



Las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre sobre el efecto del uso de una red social como TikTok en su salud mental.

Erika Johanna Álvarez Agudelo

Andrea Carolina Hernández Serrano

Ernesto Rafael García González

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

abril de 2024

Las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre sobre el efecto del uso de una red social como TikTok en su salud mental.

Erika Johanna Álvarez Agudelo

Andrea Carolina Hernández Serrano

Ernesto Rafael García González

Monografía presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(a)

Laura Paloma Cano Moncada

Título académico

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

abril de 2024

Dedicatoria

El trabajo se dedica especialmente a nuestros familiares, que han formado parte de nuestro proceso formativo durante estos años. La cual han brindado consejos y herramientas para la superación continua y así poder alcanzar nuestros sueños.

Agradecimientos

Expresamos nuestro agradecimiento profundo a los docentes de la Universidad UNIMINUTO, quienes con su invaluable conocimiento y orientación nos brindaron las herramientas necesarias para realizar este proyecto de investigación. Agradecemos especialmente a la profesora Laura Paloma Cano Moncada por su apoyo incondicional y guía invaluable durante todo el proceso. Este proyecto de investigación sin el apoyo y cooperación de cada una de las personas en mención no hubiera sido posible.

Contenido

1	Resumen	7
	Palabras clave:	7
	Introducción.....	8
2	Planteamiento del problema	12
2.1	Contextualización:.....	12
2.2	Pregunta de investigación:.....	17
3	Justificación.....	18
4	Antecedentes de la investigación.	21
5	Marco referencial.....	25
5.1	El hombre primitivo	25
5.2	El lenguaje	26
5.3	Impacto del lenguaje en los medios de comunicación	27
5.4	Percepciones	31
5.5	Emociones.....	31
5.6	Salud.....	33
5.7	Salud mental	34
5.8	Bienestar	35
5.9	Actitud.....	36
5.10	Redes sociales	36
5.11	Relación redes sociales y salud mental.....	37
5.12	TikTok.....	38
5.13	Rendimiento académico	38
6	Objetivos	40
6.1	Objetivo general.....	40
6.2	Objetivos específicos	40
7	Metodología.....	41
7.1	Tipo de investigación	41
7.2	Método de investigación:	42

7.3	Técnicas de recolección de la información:.....	42
7.4	Instrumento	43
7.5	Técnicas de recolección de la información:.....	43
7.6	Participantes:	43
7.6.1	Los criterios de inclusión.....	43
7.6.2	Criterios de Exclusión.....	43
7.7	Procedimiento y análisis de la información	44
8	Resultados y discusión	45
8.1	Influencia de la red social TikTok en la salud mental.....	45
8.2	Impacto del uso de una red social como TikTok.....	49
8.3	Impacto en el rendimiento académico.	54
9	Conclusión.....	57
	Referencias.....	59
10	Anexos.....	63
10.1	Tabla 1. Matriz categorial	63
10.2	Fragmento del consentimiento informado	64
10.3	Fragmento de la matriz selección del material.....	64

1 Resumen

El foco de esta investigación se centra actualmente en explorar las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre respecto al impacto del uso de la red social TikTok en su salud mental. Desde una postura epistemológica constructivista fenomenológica y un enfoque cualitativo, el estudio de caso se utiliza como estrategia metodológica para profundizar en las experiencias individuales de los participantes. Por medio de entrevistas semiestructuradas y análisis de datos basado en una matriz categorial, se busca comprender cómo los estudiantes interactúan con TikTok, sus percepciones sobre su salud mental, y el posible efecto en su rendimiento académico. Este estudio pretende conocer la influencia de las redes sociales en la salud mental de los jóvenes universitarios, para desarrollar métodos de intervención y prevención para fomentar el uso saludable de estas plataformas digitales.

Luego de analizar las percepciones de los estudiantes de psicología sobre el efecto de TikTok en su salud mental, se pretende identificar posibles implicaciones prácticas y teóricas derivadas de estos hallazgos. Se busca establecer conexiones entre las investigaciones existente sobre el impacto de las redes sociales en la salud mental y las experiencias reportadas por los participantes en este estudio de caso. Asimismo, se aspira a generar recomendaciones para fomentar la utilización consciente y equilibrado de TikTok entre los jóvenes universitarios, considerando aspectos clave como el bienestar emocional, la autoestima y el rendimiento académico.

Palabras clave: Red social, TikTok, salud, efecto, salud mental, psicología, jóvenes, estudiantes universitarios, percepciones.

