepage&q=Online%20social%20networks%3A%20Human%20cognitive%20constraints%20in%20Facebook%20and%20Twitter%20personal%20graphs&f=false)

Baptista, P. Collado, C. & Sampieri, R. (2010). Metodología de la investigación. 5° ed.

México D.F: Mc Graw Hill. Recuperado de

[https://revistas.udenar.edu.co/index.php/duniversitaria/article/view/2192/pdf\\_34](https://revistas.udenar.edu.co/index.php/duniversitaria/article/view/2192/pdf_34)

Behrens, J. 2008: “About Facebook: change at the social-networking juggernaut creates new opportunities for law library outreach”.

[http://www.aallnet.org/products/pub\\_sp0804/pub\\_sp0804\\_Facebook.pdf](http://www.aallnet.org/products/pub_sp0804/pub_sp0804_Facebook.pdf)

Becoña, E. (2006). Adicción a nuevas tecnologías. Vigo: Nova Galicia Edicions.

Benítez, L., Cortés, E. y Hernández C. (2016). *El aislamiento social como consecuencia del uso excesivo de internet y móviles en adolescentes*. PsicoEducativa: reflexiones y propuestas, 2(4), 24-30. Recuperado de:

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:EkEEjfcfmMUJ:psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/download/26/98/+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=ec>

Beck, A. (1.998) “Terapia cognitiva de la depresión” Edit. Biblioteca de Quebec de

Brower, España.

Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima. Barcelona: Paidós. Recuperado de

<http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>.

Boyd, D., & Ellison, N. (2010): *Juventud y redes sociales* “Social network sites: definition, history, and scholarship”. IEEE Engineering Management Review, 3(38), 16-31.

Recuperado

de [https://www.googleadservices.com/pagead/aclk?sa=L&ai=DChcSEwje2Knms7frAhUQTYyKHStBtIYABAAGgJ2dQ&ohost=www.google.com&cid=CAESQOD22QnOmNe446e4\\_CcXixjvwvthQCQ9panSGBOAcoISJAfgW68mj-VYyc3HMhAH1eWcfYklomWxI2W0LuU8xZ4&sig=AOD64\\_2KjQGiwquUgfAAam9XQ9V5Y8IQuw&q&adurl&ved=2ahUKEwj4zKLms7frAhWxo1kKHd67CI8Q0Qx6BAgQEAE](https://www.googleadservices.com/pagead/aclk?sa=L&ai=DChcSEwje2Knms7frAhUQTYyKHStBtIYABAAGgJ2dQ&ohost=www.google.com&cid=CAESQOD22QnOmNe446e4_CcXixjvwvthQCQ9panSGBOAcoISJAfgW68mj-VYyc3HMhAH1eWcfYklomWxI2W0LuU8xZ4&sig=AOD64_2KjQGiwquUgfAAam9XQ9V5Y8IQuw&q&adurl&ved=2ahUKEwj4zKLms7frAhWxo1kKHd67CI8Q0Qx6BAgQEAE)

Branco, A; (2014). *El Sedentarismo*. Recuperado de

<https://www.scielo.br/pdf/sausoc/v25n3/1984-0470-sausoc-25-03-00716.pdf>

Briones, F y Rodríguez, G (2017). *Efectos Psicológicos Del Abuso De Las Tecnologías De La Información Y Comunicación (Tic) En Adolescentes De Una Secundaria Del Municipio De Soledad Graciano Sánchez En San Luis Potosí*. Recuperado de <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1012.pdf>

Buckingham, D. (2008). Digital culture, Media education and the Place of Schooling.

Recuperado 25/09/2020 de [www.childrenyouthandmediacentre.co.uk](http://www.childrenyouthandmediacentre.co.uk)

Cañon, S; Castaño, J; Hoyos, D; Jaramillo, J; Leal, D; Rincón, R; Sánchez, E Y Ureña, L (2016). *Uso de internet y su relación con la salud en estudiantes universitarios de La Ciudad de Manizales (Caldas-Colombia), 2015-2016*. Recuperado de <http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/1735/4553>

Catalina Larrondo G., (2014). “La historia de WhatsApp y su evolución” . Starterdaily.

Recuperado de

[https://www.unav.edu/documents/29062/6900948/27\\_Eskibel\\_whatshapp.pdf](https://www.unav.edu/documents/29062/6900948/27_Eskibel_whatshapp.pdf)

Catalina, B., López de Ayala, M. y García, A. (2014). Los riesgos de los adolescentes en internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de internet. *Revista latina de comunicación social*, Núm. 69, 462- 485. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81931771008>

Calvillo, C y Jasso, D (2018). *Las Redes Sociales, Sus Efectos Psicológicos Consecuencias En La Salud Mental*. Recuperado de <https://acupsi.org/index/download.html?id=articulos/10-las-redes-sociales-y-sus-efectos-calvilloc-jassod.pdf>

Castro, A; de la Villa Moral, M (2017), *Uso Problemático De Redes Sociales 2.0 En Nativos Digitales: Análisis Bibliográfico*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782008.pdf>

Celaya, J. (2008). *Redes sociales una nueva herramienta de difusión*. La Empresa en la WEB 2.0. Editorial Grupo Planeta, España. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/729/72923962008.pdf>

Celaya, M. Chacón, A. Chacón, Ainoa y Urrutia, E. (2015). *El Impacto de WhatsApp en la vida cotidiana de las personas. ¿Hace la sociedad más humana?* Recuperado de [https://www.unav.edu/documents/29062/6900948/27\\_Eskibel\\_whatshapp.pdf](https://www.unav.edu/documents/29062/6900948/27_Eskibel_whatshapp.pdf)

Clairá, A. (2013). ¿Conectados o comunicados? Recuperado de <http://www.ciudadnueva.org.ar/revista/541/sociedad/conectados-o-comunicados>

Colorado, O. (2014). Filtros y efectos: ¿trampa fotográfica o recurso expresivo? Disponible en: <http://oscarenfotos.com/2014/07/26/filtros-y-efectos-trampa-o-recurso/>

Comité de Educación Pública. Academia Americana de Pediatría. Violencia

mediática. Comité de Educación Pública. Pediatría. Noviembre de 2001; 108 (5): 1222-

6. PMID de PubMed: 11694708

Concha, W; Domínguez, H; Maya, M; Torres, E (2018). *Redes sociales: su influencia en la*

*personalidad y en las relaciones sociales de los estudiantes*. Recuperado de

<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/download/83/242>

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of selfesteem*. San Francisco: Consulting

Psychologists Press. Inc. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=xvhGAAAAMAAJ&dq=the%20>

[com.pe/books?id=xvhGAAAAMAAJ&dq=the%20](https://books.google.com.pe/books?id=xvhGAAAAMAAJ&dq=the%20)

[antecedents%20of%20self%20esteem&source=gbs\\_book\\_other\\_versions](https://books.google.com.pe/books?id=xvhGAAAAMAAJ&dq=the%20).

Del Barrio, A. Ruiz, I. (2014). *Los Adolescentes Y El Uso De Las Redes Sociales*.

*International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 3, núm. 1,

2014, pp. 571-576. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851785056.pdf>

Didac, A; 2008. *Las bibliotecas universitarias y Facebook: cómo y por qué estar presentes*.

[http://eprints.rclis.org/12568/1/articulo\\_Facebook\\_Margaix.pdf](http://eprints.rclis.org/12568/1/articulo_Facebook_Margaix.pdf)

Echeburúa, F. L., Labrador, & Becoña. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en*

*adolescentes y jóvenes*. En E. y. Echeburúa, *Las adicciones con o sin droga: (págs.*

*29-44)*. Madrid: Piramide.

Echeburúa, & Corral. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en*

*jóvenes: un nuevo reto*. En Echeburúa, & Corral. Madrid

Espinosa Ramos O. La investigación en Enfermería: el artículo científico. Ciudad de La Habana: Sociedad Cubana de Enfermería; 1990. Citado por: Izaguirre Estrada A. Revisión y algunas consideraciones sobre la redacción de artículos científicos. Rev Cubana Enfermer. 1995 enero-abril [citado 08 octubre de 2020]; 11(1): [p.19-20]. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03191995000100010&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03191995000100010&lng=es&nrm=iso). ISSN 0864-0319

Faros (2018) Los riesgos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes.

Recuperado 25/09/2020 de <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/riesgos-redes-sociales-salud-mental-adolescentes#:~:text=El%20uso%20de%20las%20redes%20sociales%20durante%20m%C3%A1s%20de%20dos,como%20%22depresi%C3%B3n%20de%20Facebook%22>.

Fernández, S; Palencia, R (2017). *La influencia de las redes sociales en el desarrollo afectivo*. Recuperado de

[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/10181/1/2017\\_influencia\\_redes\\_sociales.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/10181/1/2017_influencia_redes_sociales.pdf)

Fundación Cafranc. *Personalidad*. Recuperado de <https://www.fundacioncanfranc.org/wp-content/uploads/2012/03/PDF-TEMA-2-La-Personalidad.pdf>

Garmendia, M., Garitaonandia, C., Martínez, G., y Casado, M. A. (2011). Riesgos y seguridad en internet: Los menores españoles en el contexto europeo. LSE, Londres, Reino Unido: EU Kids Online.

Giménez, M. y Zirpoli, R. (abril, 2015). Trastornos psicológicos vinculados al uso de WhatsApp. Comunicación presentada en el VII Congreso Internacional de Investigación

y Práctica. Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación. Buenos Aires:  
Universidad de Buenos Aires. Recuperado de  
<https://revistas.uam.es/reice/article/download/8147/8485/17652>

Gómez Ferreira, K. K. y Marín Quintero, J. S. (2017). *Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años*. Universidad Cooperativa de Colombia, Bucaramanga, Colombia.  
Recuperado de  
<https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/747/1/Impacto%20que%20generan%20las%20redes%20sociales%20en%20la%20conducta%20del%20adolescente%20y%20en%20sus%20relaciones%20interpersonales%20en%20Iberoam%20c3%a9rica%20los%20c3%baltimos%2010%20a%20c3%bl0s.pdf>

Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder – Diagnostic criteria. Internet Addiction Support Group (IASG). Disponible en: <http://www.iucf.Indiana.edu/~brown/hyplan/addict.html>

Guiddens, A. (1967). *Las nuevas reglas del método sociológico*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Hernández, S, (2014), *Metodología de la investigación*, Mexico, interamericana editores, s.a.

Hoyos, C. (2009). *Un Modelo Para Investigación Documental*. Editor Señal Editora, 2000 ISBN 9589100325, 9789589100325 N.º de páginas 118 páginas

Hurtado, J. (2008). Guía para la comprensión Holística de la ciencia, Unidad III, Capítulo 3, PP.45 a 65 [Recuperado de <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0092769/cap03.pdf>]

IAB (2014). V Estudio anual de Redes Sociales. Recuperado de:  
<http://www.iabspain.net/wp-content/uploads/downloads/2014/04/V-Estudio-Anual-deRedes-Sociales-versi%C3%B3n-reducida.pdf>

IAB y The Coktal Analysis (2014). VI Estudio Anual Mobile Marketing. Recuperado de:  
[http://www.iabspain.net/wpcontent/uploads/downloads/2014/09/VI Estudio Anual Mobile Marketing version abierta1.pdf](http://www.iabspain.net/wpcontent/uploads/downloads/2014/09/VI_Estudio_Anual_Mobile_Marketing_version_abierta1.pdf)

INSTAGRAM (2015). What is Instagram?. Disponible en: <https://instagram.com/about/faq/>

La Sociedad Americana de Medicina de la Adicción (agosto, 2011). La Sociedad Americana de Medicina de la Adicción: Nueva Definición de Adicción. *your brain on porn*. Recuperado el 30 de septiembre 2020  
<https://www.yourbrainonporn.com/es/miscellaneous-resources/the-american-society-for-addiction-medicine-new-definition-of-addiction-august-2011/>

Lee, E., Lee, J.-A., Moon, J. H., & Sung, Y. (2015a). Pictures Speak Louder than Words: Motivations for Using Instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), 552–556. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0157>

Lee, E., Lee, J.-A., Moon, J. H., & Sung, Y. (2015b). Pictures Speak Louder than Words: Motivations for Using Instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), 552–556. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0157>

Llorens, F. y Capdeferro, N; 2011: Posibilidades De La Plataforma Facebook Para El Aprendizaje Colaborativo En Línea. <https://www.redalyc.org/pdf/780/78018793004.pdf>

Madariaga, C., Abellos, R., & Sierra , O. (2010). Redes sociales: infancia, familia y comunidad. Barranquilla: Uninorte. Recuperado de  
<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3659/1/10335.PDF>

Magaix, D; (2008). *Las bibliotecas universitarias y Facebook: cómo y por qué estar presentes.* Recuperado de

<https://recyt.fecyt.es/index.php/EPI/article/download/epi.2008.nov.02/31453>

Martín, M. (2015). *Cambios psicosociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales.* Recuperado de <https://eprints.ucm.es/37737/1/T37232.pdf>

Martínez-Rolán, X., Dafonte-Gómez, A., y García-Mirón, S. (2017). Usos de las aplicaciones móviles de mensajería en la docencia universitaria: Telegram. En Ruiz-Palmero, J., Sánchez-Rodríguez, J. y Sánchez-Rivas, E. (Edit.). *Innovación docente y uso de las TIC en educación.* Málaga: UMA Editorial. Recuperado de [http://www.enriquesanchezrivas.es/congresotic/archivos/Form\\_Compert\\_metodos/MartinezRolan\\_Otros.pdf](http://www.enriquesanchezrivas.es/congresotic/archivos/Form_Compert_metodos/MartinezRolan_Otros.pdf)

Méndez, G; Pérez, M; Castillo, J (2016). *Impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes jóvenes de tercer año de la carrera Trabajo Social de FAREM-Estelí, en el segundo semestre del año 2015.* Recuperado de <https://repositorio.unan.edu.ni/1759/>

Miguez, L; 2019. *Influencia De Las Redes Sociales En La Alimentación Saludable.* Recuperado de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/27875/TFG-MAguez%20Fernandez,%20Laura.pdf?sequence=1>

MINSAP (1999). *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en adolescentes.* La Habana.

Molina G, Toledo, R. (2014). *“Las Redes Sociales Y Su Influencia En El Comportamiento De Los Adolescentes”* Ecuador. Recuperado de <https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/747/1/Impacto%20que%20generan%20las%20redes%20sociales%20en%20la%20conducta%20del%20adolescente%20y%20en%20sus%20relaciones%20interpersonales%20en%20Iberoam%C3%A9rica%20los%20%C3%BAltimos%2010%20a%C3%B1os.pdf>

Morín, E. (1998, 2011). *Introducción al Pensamiento Complejo*. Barcelona: Gedisa. Piaget, J. (1998). *Introducción a Piaget: Pensamiento, Aprendizaje y Enseñanza*. México: Longman, S.A.

Navarrete, D; Castel, S, Romanos, B; Bruna, I. (2017). *Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica*. Recuperado de <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2531/4413>

Organización mundial de la salud, OMS, 2013. *Los factores psicosociales y su relación con las enfermedades mentales*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5771023.pdf>

Ochaita, E., Espinosa, M. A., y Gutiérrez, H. (2011). Las necesidades adolescentes y las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. *Revista de Estudios de Juventud*, 92, 87-110

Parra, M (2016). *Influencia De Las Redes Sociales En El Bajo Rendimiento Académico De Los Estudiantes De Séptimo Año De Educación General Básica, De La Escuela De*

*Educación Básica “Catamayo”, En El Año Lectivo 2015-2016.* Recuperado de [http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/15713/1/68154\\_1.pdf](http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/15713/1/68154_1.pdf)

Perez, M; (2006). *Desarrollo de los adolescentes, identidad y relaciones sociales.*

Recuperado de

[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/Libros\\_Adolecencia.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/Libros_Adolecencia.pdf)

Ramos, M; (2015). *Instagram Como Herramienta de Comunicación Publicitaria.*

Recuperado

de

[https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/41561/TFG\\_cristinaSEPT4b.compressed.pdf;jsessionid=32A47EAF834FCE6AC2F63ECBDEF35200?sequence=1](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/41561/TFG_cristinaSEPT4b.compressed.pdf;jsessionid=32A47EAF834FCE6AC2F63ECBDEF35200?sequence=1)

Radzik M, Sherer S, Neinstein L. Psychosocial development in normal adolescents.

En: Neinstein L, Gordon C, Katzman D, Rosen D, Woods E, editores. Adolescent health care. A practical guide. 5th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer

Health/Lippincott Williams & Wilkins; 2008. p. 27---31.

Rojas, Enrique, 2001, *¿Quién eres?*, Madrid: Ediciones Temas de Hoy S.A., p. 320-324.

Sahagún, M.; Martínez, B; Delgado, E y Salamanca, C (2015). *Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años en población derecho habiente del Instituto Mexicano del Seguro Social.* Recuperado de

<https://www.medigraphic.com/pdfs/revmed/md-2015/md154m.pdf>

Sabino (1986). *Metodología de la investigación.* Recuperado de:

<https://bianneygiraldo77.wordpress.com/category/capitulo-iii/>

- Santos, H. I. (2010). *Terapia Cognitivo Conductual en la prevención y tratamiento temprano de las adicciones en adolescentes en riesgo*. Merida de Yucatán.
- Seminario de Ingeniería Eléctrica, (2013), ¿Que es una tesis?  
<https://www.yumpu.com/es/document/read/13594447/que-es-una-tesis-por-que-si-hacer-una-tesis-unam>
- Telegram (2017). *100,000,000 Monthly Active Users*. Recuperado 5 de septiembre de 2017, a partir de <https://telegram.org/blog/100-million>
- Túñez, M. y Sixto, J; 2012: *Las Redes Sociales Como Entorno Docente: Análisis Del Uso De Facebook En La Docencia Universitaria*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/368/36828247006.pdf>
- Urueña, A. Ferrari, A. Blanco, D. Valdecasa, E (2011). *Estudio de Las Redes Sociales en Internet, equipo de Estudios del ONTSI (Observatorio nacional de las telecomunicaciones y de las SI)*. Recuperado de [https://www.ontsi.red.es/sites/ontsi/files/redes\\_sociales\\_documento\\_0.pdf](https://www.ontsi.red.es/sites/ontsi/files/redes_sociales_documento_0.pdf)
- Valencia, V (2015). *Revisión Documental en el Proceso de Investigación*. Recuperado de <https://univirtual.utp.edu.co/pandora/recursos/1000/1771/1771.pdf>
- Vander, E.; 2008. *Facebook: the missing manual*. Sebastopol, CA: Pogue Press/O'Reilly, 2008, *Isbn 978-0-596-51769-4*. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/EPI/article/download/epi.2008.nov.02/31453>
- Weiss, I (2018), *Redes Sociales 2.0 & La Autoestima de los Jóvenes*. Recuperado de <http://repositorio.udes.edu.ar/jspui/bitstream/10908/16636/1/%5BP%5D%5BW%5D%20T.L.%20Com.%20Weiss%2C%20Isabel%20Mar%C3%ADa.pdf>

Wilber, K. (2008). *La visión integral. Introducción al revolucionario enfoque sobre la vida, Dios y el Universo*. Barcelona: Kairós.