Introducción

A través del análisis realizado a largo de esta investigación, se identifica que tiene un gran potencial al permitir contribuir en la generación de conocimiento relacionado con el consumo de redes sociales en la salud mental de los jóvenes, especialmente en relación con el uso de TikTok por intermedio del estudio de caso de tres educandos universitarios de UNIMINUTO.

Actualmente estamos viviendo en una era de la información; en donde los medios de comunicación son conexiones sociales digitales que representan un aspecto vital de la vida diaria y se utilizan ampliamente en la cotidianidad, especialmente entre los jóvenes. TikTok es una de las plataformas de redes sociales más conocidas y atrae a millones de usuarios mundialmente, donde el presente se ha logrado convertir; en una de las plataformas de medios digitales con mayor concentración entre la gente joven. A pesar de su popularidad generalizada, existen preocupaciones sobre su posible influencia en salud mental; particularmente entre los estudiantes; donde para interés propio del proyecto nos centraremos en la población joven de 18 años de UNIMINUTO. Es oportuno comentar que, según el rastreo de la información, se identificó; que hasta el momento se han realizado pocos estudios sobre el tema porque es una red social relativamente nueva; lanzada a escala global en 2017.

Este es una investigación que se plantea con el interés de enfocarse en comprender cuales son las percepciones y cuáles podrían ser las posibles experiencias de tres jóvenes universitarios con 18 años de edad y que actualmente cursen primer semestre de Psicología en la Universidad UNIMINUTO; en relación con el uso de TikTok y sus repercusiones a nivel de salud mental. A través de 3 estudios de caso, exploramos las experiencias personales de estos estudiantes para determinar cómo las redes sociales afectan su estado psicológico, y a su vez, su que el rendimiento académico.

Cabe mencionar que la llegada de TikTok cambió la forma de comunicar y consumir información a otros; teniendo en cuenta que el diseño de la plataforma permite dinámicas entretenidas; ofertando material audiovisual de corta duración y logran atraer a un público joven, incluidos estudiantes universitarios. Sin embargo, la naturaleza adictiva de la plataforma y la exposición constante y más aún cuando posiblemente se da de manera continua a diversos contenidos puede ser perjudicial y negativo en el estado de salud mental de los usuarios de la plataforma virtual.

Dentro de otros trabajos anteriores de investigación se ha demostrado que el uso desmedido de medios de comunicación virtual cuando se utilizan de una manera excesivas; podría presentarse una relación entre la utilización las redes sociales y como también posiblemente estaría relacionado con la ansiedad, la depresión, la baja autoestima y los problemas para dormir. En el caso de TikTok, el tema de la relación con la presión social, las posibles modificaciones en relación con creencias de las personas que puedan causar una comparación con otros usuarios y el contenido inapropiado que propicie exacerbación de problemas posibles de la persona. Es importante tener en cuenta la importancia del buen uso de las redes; donde el ser conscientes de sus posibles efectos negativos podría hacer una diferencia a la hora de controlar su uso sin llegar a caer en abuso.

Para abordar los objetivos de investigación, se buscó adoptar por un método cualitativo, donde dentro del proceso se identificó que para el interés propio de la investigación; el estudio de caso como estrategia principal terminaría siendo una gran herramienta apropiada para el cumplimiento de metas del proyecto. Se realizaron entrevistas semiestructuradas a los tres estudiantes participantes, desde un enfoque cognitivo conductual sin desconocer las percepciones teóricas de otras miradas que permitan comprender las percepciones y experiencias individuales de tres estudiantes de psicología de la Universidad UNIMINUTO sobre el efecto del uso de TikTok en su salud mental.

El estudio se realizó bajo estrictas pautas éticas, buscando siempre garantizar el respeto al consentimiento informado de los participantes y la confidencialidad de la información. Se aplicaron los

valores del Código establecido de Ética para la Investigación Psicológica del Colegio Colombiano de Psicología

Se espera que a través de la investigación proporcione información valiosa sobre el impacto del uso de TikTok en la salud mental de los estudiantes universitarios; teniendo en cuenta que los hallazgos nos permitirán comprender las experiencias personales de los colaboradores del proyecto en relación al uso de las redes sociales, y propiciara el avance en el conocimiento al lograr hallazgos sobre posibles implicaciones frente al impacto de medios de comunicación virtual como TikTok en la salud mental, particularmente en el contexto de los estudiantes universitarios de UNIMINUTO.

A partir de los resultados y la discusión se pueden extraer conclusiones importantes para el proyecto de investigación donde las percepciones encontradas sobre el uso de TikTok de los estudiantes entrevistados tienen percepciones encontradas. Reconocen el impacto en el rendimiento académico, y también identifican que el uso de la plataforma digital puede afectar su rendimiento académico al distraerlos de sus tareas y estudios. En relación con el Impacto generado en su Salud Mental; se detalla debido a lo cual la mayoría de los estudiantes reconocen que TikTok puede afectar su salud mental, ya sea generando ansiedad, estrés o efecto su autoestima.

El estudio de caso se buscó por su utilidad al identificar que podría ser una excelente herramienta para la búsqueda y el cumplimiento del objetivo; cuyo método facilitó comprender las perspectivas y experiencias de tres estudiantes de psicología de la Universidad de UNIMINUTO sobre el impacto que le pueda generar el uso de TikTok en la salud mental; a través de la información recopilada se puedan plantar la creación de futuras estrategias de intervención y prevención para fomentar el uso saludable de las redes sociales en esta población. Además, al observar los resultados, se podrían plantar con la información posteriores programas educativos y a futuro podría servir como

material de apoyo que se promuevan el bienestar emocional de los estudiantes y el uso sobre las tecnologías digitales de manera responsable.

2 Planteamiento del problema

2.1 Contextualización:

El propósito de esta investigación comienza con un análisis de la dinámica social en relación con el consumo de medios digitales y redes de comunicación virtual, lo cual despierta un interés por el tema del uso de TikTok teniendo en cuenta que la interacción con las redes sociales es cada vez más común y se está convirtiendo en una actividad diaria para millones de personas alrededor del mundo. Hoy, las redes sociales juegan un papel crucial en la vida cotidiana, donde no solo es un medio para comunicar si no para informarse, y donde los videos de TikTok son particularmente populares entre los estudiantes universitarios, que llegan cautivados por las imágenes, paisajes y fotos editadas. Tik Tok cuenta con una amplia popularidad en la población juvenil incluyendo estudiantes universitarios, donde plataforma hace parte del lenguaje los jóvenes.

De acuerdo con la encuesta Nacional en el 2022 sobre el Uso de las TIC 2022, la plataforma de videos cortos TikTok es actualmente muy popular en Colombia, el 73% de los jóvenes colombianos entre 12 y 24 años usa TikTok, la segunda red social más utilizada por este grupo demográfico, tras WhatsApp. la salud mental” (Kross et al., 2017; Przybylski et al., 2013).

Diversos estudios han relacionado el uso excesivo de las redes sociales con estos problemas de salud mental (Kross et al., 2017; Przybylski et al., 2013). FOMO (Fear of Missing Out) donde según la investigación adelantada” Intrusión en Facebook, miedo a perderse algo, narcisismo y satisfacción con la vida: un estudio transversal” Se generaron hallazgos sobre el miedo y la relación al perderse algo de información que puede llevar a los estudiantes a estar constantemente conectados a las redes sociales, lo cual puede afectar su sueño, concentración y bienestar general (Przybylski et al., 2013) En los últimos años se ha observado un aumento en los niveles de ansiedad, depresión y baja autoestima entre los estudiantes universitarios (Twenge &

Joiner, 2020) Los datos anteriores cobran relevancia en la medida en que se entiende esta red TikTok y el cómo puede influir en la percepción de los jóvenes en diferentes fenómenos sociales, como la formación de identidad, capacidad de socializar, popularidad y socialización virtual en adolescentes.

Para la investigación es importante entender cuáles son las necesidades innatas del ser humano donde Según Aristóteles (384-322" El hombre es un ser social por naturaleza", a. de C.) y cuanto a los seres sociales se refieren a la naturaleza de estos, y la necesidad propia de interactuar. Esto significa que los seres humanos son criaturas que viven y prosperan en interacción con otros. En vista de lo anterior, es oportuno pensar en la relevancia de la interacción social para y la relación que podría tener en la salud mental y analizar las percepciones sobre el efecto del uso de una red social como TikTok y cómo podría afectarla y dónde podría existir un efecto positivo y negativo.

Los efectos de las redes sociales en la salud mental dependen de diversos factores, como el tipo de red social que use la persona, el tiempo de uso y las características individuales del usuario según el artículo (Concha et al., 2018),” donde definen que las redes sociales son herramientas de comunicación que permiten la interacción social “(Concha et al., 2018) Esta definición es relevante para ampliar el panorama con relación a posibles aspectos que puedan aportar a la investigación sobre TikTok; teniendo en cuenta la importancia de indagar sobre múltiples influencias que pueda impactar a nivel social, cultural, en su vida cotidiana, y en relación para usuarios interactuar entre sí.

Según un artículo publicado en el 2018 por la facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM, Concha Et a, los seres humanos estamos conectados a través de diversas redes tecnológicas, donde se observan registros recientes. Entre ellas, se encuentran las redes sociales.