**Anexos****Ficha de resumen*****Internacional****Tabla 5 ficha de resumen internacional 1*

FICHA DE RESUMEN		
Código: I1	Tema Impacto de las redes sociales	Unidad de Análisis: artículo científico
Enfoque: cualitativo		
Título: El impacto de las Redes Sociales en adolescentes gallegos/as: análisis cualitativo		
Autor: Patricia Ruido, Yolanda Castro, María Fernández		
Año: 2017	Ciudad: Galicia	
Editorial: revista de estudios e investigación en psicología y educación		
Ubicación: Galicia, España		
Resumen: El objetivo de esta investigación es evaluar la gestión y percepciones de las Redes Sociales (R.S.) en un grupo de adolescentes de la Provincia de Ourense a través de grupos de discusión. En esta investigación participan 222 estudiantes de Institutos de Educación Secundaria. El análisis del discurso, evidencia que la unanimidad de los/as estudiantes utilizan diariamente las R.S., incluso en algunos casos afirman que de no poder conectarse durante un día sentirían ansiedad. Conjuntamente, se consideran responsables en el uso y gestión que hacen de sus perfiles, a pesar de que afirman tener contacto con personas desconocidas		
Palabras Clave: adolescentes, Redes Sociales, responsabilidad, peligros, educación		

*Tabla 6 ficha resumen internacional 1*

FICHA DE RESUMEN		
Código: I2	Tema: aspectos madurativos en os adolescentes y como se relacionan en el entorno.	Unidad de Análisis: tesis doctoral
Enfoque: cualitativo		
Título: Cambios psicosociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales		
Autor: Margarita Martín Martín		
Año: 2016	Ciudad: Madrid	
Editorial: universidad complutense de Madrid		
Ubicación: Madrid, España		
<p>Resumen: La presente investigación intenta dar respuesta a algunos interrogantes en relación a aspectos psicológicos y madurativos de los adolescentes actuales y su forma de relacionarse con el entorno. Nuestro objetivo general es analizar los posibles efectos psicológicos, afectivos y sociales que implica el uso de las redes sociales como factor influyente en la socialización de los adolescentes. Al ser un objetivo muy amplio, lo desglosamos en otros más específicos. El primero es conocer la disponibilidad y los usos que hacen los adolescentes de las redes sociales. El segundo es estudiar cómo influye el uso de éstas en el desarrollo social de los menores, su capacidad para expresar sus propias emociones y reconocer las de los demás a través del ordenador. Lo subdividimos en conocer si los adolescentes perciben mejoras en la calidad de sus relaciones gracias al uso de las redes; comprobar si existe “efecto pantalla” por el uso de las mismas; saber si los acontecimientos surgidos en las redes sociales tienen consecuencias reales en su vida diaria. El tercer objetivo específico es averiguar los ciber-riesgos a los que se exponen los adolescentes. El cuarto es analizar el impacto familiar que tiene el uso de las redes sociales. Finalmente, el quinto es conocer la opinión de los expertos sobre la posibilidad del nacimiento de una nueva inteligencia digital, y las perspectivas de futuro. La metodología utilizada es mixta. En la parte cuantitativa aplicamos cuestionarios a adolescentes de entre 14 y 16 años. En la cualitativa realizamos focus groups con padres y docentes, aplicamos la técnica Delphi a expertos en la materia y finalmente realizamos entrevistas en profundidad a varios expertos. Los resultados obtenidos nos indican que los adolescentes tienen fácil acceso a las redes sociales mediante ordenadores y dispositivos</p>		

móviles. El uso que éstos les dan es fundamentalmente lúdico, siendo Tuenti, Facebook y Twitter las redes sociales más utilizadas. Los adolescentes afirman ser poco dados a expresar emociones, sentimientos o confiar en otras personas a través de la red. Tampoco reconocen utilizarlas para hablar de temas delicados o comprometidos con alguien. Sin embargo, son capaces de empatizar y reconocer sentimientos de otras personas con las que están chateando.

Palabras Clave: cambios psicosociales, redes sociales, relaciones personales.

#### FICHA DE RESUMEN

Código: I3	Tema: uso de redes sociales y su influencia en la salud	Unidad de Análisis: Artículo Científico
------------	---	---

Enfoque: cualitativo

Título: Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica

Autor: David Navarrete Villanueva, Sara Castell Feced, Beatriz Romanos Calvo e Ignacio Bruna Barranco

Año: 2017 Ciudad: Zaragoza

Editorial: Psicología y Salud, Vol. 27

Ubicación: Zaragoza, España.

Resumen: Con la intención de recrearse y compartir una identidad, durante los últimos cinco años el número de adolescentes que utilizan las redes sociales ha aumentado sustancialmente. Sin embargo, es un grupo vulnerable debido a su limitada capacidad de autorregulación y a su gran susceptibilidad a la presión de grupo. El propósito del presente trabajo fue llevar a cabo una revisión de la literatura científica para analizar las influencias negativas de la utilización de dichas redes sociales en los hábitos de vida relacionados con la salud por parte de adolescentes y adultos jóvenes. Para ello, se hizo un rastreo bibliográfico en las bases de datos PubMed/Medline, ScienceDirect, SciELO, Cuiden, Psicodoc, Dialnet y Biblioteca Cochrane, seleccionándose 44 estudios para su análisis, sumándose a estos otros ocho artículos provenientes de la bibliografía. Los resultados muestran numerosas consecuencias que afectan los patrones de sueño, hábitos

alimenticios, socialización e incluso adicción a las propias redes sociales o para tener contacto a través de las mismas con drogas no legales. Los autores concluyen que es necesario que los profesionales de la salud diseñen estrategias de prevención y promoción para la salud que, junto con las familias y educadores, incluyan potenciar otras aficiones, estimular la comunicación presencial y utilizar adecuadamente las redes sociales.

Palabras Clave: Adolescencia; Acoso cibernético; Jóvenes; Redes sociales; Tecnologías de información y comunicación.

Tabla 7 Ficha de resumen internacional 3

FICHA DE RESUMEN	
Código: I4	Tema Actitudes nocivas en el uso de redes sociales. Unidad de Análisis: Artículo científico
Enfoque: cualitativo	
Título: Percepción de actitudes nocivas en el uso de las redes sociales en los jóvenes adolescentes	
Autor: Cristina Sánchez Romero, Carmen López Berlanga	
Año: 2020	Ciudad: España.
Editorial: Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa	
Ubicación: España	
Resumen: Los jóvenes adolescentes se encuentran inmersos en las redes sociales a través de sus dispositivos móviles. El objetivo de la investigación se centra en analizar la percepción de actitudes nocivas entre los jóvenes adolescentes en las redes sociales. Para ello, se han seleccionado una muestra de 202 estudiantes del nivel educativo de secundaria obligatoria a quienes se les ha aplicado un cuestionario mixto (alfa 0.78) del que se ha seleccionado las unidades de información cualitativa de la narrativa de los informantes claves. Los resultados muestran que los estudiantes han percibido agresiones a través de insultos y amenazas por compartir archivos fotográficos (46.03%) en las principales redes sociales como son Instagram(61.4%) y WhatsApp(26.2%). Estas agresiones que sufren los estudiantes se pueden solventar si se desarrolla una formación en la inclusión digital desde edades tempranas. Esto permitirá un uso adecuado de los dispositivos móviles y una comunicación e intercambio de información en las redes	

sociales desde actitudes positivas. Se requiere una inclusión digital de los estudiantes para el uso crítico de los archivos que comparten a través de las redes sociales.

Palabras Clave: Actitudes; jóvenes adolescentes; redes sociales; inclusión digital

Tabla 8 ficha de resumen internacional 4

FICHA DE RESUMEN	
Código: I5	Tema: uso adictivo en las redes sociales Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: cualitativo	
Título: Impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes jóvenes de tercer año de la carrera Trabajo Social de FAREM-Estelí, en el segundo semestre del año 2015.	
Autor: Greydin Vanessa Méndez Paguaga Melissa Yudelka Pérez Falcón Jairo Antonio Castillo Quintero	
Año: 2016	Ciudad: Estelí
Editorial: Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua	
Ubicación: Estelí –Nicaragua.	
Resumen: Las redes sociales actualmente se han convertido en un medio de socialización y comunicación que tiene repercusiones negativas y positivas. En la presente Investigación aplicada al Trabajo Social, el objetivo es Valorar el impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes de tercer año de trabajo social de FAREM-Estelí, en el segundo semestre del año 2015. Los datos recabados en la investigación fueron insumo para análisis y extracción de resultados que dieron salida al objetivo principal de este trabajo, esto fue posible con la aplicación de técnicas (entrevista, listado libre y encuesta) dirigidas principalmente a 33 estudiantes de tercer año de la carrera de Trabajo Social y a 3 docentes. Para la realización del Plan de Acción se hizo énfasis en la problemática principal: el uso adictivo de las redes sociales, promoviendo un buen uso de las cuentas de usuarios, proporcionando información para identificar situaciones relacionadas con el uso adictivo y la definición de medidas de seguridad como la configuración de la privacidad, las actividades fueron realizadas desde los diferentes espacios universitarios. Con esta	

investigación se proporciona un antecedente de mucho interés a futuras investigaciones desde el perfil del Trabajo Social y disciplinas de humanidades, ya que se propone la implementación de medidas que permitan la prevención del uso adictivo de las redes sociales desde un enfoque de responsabilidad personal y colectiva para aprovechar las oportunidades que ofrece la tecnología como son las redes sociales dentro de la universidad transmitiendo un mensaje preventivo, que se pretende sea divulgado por las/os estudiantes sensibilizadas/os de acuerdo a la problemática.

Palabras Clave: Redes Sociales Virtuales, Estudiantes, Jovenes-Adictos, Adicción Redes Sociales, Impacto Psicosocial, Síntomas de Adicción Uso Inadecuado-Peligro-Estudiantes.

Tabla 9 ficha de resumen internacional 5

FICHA DE RESUMEN		
Código: I6	Tema las redes sociales como fenómeno	Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: cualitativo		
Título: Adolescentes y redes sociales en la era digital		
Autor: Laura Cruz Diana		
Año: 2016	Ciudad: Mallorca	
Editorial: Universidad de les illes Balears		
Ubicación: Mallorca, España.		
Resumen: Las redes sociales se han convertido en el medio socializador para el colectivo adolescente, generando un gran impacto en el desarrollo personal y en las relaciones sociales de este. En este trabajo, se va a contextualizar el fenómeno de las redes sociales, además de esclarecer los principales usos que los adolescentes hacen de estas y cuáles son las nuevas tendencias. Por otro lado, se van a exponer los cambios más significativos en relación al uso de las redes sociales y cómo este uso afecta en el desarrollo personal y en las conductas de los adolescentes. Así mismo, se definen las bases necesarias para educar en esta nueva era digital, con la finalidad de que sirvan de guía para futuros modelos de intervención socioeducativa adaptada a las necesidades de los nuevos ciudadanos digitales.		
Palabras Clave: educación; Internet; redes sociales; adolescentes; relaciones interpersonales		

Tabla 10 ficha de resumen internacional 6

FICHA DE RESUMEN	
Código: I7	Tema: líneas de investigación psicológica      Unidad de Análisis: Artículo científico
Enfoque: cualitativo	
Título: Aproximación a la investigación psicológica en Internet y redes sociales	
Autor: Vanessa Pérez	
Año: 2018	Ciudad: España
Editorial: Summa Psicológica UST	
Ubicación: España	
<p>Resumen: El objetivo de este artículo es presentar un resumen de las principales líneas de investigación psicológica en internet y las redes sociales. Dentro de las áreas de investigación más frecuentes se encuentran la construcción de la identidad online, las relaciones personales en internet, el apoyo social online y el bienestar psicológico. Las personas utilizan las redes sociales como una forma de auto presentación y autopromoción, en la que suelen destacar los rasgos narcisistas al desear ser percibidos de manera positiva por los demás. También, se han convertido en espacios de interrelación en los que se sostienen vínculos de amistad, familiares, de pareja y de relaciones grupales en general. Las investigaciones sostienen que las redes sociales aumentan la percepción de capital y apoyo social y contribuyen de manera positiva al bienestar psicológico. Actualmente, las oportunidades de investigación están en el big data y las aplicaciones informáticas para el análisis y la intervención en psicología.</p>	
Palabras Clave: Redes sociales, internet, psicología, investigación.	