Debido a que se definen como un conjunto de aplicaciones web, diseñado exclusivamente para generar participación de grupos masivos, agregar y reunir contenido de múltiples fuentes y usuarios juntos, las redes sociales se han convertido en un elemento indispensable para la población (Vásquez et al., 2018).

Las redes sociales están muy extendidas y han logrado afectar al individuo de manera psicología y emocional. Concha et al. (2018) El autor dentro del artículo plantea acerca de las redes sociales y surge el interrogante de si realmente es ¿una nueva epidemia? De acuerdo a lo publicado resalta que: "Estar alejado de las redes sociales , incluso por breves períodos de tiempo, puede provocar síntomas clásicos de abstinencia , como la necesidad de registrarse en línea al menos tres veces al día, ansiedad y cambios de humor " en el artículo se menciona una investigación realizada por un equipo de investigadores de Austria que indago la reacción de los participantes frente a una desconexión de sus redes sociales casi el 60% de los participantes se conectó por un aproximado de 3 minutos pensando que no usar la plataforma digital seria perder algo importante, el 17% recayó una vez, el 13% recayó de dos veces y el 29% más de dos veces Concha et al. (2018) .

El número de personas que acceden a las redes sociales en Colombia es de 39 millones según los datos arrojados por (2021), **Informe Digital 2021**, la mayoría son usuarios de la red social Facebook y la mayoría a través del móvil; estudios han demostrado que 36 millones de colombianos tienen una cuenta de Facebook y que al menos un 87% de los usuarios son potenciales blancos para anuncios, ya que visualizan contenido interesante para las marcas que quieran anunciarse en esta plataforma.

Por otro lado, cabe mencionar que la idea de bienestar emocional y salud mental ha cobrado gran importancia en la salud pública. Según la definición proporcionada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el bienestar emocional "es una actitud en la que una persona reconoce sus propios comportamientos, puede afrontar el estrés normal de la vida, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad" Por otro lado es relevante mencionar que según OMS define la salud Mental "es un estado de bienestar en el que cada individuo desarrolla su potencial y es capaz de afrontar los desafíos de la vida , trabajar de manera productiva y fructífera para contribuir a su comunidad.

Para interés de la investigación resulta oportuno tener en cuenta el concepto que aporta Según Ryff y Keyes (1995), donde la autonomía, propósito en la vida, autoaceptación, dominio ambiental, relaciones positivas con los demás y crecimiento personal son los seis componentes que componen el bienestar psicológico. Artículo (Ryff, CD y Keyes, CLM, 1995), explica el bienestar psicológico es importante y para ayudar a los humanos a alcanzar su máximo potencial sus ideas centrales están relacionadas con un propósito de vida que les ayude a sentirse significativos. Esto implica adquirir responsabilidad y luchar para superar obstáculos y así alcanzar las metas establecidas.

Así, la salud mental, no es un estado en sí mismo, sino un conjunto de factores que mantienen al ser humano en estado de equilibrio, la mayoría influenciados por el entorno social, por situaciones externas o internas. Por otra parte, en el libro psicología social el autor Bernal (2013) define las actitudes como "los juicios evaluativos que integran y resumen las reacciones cognitivo-afectivas, por lo tanto, son juicios que varían en fuerza e influye en su persistencia, resistencia y consistencia actitud conducta" (pág. 224). De igual forma, existen sentimientos y emociones que se manifiestan en las personas y se caracterizan por generar en el cuerpo humano reacciones psicológicas, donde le muestran cómo un individuo se adapta a su entorno social y a diferentes situaciones cotidianas de la vida; como lo define en un artículo publicado por Bericat (2012): "Las emociones primarias se consideran respuestas universales, fundamentalmente

fisiológicas, evolutivamente relevantes y biológica y neurológicamente innatas. Por el contrario, las secundarias, que pueden resultar de una combinación de las primarias, están muy condicionadas social y culturalmente.” (p.2).

Por otra parte, el Rodríguez (2013) afirma en un artículo sobre las emociones "Cuando se piensa que las emociones se localizan en la persona – su cuerpo o su mente – se concluye que la forma de canalizarlas es fisiológica y cognitiva". se cree que su expresión surge de un sentimiento interior". Sin embargo, aunque él un proceso emocional también implica el aspecto organizativo comienza con consideraciones sociales, implicando procesamiento cognitivo y respuestas físicas (p. 349).