*Tabla 11 ficha de resumen internacional 7*

FICHA DE RESUMEN	
Código: I8	Tema: adicción a redes sociales      Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: cualitativo	
Título: adicción a las redes sociales, violencia en relaciones de pareja y bienestar psicológico en adolescentes de instituciones educativas públicas-distrito huanchaco	
Autor: Ulloa contreras, Sharon Melissa	
Año:2019	Ciudad: Trujillo

Editorial: Universidad cesar Vallejo

Ubicación: trujillo-perú

Resumen: El presente estudio titulado Adicción a las redes sociales, violencia en redes de pareja y bienestar psicológico en adolescentes de Instituciones Educativas Publicas-Distrito Huanchaco, tuvo como objetivo determinar la influencia de la adicción a redes sociales, la violencia en relaciones de pareja y bienestar psicológico en los adolescentes de Instituciones Educativas Públicas-distrito Huanchaco. El diseño de esta investigación es no experimental, transversal, de tipo explicativo. La muestra estuvo compuesta por 205 estudiantes de quinto año de Secundaria de Instituciones Educativas Publicas. Para medir la variable independiente Adicción a redes sociales, se utilizó el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), para medir la variable mediadora se utilizó el Inventario de violencia en las relaciones de pareja de los adolescentes (CADRI) y finalmente para medir la variable dependiente Bienestar Psicológico, se utilizó la Escala de bienestar psicológico (EBP). El resultado mostró que el modelo planteado para explicar el Bienestar Psicológico, mediante el análisis de regresión lineal múltiple alcanzó una magnitud nula en el coeficiente de determinación ajustado 1,14% ( $r=,153$ ,  $R^2=,023$ ) implicando que la variable bienestar psicológico subjetivo no es explicada por la adicción a las redes sociales y la violencia en las relaciones de pareja. Por tanto, no se apoya la existencia de la predicción entre adicción a las redes sociales ( $\beta=-.077$ ), la violencia en las relaciones de pareja ( $\beta=-.114$ ) y el bienestar psicológico subjetivo

Palabras Clave: Adicción, Violencia, Bienestar Psicológico.

*Tabla 12 ficha de resumen internacional 8*

FICHA DE RESUMEN	
Código: I9	Tema: Necesidades psicológicas y su relación con el uso de redes sociales. Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: cualitativo	
Título: “la satisfacción de las necesidades psicológicas y su relación con el uso de redes sociales en los estudiantes del bachillerato de la unidad educativa Rumiñahui”	
Autor: Cajas Tibanta, Marcela Tatiana	
Año: 2019	Ciudad: Ecuador

Editorial: universidad técnica de Ambato
Ubicación: Ecuador
Resumen: La presente investigación tiene como propósito determinar la relación entre la satisfacción de las necesidades psicológicas y el uso de redes sociales, teniendo como beneficiarios a los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui; por medio de los resultados obtenidos se busca establecer una alternativa de solución con la que los jóvenes lleguen a satisfacer sus necesidades psicológicas sin el uso indispensable de las redes sociales; en cuanto a la metodología se realizó un estudio de tipo bibliográfico, documental y estadístico ejecutando test psicométricos a una muestra de 207 estudiantes de 14 a 20 años, la escala BNSG-S y el cuestionario ARS, instrumentos que ayudaron a demostrar que en la mayoría de los evaluados prevalece la dimensión de relación con un 46% y predomina “uso excesivo de las redes sociales”, lo que permitió concluir que existe relación entre la satisfacción de las necesidades psicológicas y el uso de redes sociales en la población evaluada. Es decir que los adolescentes al mantener contacto con sus amistades de las redes sociales, utilizando el chat, estar pendientes de las fechas de cumpleaños de sus contactos, compartiendo publicaciones o simplemente reaccionando a ellas, sienten satisfechas sus necesidades psicológicas, en particular la necesidad de relación.
Palabras Clave: necesidades psicológicas; uso de redes Sociales; dimensión de relación; uso excesivo de las redes Sociales.

Tabla 13 ficha resumen internacional 9

FICHA DE RESUMEN		
Código: I10	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Las redes sociales, sus efectos psicológicos consecuencia en la salud mental		
Autor: Claudia Adriana Calvillo Ríos, David Jasso Velázquez		
Año: 2018	Ciudad: Zacatecas	
Editorial: Universidad Autónoma de Zacatecas, Alternativas Cubanas en Psicología		
Ubicación: Zacatecas, México		
Resumen: El impacto de las redes sociales ha modificado la manera en que se relaciona y sociabiliza con las personas. Accediendo a una comunicación práctica y rápida, se acortan		

distancias y se informa de lo que acontece en el mundo, interactuado con personas cercanas o que se encuentran alejadas. Su uso es variado, algunos lo hacen a partir de relaciones familiares, amistad o actividad profesional, otros en cambio, solo por entretenimiento. Es de llamar la atención que al no estar registrado en alguna red social, se queda aislado del mundo virtual. Al hacer uso de esta herramienta, se construye una identidad, en la que algunos casos no corresponden a la realidad. Toda la información y material que se sube y publica, es una proyección de la personalidad de cada usuario, terminando solo en un espejismo de lo que se quisiera ser, para mostrárselo a los demás, por lo que no es casual encontrarse con publicaciones utópicas de momentos felices. Las redes sociales poseen varios beneficios para los usuarios, pero también se presentan riesgos, como síndromes latentes. Al no ser utilizadas de manera controlada. Lo complejo de este medio, surge al encontrarse situaciones en que las personas se alejan y excluyen de la vida real.

Palabras Clave: Red social, identidad, efectos psicológicos

Tabla 14 ficha resumen internacional 10

FICHA DE RESUMEN		
Código: I11	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Los Adolescentes Y El Uso De Las Redes Sociales		
Autor: Ángela Del Barrio Fernández; Isabel Ruiz Fernández		
Año: 2014	Ciudad: Badajoz	
Editorial: International Journal of Developmental and Educational Psychology		
Ubicación: Badajoz, España		
Resumen: En este trabajo se presentan algunos de los resultados obtenidos en una investigación más amplia sobre aspectos cruciales relativos a “los adolescentes y las nuevas tecnologías”. Dada la complejidad de factores que rodea la vida de nuestros jóvenes en la sociedad actual, igualmente compleja, que nos ha tocado vivir; nos pareció relevante investigar el tema de las TIC y su influencia en la vida de nuestros adolescentes. Se supone que las nuevas tecnologías contribuyen de manera importante a mejorar nuestra calidad de vida, tanto en lo personal como en lo profesional, aunque en algunos casos estamos viendo que no siempre es así. Por ello, cuando nos referimos a los alumnos de la Educación		

Secundaria entendemos que lo importante, es saber cómo las utilizan y cómo las TIC intervienen en la formación de la persona.

En concreto, los datos que aquí se analizan, se refieren a algunos aspectos relacionados con el uso de las Redes Sociales de los alumnos de la ESO y 1º de Bachillerato de la Comunidad Autónoma de Cantabria.

Palabras Clave: Internet, Redes Sociales, TIC, Adolescencia

Tabla 15 ficha resumen internacional 11

FICHA DE RESUMEN		
Código: I12	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Trastornos de conducta y redes sociales en Internet		
Autor: Néstor Fernández Sánchez		
Año: 2013	Ciudad: México	
Editorial: División de estudios profesionales. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México		
Ubicación: México		
Resumen: Se describen y analizan los conceptos relacionados con las redes sociales en Internet, la adicción psicológica y los trastornos de conducta desde una perspectiva psicológica con el fin de comprender el fenómeno de la persistencia de uso de las RSI y sus posibles implicaciones. Derivado de lo anterior se exponen algunas recomendaciones que apoyarán a los profesionales en el estudio del comportamiento humano para identificar y evitar o minimizar un potencial problema por el abuso de la actividad que implica pertenecer a dichas redes.		
Palabras Clave: Redes sociales en Internet, adicción psicológica, trastornos de conducta.		

Tabla 16 ficha resumen internacional 12

FICHA DE RESUMEN	
Código: I13	Tema Tecnologías De La Información Y La Comunicación (Tic) En Educación Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo	
Título: Efectos Psicológicos Del Abuso De Las Tecnologías De La Información Y Comunicación (Tic) En Adolescentes De Una Secundaria Del Municipio De Soledad Graciano Sánchez En San Luis Potosí	
Autor: Flor Azeneth Briones Torres, Gabriela Irene Rodríguez Gómez	
Año: 2017	Ciudad: San Luis Potosí
Editorial: Universidad Autónoma De San Luis Potosí	
Ubicación: San Luis Potosí, México	
Resumen: Las tecnologías de la información y comunicación (TIC) impactan en nuestra vida diaria y los cambios que hacen en ella son acelerados debido a su fácil acceso, en especial para los adolescentes, por lo cual es importante analizar la forma en la que ellos interactúan con las TIC. De manera que, el objetivo del presente estudio es explorar la influencia del internet con los adolescentes, el crecimiento que tiene el internet es cada vez mayor por lo que se ha convertido en una herramienta básica, especialmente para ellos al ser un medio de comunicación posible y de fácil acceso para los adolescentes. Dicho estudio pretende identificar como los adolescentes usan el internet, así como evidenciar los efectos que trae al hacer un mal del mismo enfocándose en aspectos psicológicos; exploratorio transversal mixto con enfoque dominante. Por lo tanto, es necesario comprender la relación entre los adolescentes y el internet con el objetivo de prevenir y tratar oportunamente posibles adicciones o patologías.	
Palabras Clave: conducta, adolescentes, internet, usuarios, tecnologías de la información y comunicación (TIC)	

Tabla 17 ficha resumen internacional 13

FICHA DE RESUMEN		
Código: I14	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Adicción A Facebook En Adolescentes De Quinto Curso Del Colegio Internacional Rudolf Steiner		
Autor: Natalia Villavicencio		
Año: 2015	Ciudad: Quito	
Editorial		
Ubicación: Quito		
<p>Resumen: La red social más utilizada por los adolescentes hoy en día es Facebook, al ser un medio de comunicación que permite interacción con otras personas de diversas partes del planeta, donde se puede compartir el perfil con los amigos, conocidos, para experimentar vivencias, ideas o conocimientos. Por otro lado, en algunas circunstancias, que afectan sobre todo a adolescentes, internet y los recursos tecnológicos pueden convertirse en un fin y no en un medio y por lo tanto de existir cierta necesidad por permanecer constantemente comunicado podría dar lugar al inicio de un patología.</p> <p>El presente estudio tuvo como objetivo conocer cómo la red social Facebook incide en la vida de los adolescentes de quinto curso del Colegio Internacional Rudolf Steiner a través del empleo del instrumento psicométrico UPAO (Inventario de dependencia a las redes sociales UPAO).</p> <p>Respecto a los resultados obtenidos, se encontraron datos significativos que podrían contribuir a futuras investigaciones, ya que se determinó que un número importante de adolescentes presentaron niveles elevados de dependencia a la red social en investigación. A partir de estos resultados se procedió al planteamiento de una estrategia idónea que permita al profesional disminuir o eliminar los niveles de dependencia o adicción a la red social Facebook en los adolescentes.</p>		
Palabras Clave: Dependencia, red social, adolescentes.		

Tabla 18 ficha resumen internacional 14

FICHA DE RESUMEN		
Código: I15	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia		
Autor: Juan Enrique Berner G.; Jaime Santander T.		
Año: 2012	Ciudad: Chile	
Editorial: Rev Chil Neuro-Psiquiat 2012; 50 (3): 181-190		
Ubicación: Chile		
<p>Resumen: Desde que Internet hizo su primera aparición para el público en general, y a partir de entonces crecimiento, se han descrito diferentes problemas de salud emergentes. La discusión ha tenido lugar no solo en los medios de comunicación, sino también en la academia, inicialmente con denuncias de casos de abuso y dependencia, y ahora que se ha considerado como un nuevo diagnóstico en el aún no terminado DSM-V, ya sea como otra categoría dentro del abuso de sustancias, u otra más relacionada con los trastornos del control de impulsos. Métodos: revisión sistemática de la literatura publicada sobre el tema se realizó utilizando términos MESH relacionados: "Internet", "Comportamiento, adictivo", "Control de impulsos Trastornos" y "Conducta impulsiva" entre 2006 y marzo de 2012. Resultados: La prevalencia de El abuso y la dependencia de Internet ha sido difícil de determinar debido a la falta de consenso en los criterios de diagnóstico. Como otras entidades psiquiátricas, los factores de riesgo genético y psicológico podría estar involucrado, así como también podría estar asociado con otras comorbilidades como trastornos del estado de ánimo, trastornos de ansiedad, TDAH, abuso de alcohol y trastornos alimentarios. Los estudios de neuro-imagen han demostrado evidencia de similitudes neurobiológicas con las estructuras involucradas en la dependencia de sustancias.</p>		

Conclusión: Para responder a muchas de estas consultas se requiere terminología específica, a fin de validar nuevos instrumentos de diagnóstico y seguimiento también, para en el futuro describir los factores de riesgo, la historia natural y las alternativas de tratamiento para esta enfermedad emergente.

Palabras Clave: Internet, abuso, dependencia, comportamiento impulsivo.

Tabla 19 ficha resumen internacional 15

FICHA DE RESUMEN		
Código: I16	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto		
Autor: Echeburúa, Enrique; de Corral, Paz		
Año: 2010	Ciudad: Palma de Mallorca	
Editorial: Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías		
Ubicación: Palma de Mallorca Palma de Mallorca, España		
<p>Resumen: Internet constituye una tecnología que ha impactado especialmente a las personas jóvenes y les ha proporcionado muchos beneficios. Pero algunas personas llegan a estar obsesionadas con Internet, se muestran incapaces de controlar su uso y pueden poner en peligro su trabajo y sus relaciones. Este artículo aborda el problema del uso inadecuado de estas tecnologías. El uso y abuso de Internet están relacionados con variables psicosociales, tales como la vulnerabilidad psicológica, los factores estresantes y el apoyo familiar y social. Hay algunos factores de riesgo específicos para el abuso de las redes sociales entre los jóvenes. Algunas señales de alarma se disparan antes de que una afición se convierta en una adicción. El concepto de “adicción a Internet” se ha propuesto como una explicación para comprender la pérdida de control y el uso dañino de esta tecnología. Los síntomas de la adicción a Internet son comparables a los manifestados en otras adicciones. Deben programarse estrategias preventivas tanto en el seno de la familia como en la escuela sobre la base de los factores de riesgo y de las características demográficas de los sujetos. El objetivo del tratamiento, a diferencia de</p>		

otras adicciones, debe ser el uso controlado. El tratamiento psicológico de elección es el control de estímulos y la exposición gradual a Internet, seguido de un programa de prevención de recaídas. Se requiere más información sobre los programas más adecuados para los pacientes más jóvenes, así como estrategias motivacionales para el tratamiento. Se comentan las implicaciones de esta revisión para la práctica clínica y la investigación futura en este campo, así como las limitaciones actualmente existentes.

Palabras Clave: Adicción a Internet

Tabla 20 ficha resumen internacional 16

FICHA DE RESUMEN		
Código: I17	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Adicción a las redes sociales y los efectos en la identidad		
Autor: Alvarado, M., Chimán, F. y Juárez, M.		
Año: 2015	Ciudad: Iztacala	
Editorial: Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM PsicoEducativa: reflexiones y propuestas. Vol. 1, Núm. 2, 66-72, 201		
Ubicación: Iztacala, México		
<p>Resumen: La presente investigación se formuló a partir de una entrevista semi-estructurada la cual se le realizó a un estudiante de la carrera de Biología. La entrevista estuvo encaminada a conocer las repercusiones del Internet sobre su personalidad. La problemática del caso, radica en que actualmente la mayoría de la población urbana tiene acceso a internet y lo utiliza para un sinnón de objetivos (pasatiempo, socialización, etc.) Sin embargo, el exceso de tiempo conectado puede repercutir de manera negativa en la personalidad. Diversos autores (Landers y Lounsbury (2006); Berner y Santander (2012); Viñas, (2009).etc.) plantean características de la personalidad adicta a internet. Entre estas características destacan la autoestima, el autoconcepto, el nivel de estudios, las pocas habilidades de socialización, etc.; dichas características fueron observadas en el participante. A nivel clínico se han elaborado algunos instrumentos de evaluación y técnicas de tratamiento para este problema. Desafortunadamente, propuestas de programas de intervención para la Adicción a</p>		

Internet como tal, no existen. Lo que sí existe es una serie de recomendaciones de cara a un tratamiento (Luengo, 2004). En este sentido, como solución al caso se propone un taller informativo y recreativo, dirigido al participante estudiante de licenciatura. Por lo tanto el objetivo de la presente solución de caso es intervenir sobre el uso excesivo que el participante le da a las redes sociales y al internet con el fin de evitar una dependencia mayor que cambie de manera negativa su personalidad.

Palabras Clave: Internet, adicción a redes sociales, personalidad, psicología, sociedad.

Tabla 21 ficha resumen internacional 17

FICHA DE RESUMEN		
Código: I18	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Redes sociales: del ciberacoso a los grupos de apoyo online con víctimas de acoso escolar		
Autor: Sergio Tudela de Marcos y Ana Barrón López de Roda		
Año: 2017	Ciudad: Madrid	
Editorial: Escritos de la psicología, Vol. 10, nº 3, pp. 167-177		
Ubicación: Madrid, España		
<p>Resumen: El acoso escolar es un problema bastante generalizado en la sociedad. Consta de dos características principales que son: diferencia de fuerza entre víctima y agresor y que la víctima se está viendo sometida a una serie de acciones negativas de forma duradera en el tiempo. Actualmente el acoso escolar está evolucionando con el uso de las TIC por parte de los menores, haciendo que las consecuencias aumenten en gravedad. Los grupos de apoyo son una forma de intervención con las víctimas, demostrada como herramienta muy útil para trabajar con colectivos que padece el mismo problema. Así el objetivo de la investigación es revisar las técnicas empleadas para intervenir con víctimas de acoso escolar y estudiar la posible implantación de técnicas de grupos de apoyo utilizando redes sociales como herramientas de intervención. Se realizaron entrevistas semi-estructuradas a 6 adultos, figuras de protección de los menores, para: analizar los factores que fomentan el acoso y estudiar la implantación de los grupos de apoyo online como estrategia de intervención con las víctimas. Los datos muestran aceptación de los</p>		

adultos respecto a los grupos como una estrategia eficaz, tanto por sus efectos como por las ventajas que pueden ofrecer las redes sociales, pero se necesitaría de futuras investigaciones para corroborarlo

Palabras Clave: acoso escolar, redes sociales, grupos de apoyo, grupos de apoyo online.

Tabla 22 ficha resumen internacional 18

FICHA DE RESUMEN		
Código: I19	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Adicción a internet y sus efectos en la salud entre los jóvenes de 11 a 25 años		
Autor: Barrero González, Álvaro		
Año: 2019	Ciudad: Valladolid	
Editorial: Universidad de Valladolid. Facultad de Enfermería de Valladolid		
Ubicación: Valladolid, España		
Resumen: La adicción a internet es una patología incipiente en la sociedad actual, la aparición de nuevas tecnologías y formas de comunicación basadas en el uso de las redes de telecomunicaciones han colaborado en el aumento de la misma. Los jóvenes son la población de mayor riesgo, siendo necesarios estudios sobre sus características, su prevalencia y las alteraciones que produce.		
Palabras Clave: Adicción a Internet y Adolescentes		

Tabla 23 ficha resumen internacional 19

FICHA DE RESUMEN		
Código: I20	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes		
Autor: José Moncada Jiménez y Yamileth Chacón Araya		
Año: 2012	Ciudad: Murcia	
Editorial: RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación		
Ubicación: Murcia, España		

Resumen: El propósito de este trabajo será presentar evidencia científica acerca de los efectos del uso de los videojuegos en aspectos de la vida social de niños y adolescentes, así como posibles efectos psicológicos y fisiológicos generales. Se ha realizado una revisión de la literatura en bases de datos pertinentes y se han seleccionado investigaciones experimentales y meta analíticas de las cuales se extrajo información acerca de los efectos positivos y negativos de los videojuegos en niños y adolescentes. Se ha encontrado que la industria de los videojuegos es multimillonaria, y a pesar de que los videojuegos son populares en todo el mundo, la investigación científica sistemática es escasa y a veces, contradictoria. En algunos estudios se asocia el exceso de juego con efectos sociales y psicológicos negativos, como el aislamiento y la agresividad; mientras que en otros se asocia con el aprendizaje y reaprendizaje motor y la tenacidad para enfrentar situaciones de la vida real. En cuanto a efectos fisiológicos se ha encontrado que los juegos de video de naturaleza activa pueden ser promotores de un mayor gasto energético que los videojuegos de naturaleza pasiva; por lo que con una guía adecuada, podrían considerarse benéficos para combatir la epidemia global del sedentarismo y la obesidad. Se piensa que los juegos de video y todo lo relacionado con una pantalla serán parte de la vida de la población en el futuro, por lo que se deben realizar estudios sistemáticos para determinar los efectos de esta exposición a largo plazo.

Palabras Clave: videojuegos, sedentarismo, agresividad, atención, gasto energético.

Tabla 24 ficha resumen internacional 20

FICHA DE RESUMEN		
Código: I21	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Uso Problemático De Redes Sociales 2.0 En Nativos Digitales: Análisis Bibliográfico		
Autor: Castro Gerónimo, Abril; de la Villa Moral Jiménez, María		
Año: 2017	Ciudad: España	
Editorial: Salud y drogas, vol. 17, núm. 1, 2017, pp. 73-85 Instituto de Investigación de Drogodependencias		
Ubicación: España		

Resumen: En este trabajo de revisión se pretende proporcionar una visión actual sobre un fenómeno emergente del siglo XXI: las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) dentro de un contexto de uso problemático de Servicios de Redes Sociales (SRS) de Internet. Para ello, se han tenido en cuenta factores de riesgo que afectan la vulnerabilidad de presentar este desorden como la falta de habilidades sociales (HH.SS), la ansiedad social (SA) y la baja autoestima (SE). Objetivo. Conocer cómo afecta el uso problemático de las Redes Sociales 2.0 sobre dos variables psicosociales de interés: autoestima y habilidades sociales. Metodología. Estudio ex-post facto retrospectivo con análisis bibliográfico acotado a los artículos científicos publicados sobre el objeto de estudio entre los años 2005 y 2016, atendiendo a varios criterios de inclusión. Resultados. Los resultados mostraron que aquellos nativos digitales con carencia en HH.SS, con SA y baja SE prefieren una interacción social a través de la Red para satisfacer sus necesidades psicosociales y presentan riesgos de interferencia negativa en sus vidas cotidianas. En relación a cibernautas con ansiedad social y déficit en HH.SS. manifiestan una preferencia por SRS por motivos de auto-presentación y compensación característicos de esa necesidad de aceptación y pertenencia a un grupo. Conclusiones. Todavía hay muchas inconsistencias en la asociación entre uso patológico de SRS y las variables investigadas, de ahí la conveniencia de profundizar en su estudio comprensivo.

Palabras Clave: redes sociales online, uso problemático, habilidades sociales, autoestima, nativos digitales

Tabla 25 Ficha resumen internacional 21

FICHA DE RESUMEN		
Código: I22	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Análisis del uso de las redes sociales whatsApp y facebook como mecanismo de acoso virtual y su influencia en el desarrollo académico de los estudiantes de séptimo semestre de la carrera de Comunicación Social en el año 2017		
Autor: Gabela Murillo, Bryan Aarón		
Año: 2018	Ciudad: Guayaquil	

Editorial
Ubicación: Guayaquil, Ecuador
Resumen: El presente proyecto se realizó con la finalidad de realizar un estudio de los daños, consecuencias y secuelas que puede dejar el acoso virtual o Ciberbullying el cual es fenómeno social que con el pasar de los años ha ido en crecimiento y causando problemas psicológicos en muchos jóvenes. El acoso virtual es una problemática que aqueja a la sociedad en general, y aunque aún no es considerada muy grave está ya ha tenido casos que terminaron de manera catastrófica en varios países del mundo. Esta inicia con el mal uso que se le da al internet y redes sociales, aunque si bien estas fueron creadas para establecer una comunicación instantánea, su uso hoy es para difundir toda clase de información errónea y perjudicial. La investigación tomo lugar en la facultad de Comunicación Social y se realizó en los alumnos del séptimo semestre jornada matutina para analizar el conocimiento de ellos en cuanto al tema.
Palabras Clave: Problemática, Alumnos, Acoso, Prevención

Tabla 26 Ficha resumen internacional 22

FICHA DE RESUMEN		
Código: I23	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Redes Sociales 2.0 & La Autoestima de los Jóvenes		
Autor: Isabel María Weiss		
Año: 2018	Ciudad: Argentina	
Editorial: Universidad de San Andrés		
Ubicación: Argentina		
Resumen El siguiente trabajo de investigación intentará responder si es posible vincular el uso de la Redes Sociales a la autoestima de los jóvenes. Particularmente se pretende estudiar si existe un vínculo específico entre el uso excesivo de la Red Social Instagram y la autoestima de los jóvenes que tengan entre dieciocho y veinticuatro años; un grupo reducido de la mundialmente conocida “Generación Z” <sup>1</sup> . Se intentará encontrar alguna relación entre las horas consumidas en esta Red Social y el grado de autoestima en los jóvenes anteriormente definidos. En primer lugar, se va a justificar la temática elegida		

presentando argumentos y cifras representativas que permitan poner al tópico como concepto clave de las investigaciones actuales. Luego, se hará un recorrido por los estudios que han servido como base para la realización de éste centrándose en dos temáticas fundamentales: Redes Sociales & Autoestima y, el uso de Instagram. Más adelante, se presentará un marco teórico que definirá las variables estudiadas: Redes Sociales, Redes Sociales 2.0, Instagram y Autoestima. Dentro de Autoestima se hará especial hincapié del instrumento usado para medir este concepto: La Escala de Rosenberg (EAR). Inmediatamente, se explicará la metodología empleada para la realización del trabajo y se concluirá con los hallazgos relevantes del mismo. Se espera poder contribuir a la temática de estudio y a la profundización del campo que permita cuestionar y seguir investigando la función de las Redes Sociales, la importancia en la vida de los jóvenes y la clave de la medida de su uso.

Palabras Clave: Redes sociales, internet, psicología, investigación.

*Tabla 27 Ficha resumen internacional 23*

**Nacional (N)**

FICHA DE RESUMEN		
Código: N1	Tema: efectos psicológicos de internet	Unidad de Análisis: Artículo de investigación
Enfoque : Cualitativo		
Título: La Frontera Digital: efectos Psicológicos De internet en La región De La Orinoquía		
Autor: Javier Corredor, Gustavo Pico, Carolina Castro, Martín Hernández, Camilo arias, Camila alviar, Leonardo Rojas, John silva, Jully niño		
Año: 2013	Ciudad: Bogotá, Colombia	
Editorial: revista iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología		
Ubicación: Bogotá, Colombia		
<p>Resumen: este artículo presenta los resultados de un estudio realizado en varias ciudades de la orinoquía Colombiana, dirigido a investigar los procesos de cambio cultural que se están produciendo con la llegada de internet y las redes sociales. detrás de este objetivo, se encuentra la idea de entender como estos cambios en el paisaje cultural modifican los procesos psicológicos asociados al desarrollo de la identidad. Para tal fin, se realizaron 71 entrevistas semiestructuradas en la región de la orinoquía. Los resultados muestran que internet está produciendo una profunda transformación en el paisaje cultural de los territorios de frontera. esta transformación se caracteriza por un creciente contacto con objetos culturales, mayormente relacionados con la música, asociados a subculturas externas a la región. Esto ha permitido que los jóvenes accedan a experiencias estéticas que antes les estaban vedadas, particularmente, tendencias musicales y subculturales que no son transmitidas por los medios masivos de comunicación. Contrario a lo que se podía pensar estos cambios no han causado una disminución del contacto y apreciación por la cultural local (ej., música llanera). todo esto indica que internet está permitiendo en la región colombiana el surgimiento de experiencias culturales híbridas entre lo local y lo global, entre lo físico y lo virtual.</p>		
Palabras Clave: subcultura, internet, redes sociales, Convergencia de base, identidad		

Tabla 28 ficha resumen nacional 1

FICHA DE RESUMEN	
Código: N2	Tema: uso de redes sociales y su relación con la ansiedad Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: cualitativo	
Título: Tiempos Modernos: Redes Sociales y Ansiedad	
Autor: Laura Vanessa García Gualdrón	
Año: 2015	Ciudad: Chía
Editorial: Universidad de la Sabana	
Ubicación: Chía, Cundinamarca	
<p>Resumen: El presente trabajo de investigación se planteó como objetivo comprender el uso que le otorgan los adultos jóvenes a las redes sociales y encontrar si el uso de estas mismas se relaciona con la vivencia de ansiedad. Se encontró que el uso de las redes sociales que la presente población presenta se encuentra caracterizada por una fuerte dependencia psicológica, e impulsividad lo cual ha repercutido en el área social y personal de los usuarios, causando así un mal uso del tiempo, pero también siendo una herramienta para consolidar amistades y contrariamente para inhibir el desarrollo de estas mismas. Se concluye que el uso de las redes sociales causa más vivencias emocionales negativas que positivas, caracterizadas en su mayoría por indicadores de ansiedad y adicción, lo cual incide en el quebrantamiento del equilibrio del bienestar personal de los usuarios. Cabe destacar que dentro de los aspectos positivos encontrados ante el uso de las redes sociales es que son una herramienta laboral y que ayuda a mantener contacto con personas que se encuentran en el exterior o con las cuales no se tiene contacto hace bastante tiempo.</p>	
Palabras Clave: Internet, Redes Sociales, Ciberpsicología, Facebook, Twitter, Whatsapp, Instagram, Bienestar Psicológico, Bienestar Subjetivo, Ansiedad, Adicción a Internet.	

Tabla 29 ficha resumen nacional 2

FICHA DE RESUMEN	
Código: N3	Tema: impacto de las redes sociales en la interacción de los adolescentes Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: cualitativo	
Título: REDES SOCIALES EN LA INTERACCIÓN SOCIAL	
Autor: Andrés Guillermo torres Gutiérrez, Angie Paola Domínguez Vargas, diana patricia rodríguez rojas	
Año: 2020	Ciudad: Bogotá
Editorial: universidad cooperativa de Colombia	
Ubicación: Bogotá, Colombia	
Resumen: Durante la recopilación y análisis de la sistematización en la revisión sistemática de la literatura el cual busco informar y analizar el impacto que generan las redes sociales digitales en la interacción de las y los adolescentes, así mismo, mencionar los cambios en su conducta, estados emocionales y las relaciones interpersonales que estos manejan a través de las redes sociales digitales enfatizando, además, en los posibles riesgos y oportunidades que se pueden encontrar los adolescentes al momento de utilizarlas, tomando como referencia las siguientes redes sociales digitales: Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, WhatsApp, Snapchat, las cuales se han convertido en el pasatiempo preferido de las nuevas generaciones. La adolescencia es la etapa de transformación de la niñez a la adultez, está caracterizada por la búsqueda de identidad y la necesidad de interactuar para pertenecer y/o encajar en alguna en algún grupo o comunidad	
Palabras Clave: redes sociales digitales, interacción, adolescencia, psicología, sociología	

Tabla 30 Ficha resumen nacional 3

FICHA DE RESUMEN	
Código: N4	Tema: relación de las redes sociales en el desarrollo afectivo. Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque cualitativo	
Titulo la influencia de las redes sociales en el desarrollo afectivo	
Autor stefanis carolina Fernández Millán ,Roxana xilema Palencia Paternina	
Año: 2017	Ciudad: santa marta
Editorial: universidad cooperativa de Colombia sede santa marta	
Ubicación: santa marta – magdalena	
<p>Resumen: Esta revisión sistemática de la literatura busca hacer un análisis acerca de puntos de vista de distintos autores referente a cuál es la influencia de las redes sociales en el desarrollo afectivo, teniendo en cuenta aspectos positivos y negativos de la temática en general y que afectaciones tiene a nivel social, emocional, psicológico, educativo y familiar. Para tal fin se han recolectado artículos de las distintas bases de datos reconocidas (Redaya, Scielo, Medline, Proquest entre otras). Teniendo en cuenta artículos científicos, libros, revistas científicas, tesis doctorales y trabajos de grado, procediendo a analizar la información de cada una de las investigaciones teniendo en cuenta criterios de inclusión y exclusión, y una línea de tiempo que va desde 2005 hasta la actualidad, se obtuvieron en total 50 referencias que fueron clasificadas para dar respuesta al objetivo general. Finalmente los resultados indican que la población más afectada por las redes sociales es la población adolescente debido a que se encuentran en un periodo de vulnerabilidad y en la constante búsqueda de la construcción de su identidad y factores como la tecnología influyen mucho en las dificultades que puedan presentar en su desarrollo emocional, y afectivo de manera idónea.</p>	
Palabras Clave: Adolescentes, Vínculos afectivos, relaciones interpersonales, redes sociales, desarrollo afectivo, influencia, educación, decadencia, familia.	

Tabla 31 Ficha resumen nacional 4

FICHA DE RESUMEN		
Código: N5	Tema	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Relación Entre El Tiempo De Uso De Las Redes Sociales En Internet Y La Salud Mental En Adolescentes Colombianos		
Autor: Adriana Paola Rodríguez Puentes y Antonio Fernández Parra		
Año: 2014	Ciudad: Bogotá	
Editorial: Acta Colombiana de Psicología, vol. 17, núm. 1, 2014, pp. 131-140		
Ubicación: Bogotá, Colombia		
<p>Resumen: El objetivo de esta investigación es determinar si hay diferencias entre grupos de adolescentes de grado 7° de la ciudad de Bogotá, con diferentes tiempos de uso de las redes sociales en problemáticas de tipo internalizante, externalizante, la soledad percibida, el funcionamiento familiar y el sexo. El estudio con diseño ex post facto valoró el efecto del tiempo de uso de redes sociales a tres niveles (bajo, medio y alto) a través de un cuestionario socio demográfico diseñado para tal fin: el LSRQ, el FACES III, CDI y el YSR. Participaron 96 estudiantes con un rango de edades entre los 11 y 15 años. Se encontró que entre los participantes con un elevado tiempo de uso de las redes sociales, eran mayores los problemas de tipo externalizante (conducta agresiva, ruptura de reglas y problemas de atención). Se discute la necesidad de que en futuras investigaciones se enfatizen los factores positivos que para el desarrollo de los adolescentes puede tener el uso de las redes sociales a través de Internet</p>		
Palabras Clave: Internet, redes sociales, adolescentes, conductas internalizantes, conductas externalizantes, cualidades positivas		

Tabla 32 ficha resumen nacional 5

**Regional**

FICHA DE RESUMEN		
Código: R1	Tema: impacto en la conducta adolescente por uso de redes sociales	Unidad de Análisis: tesis
Enfoque cualitativo		
Título: Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años		
Autor: Key Katherine Gómez Ferreira Jazmín Soléis Marín Quintero		
Año: 2017	Ciudad: Bucaramanga	
Editorial: Universidad Cooperativa de Colombia		
Ubicación: Bucaramanga, Colombia		
Resumen: El presente proyecto es una propuesta dentro de la modalidad de grado de análisis sistemático de literatura el cual busca analizar el impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales, teniendo en cuenta las diferentes redes existentes tales como: Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, WhatsApp, Snapchat, Tagged entre otras, las cuales se han convertido en el pasatiempo preferido de la juventud.		
Palabras Clave: redes sociales, conducta adolescente, adolescentes		

Tabla 33 Ficha resumen regional 1

FICHA DE RESUMEN		
Código: R2	Tema: influencia de las redes sociales sobre las relaciones interpersonales	Unidad de Análisis: Tesis
Enfoque: Cualitativo		
Título: Revisión Sistemática de Literatura: La influencia de las redes sociales sobre las relaciones interpersonales en los adolescentes		
Autor: Luisa Daniela Patiño Álvarez		
Año: 2020	Ciudad: Bucaramanga	
Editorial: Universidad Cooperativa de Colombia		
Ubicación: Bucaramanga, Colombia		

Resumen: El presente proyecto es una propuesta dentro de la modalidad de grado de análisis sistemático de literatura el cual busca analizar la influencia que generan las redes sociales en las relaciones interpersonales en los adolescentes, teniendo en cuenta las diferentes redes existentes tales como: Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, WhatsApp, Snapchat, Tagged, entre otras, las cuales se han convertido en el pasatiempo preferido de la juventud. Marañón, (2012) lo da a conocer como las tecnologías, donde los jóvenes consiguen una pericia muy superior a la de sus progenitores, lo que les ha llevado a entender las redes digitales como una oportunidad y una forma de independencia en donde se evidencia un cambio de vida social por la vida virtual, dando uso persistente a esta herramienta la cual se convierte en un elemento indispensable para su día a día. Según García, (2012) el uso de internet lo define como un espacio de comunicación por parte de los adolescentes en relación a lo que manifiesta y a su vez García & Millan, (2012); puntualiza en que es un avance de las tecnologías de la información y la comunicación siendo un hecho que está transformando las conductas y las relaciones sociales. El cambio ha supuesto una adaptación de las personas ante esas nuevas formas de relacionarse. Así bien, las redes sociales llevan un tiempo irrumpiendo con fuerza en las sociedades del siglo XXI, lo cual está generando la existencia de cambios en los agentes de socialización significativos para los adolescentes, así lo dio a conocer Altuna, Amenabar, Lareki y Martínez de Morentin (2010) citados por Urdin, Perurena, Arcos & Morentin, (2013) , por ello se busca conocer la existencia y complejidad del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, lo cual puede llegar a ocasionar cambios en la conducta y en las relaciones interpersonales.

Palabras Clave: Redes sociales, Motivación, Juventud, Relaciones interpersonales  
Influencia.

*Tabla 34 Ficha resumen regional 2*

## Ficha bibliográfica

Código	Categoría	subcategoría	Título	Autor	Año	Sitio de búsqueda
<b>R1</b>	Relaciones Interpersonales		Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años	Key Katherine Gómez Ferreira; Jazmín Soléis Marín Quintero	2017	<a href="https://repository.uta.edu.co/bitstream/20.500.12494/747/1/Impacto%20que%20generan%20las%20redes%20sociales%20en%20la%20conducta%20del%20adolescente%20y%20en%20sus%20relaciones%20interpersonales%20en%20Iberoam%C3%A9rica%20los%20C3%BAltimos%2010%20a%C3%B1os.pdf">https://repository.uta.edu.co/bitstream/20.500.12494/747/1/Impacto%20que%20generan%20las%20redes%20sociales%20en%20la%20conducta%20del%20adolescente%20y%20en%20sus%20relaciones%20interpersonales%20en%20Iberoam%C3%A9rica%20los%20C3%BAltimos%2010%20a%C3%B1os.pdf</a>
<b>R2</b>	Relaciones Interpersonales		Revisión Sistemática de Literatura: La influencia de las redes sociales sobre las relaciones interpersonales en los adolescentes	Luisa Daniela Patiño Álvarez	2020	<a href="https://repository.uta.edu.co/bitstream/20.500.12494/16550/1/2020_redes_sociales_adolescentes.pdf">https://repository.uta.edu.co/bitstream/20.500.12494/16550/1/2020_redes_sociales_adolescentes.pdf</a>
<b>R3</b>	Relaciones Interpersonales		“la satisfacción de las necesidades psicológicas y su relación con el uso de redes sociales en los estudiantes	Cajas Tibanta, Marcela Tatiana	2019	<a href="https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/30093/1/Cajas%20Tibanta%2c%20Marcela%20Tatiana.pdf">https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/30093/1/Cajas%20Tibanta%2c%20Marcela%20Tatiana.pdf</a>

			del bachillerato de la unidad educativa rumiñahui”			
<b>R4</b>	Relaciones Interpersonales		Redes sociales: del ciberacoso a los grupos de apoyo online con víctimas de acoso escolar	Sergio Tudela de Marcos y Ana Barrón López de Roda	2017	<a href="http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v10n3/1989-3809-ep-10-03-00167.pdf">http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v10n3/1989-3809-ep-10-03-00167.pdf</a>
<b>R5</b>	Relaciones Interpersonales	Aislamiento	Relación Entre El Tiempo De Uso De Las Redes Sociales En Internet Y La Salud Mental En Adolescentes Colombianos	Adriana Paola Rodríguez Puentes y Antonio Fernández Parra	2014	<a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79831197013">https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79831197013</a>
<b>R6</b>	Relaciones Sociales		Efectos Psicológicos Del Abuso De Las Tecnologías De La Información Y Comunicación (Tic) En Adolescentes De Una Secundaria Del Municipio De Soledad Graciano Sánchez En	Flor Azeneth Briones Torres, Gabriela Irene Rodríguez Gómez	2017	<a href="https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1012.pdf">https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1012.pdf</a>

			San Luis Potosí			
--	--	--	-----------------	--	--	--

Tabla 35 ficha bibliográfica de relaciones interpersonales

Código	Categoría	subcategoría	Título	Autor	Año	Sitio de búsqueda
<b>AD1</b>	Adicción a redes sociales.		El impacto de las Redes Sociales en adolescentes gallegos/as: análisis cualitativo	Patricia Ruido, Yolanda Castro, María Fernández	2017	<a href="https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.13.2281/pdf">https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.13.2281/pdf</a>
<b>AD2</b>	Adicción a redes sociales.	Ansiedad	Tiempos Modernos: Redes Sociales y Ansiedad	Laura Vanessa García Gualdrón	2015	<a href="https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/27727/Laura%20Vanessa%20Garc%C3%ADa%20Gualdr%C3%B3n%20%28Tesis%29.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/27727/Laura%20Vanessa%20Garc%C3%ADa%20Gualdr%C3%B3n%20%28Tesis%29.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>
<b>AD3</b>	Adicción a redes sociales.		Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica	David Navarrete Villanueva, Sara Castel Feced, Beatriz Romanos Calvo e Ignacio Bruna Barranco	2017	<a href="https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2531/4413">https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2531/4413</a>
<b>AD4</b>	Adicción a redes sociales		Adolescentes y redes sociales en la era digital	Laura Cruz Diana	2016	<a href="https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz_Diana_Laura.pdf?sequence=1">https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/3808/Cruz_Diana_Laura.pdf?sequence=1</a>
<b>AD5</b>	Adicción a redes sociales		Aproximación a la investigación psicológica en Internet y	Vanessa Pérez	2018	<a href="https://summapsicologica.cl/index.php/summa/article/view/387">https://summapsicologica.cl/index.php/summa/article/view/387</a>

			redes sociales			
<b>AD6</b>	Adicción a redes sociales		Los Adolescentes Y El Uso De Las Redes Sociales	Ángela Del Barrio Fernández; Isabel Ruiz Fernández	2014	<a href="https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851785056.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851785056.pdf</a>
<b>AD7</b>	Adicción a redes sociales		Adicción A Facebook En Adolescentes De Quinto Curso Del Colegio Internacional Rudolf Steiner	Natalia Villavicencio	2015	<a href="https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/1100/1/ADICCI%20c3%93N%20A%20FACEBOOK%20ENN%20ADOLESCENTES%20DE%20QUINTO.pptx.pdf">https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/1100/1/ADICCI%20c3%93N%20A%20FACEBOOK%20ENN%20ADOLESCENTES%20DE%20QUINTO.pptx.pdf</a>
<b>AD8</b>	Adicción a redes sociales		Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto	Echeburúa, Enrique; de Corral, Paz	2010	<a href="https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf</a>
<b>AD9</b>	Adicción a redes		Adicción a internet y sus efectos en la salud entre los jóvenes de 11 a 25 años	Barrero González, Álvaro	2019	<a href="https://core.ac.uk/download/pdf/222807827.pdf">https://core.ac.uk/download/pdf/222807827.pdf</a>
<b>AD10</b>	Adicción a redes sociales		Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia	Juan Enrique Berner G.; Jaime Santander T.	2012	<a href="https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v50n3/art08.pdf">https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v50n3/art08.pdf</a>
<b>AD11</b>	Adicción a redes sociales	Ansiedad	Trastornos de conducta y redes sociales en Internet	Néstor Fernández Sánchez	2013	<a href="http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0185-33252013000600010">http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0185-33252013000600010</a>

<b>AD12</b>	Adicción a redes sociales		adicción a las redes sociales, violencia en relaciones de pareja y bienestar psicológico en adolescentes de instituciones educativas públicas-districto huanchaco	Ulloa Contreras, Sharon Melissa	2019	<a href="http://repositorio.uv.edu.pe/handle/20.500.12692/37772">http://repositorio.uv.edu.pe/handle/20.500.12692/37772</a>
<b>AD13</b>	Adicción a redes sociales	Ansiedad	Cambios psicossociales en los adolescentes actuales. Incidencia del uso de las redes sociales	Margarita Martín Martín	2016	<a href="https://eprints.ucm.es/37737/">https://eprints.ucm.es/37737/</a>
<b>AD14</b>	Adicción a redes sociales		Percepción de actitudes nocivas en el uso de las redes sociales en los jóvenes adolescentes	Cristina Sánchez Romero, Carmen López Berlanga	2020	<a href="https://revistas.um.es/riite/article/view/401801/283051">https://revistas.um.es/riite/article/view/401801/283051</a>

Tabla 36 Ficha bibliográfica de adicción a redes sociales

Código	Categoría	subcategoría	Título	Autor	Año	Sitio de búsqueda
<b>A1</b>	Autoestima		Uso Problemático De Redes Sociales 2.0 En Nativos Digitales: Análisis Bibliográfico	Castro Gerónimo, Abril; de la Villa Moral Jiménez, María	2017	<a href="https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782008.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782008.pdf</a>

<b>A2</b>	Autoestima	depresión	Análisis del uso de las redes sociales whatsapp y facebook como mecanismo de acoso virtual y su influencia en el desarrollo académico de los estudiantes de séptimo semestre de la carrera de Comunicación Social en el año 2017	Gabela Murillo, Bryan Aarón	2018	<a href="http://repositorio.u.g.edu.ec/handle/re dug/25594">http://repositorio.u.g.edu.ec/handle/re dug/25594</a>
<b>A3</b>	Autoestima	Depresión	Impacto psicosocial del uso adictivo de las redes sociales en estudiantes jóvenes de tercer año de la carrera Trabajo Social de FAREM-Estelí, en el segundo semestre del año 2015.	Greydin Vanessa Méndez Paguaga Melissa Yudelka Pérez Falcón Jairo Antonio Castillo Quintero	2016	<a href="https://repositorio.unan.edu.ni/1759/">https://repositorio.unan.edu.ni/1759/</a>
<b>A4</b>	Autoestima		Redes Sociales 2.0 & La Autoestima de los Jóvenes	Isabel María Weiss	2018	<a href="http://repositorio.udes.edu.ar/jspui/bitstream/10908/16636/1/%5BP%5D%5BW%5D%20T.L.%20Com.%20Weiss%2C%20Isabel">http://repositorio.udes.edu.ar/jspui/bitstream/10908/16636/1/%5BP%5D%5BW%5D%20T.L.%20Com.%20Weiss%2C%20Isabel</a>

						<a href="#">%20Mar%C3%ADa.pdf</a>
--	--	--	--	--	--	-----------------------------------

Tabla 37 Ficha bibliográfica de autoestima

Código	Categoría	subcategoría	Título	Autor	Año	Sitio de búsqueda
<b>P1</b>	Personalidad		El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes	José Moncada Jiménez y Yamileth Chacón Araya	2012	<a href="https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34603/18723">https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34603/18723</a>
<b>P2</b>	Personalidad	identidad	Adicción a las redes sociales y los efectos en la identidad	Alvarado, M., Chimán, F. y Juárez, M.	2015	<a href="https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf">https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf</a>
<b>P3</b>	personalidad		la influencia de las redes sociales en el desarrollo afectivo	Stefanis carolina Fernández Millán, Roxana xilema Palencia Paternina	2017	<a href="https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/10181/1/2017_influencia_redes_sociales.pdf">https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/10181/1/2017_influencia_redes_sociales.pdf</a>
<b>P4</b>	personalidad		Redes sociales en la interacción social	Andrés Guillermo Torres Gutiérrez Angie Paola Domínguez Vargas Diana Patricia Rodríguez Rojas	2020	<a href="https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18325/1/2020_redes_interaccion_social.pdf">https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18325/1/2020_redes_interaccion_social.pdf</a>
<b>P5</b>	Personalidad	Identidad	La Frontera Digital: efectos Psicológicos	Javier Corredor, Gustavo	2013	<a href="https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.6206/236">https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.6206/236</a>

			De internet en La región De La Orinoquía	Pico, Carolina Castro, Martín Hernández, Camilo arias, Camila alviar, Leonardo Rojas, John silva, Jully niño		
<b>P6</b>	Personalidad	Identidad	Las redes sociales, sus efectos psicológicos consecuencia en la salud mental	Claudia Adriana Calvillo Ríos, David Jasso Velázquez	2018	<a href="https://www.acups.org/articulo/243/las-redes-sociales-sus-efectos-psicologicos-consecuencias-en-la-salud-mental.html">https://www.acups.org/articulo/243/las-redes-sociales-sus-efectos-psicologicos-consecuencias-en-la-salud-mental.html</a>

Tabla 38 Ficha bibliográfica de personalidad