Al realizar el rastreo de la información publicados por OMS en relación a uso de Tik Tok se identifica que no contienen datos específicos sobre los efectos individuales de universitarios en relación al impacto de las redes sociales en la salud mental. Sin embargo, ha emitido informes que detallan posibles efectos positivos y negativos que generan las redes sociales en la salud mental, un informe de 2019 reveló que las redes sociales pueden generar conexiones y apoyo emocional, pero también contribuyen al aislamiento, comparaciones negativas y ciberacoso. La OMS también identificó que un uso excesivo de las redes sociales puede vincularse a ansiedad, depresión y trastornos del sueño, mientras que la comparación con otros puede generar baja autoestima.

En Colombia, el 98% de los internautas utilizan al menos una red social según cifras del ministerio de las TIC (MinTIC, 2023) El hallazgo está documentado en el “Informe de Penetración de Internet en Colombia 2023” Los datos se basan en una encuesta realizada a 10.000 personas en todo el país.

Según Armaza (2023) El uso excesivo de las redes sociales alimenta los problemas de salud mental. Además, encontró por medio de los estudios que existen determinados aspectos negativos que

van desde la depresión y la baja autoestima hasta la ansiedad, el estrés, el cansancio e incluso los trastornos del sueño o la disforia emocional.

Este estudio tiene como finalidad observar cual es el efecto de una red social como TikTok en la salud mental de los estudiantes de la universidad UNIMINUTO, del pregrado del 1er semestre de psicología, a través la investigación que desarrollo con un método de estudio de caso con un enfoque cualitativo; donde la finalidad es lograr observar y registrar la realidad de los participantes de la investigación.

Hoy en día, los adolescentes, los adultos y los jóvenes utilizan con mucha frecuencia medios de comunicación virtual con el interés de socializar a través de las redes sociales y también buscan además de comunicarse, interactuar con cualquier persona o grupo de personas, lo que les permita entablar fácilmente una amistad, o pertenecer a un grupo en particular, generar nuevas conexiones con cualquier persona para ponerse en contacto con otras y acceder a personas conocidas y desconocidas en diferentes lugares del mundo según el artículo de Concha et al. (2018).

Los medios de comunicación pueden ofrecer ventajas como la conectividad social y el acceso a la información, pero también pueden tener efectos perjudiciales para la salud mental. Donde hoy en día, el estrés es un problema de salud pública que preocupa y afecta a personas de todas las edades, incluidos los estudiantes universitarios. El estrés puede afectar negativamente el rendimiento académico y provocar problemas de abandono escolar y ansiedad. La salud mental de los estudiantes universitarios es un tema muy importante; donde el impacto negativo de las redes sociales en la salud mental de esta población es un tema que requiere mayor investigación.

2.2 Pregunta de investigación:

¿Cuáles son las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre sobre el uso de una red social como TikTok y el efecto de este en su salud mental?

3 Justificación

La investigación surge partiendo del interés por comprender las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre sobre la utilización en la vida cotidiana de una red social como TikTok y que sensaciones, percepciones, afectaciones hay relacionadas en su salud mental; considerando la relevancia para el bienestar individual y social. Se pensó en especial en jóvenes, donde ya existen investigaciones sobre el impacto de las redes sociales, y se resalta que se necesitan investigaciones específicas sobre el impacto de TikTok en la salud mental de los estudiantes de psicología en UNIMINUTO, para lo que se planteó comprender cómo la salud mental de los estudiantes de primer semestre de psicología y como se ve afectada por el uso de dicha plataforma virtual.

Con el surgimiento de las redes sociales y la presencia en el aumento de jóvenes que cuentan con acceso a redes sociales; donde lo toman como medio principal de comunicación y entretenimiento, es crucial examinar cómo influyen en el bienestar emocional y la salud mental de la población, para lo cual oriento como principal interés de la investigación, trabajar con en los jóvenes teniendo en cuenta que es uno de los grupos demográficos más activos en estas plataformas vitales.

Se evidencia que es necesario generar conocimiento entorno al efecto que podría tener el uso y abuso de los medios sociales como TikTok y la relación que se podría encontrar frente al estado de su salud mental. Por la cantidad de personas que utilizan la plataforma para interactuar, donde buscan informarse de los temas actuales y también de espacios para informar de temas sin

especificar, y se pueden encontrar desde temas de ocio, entretenimiento, hasta visuales sin especificar, entre otros.

Según una encuesta realizada en Colombia en el 2022 sobre el Uso de las TIC, “que revela que el 73% de los jóvenes colombianos de 12 y 24 años usan TikTok, como dice Concha et al. (2018)”

Tik Tok es una red diseñada para toda la familia, vinculando a los más jóvenes hasta adultos, convirtiéndose en una de las plataformas más fáciles de usar, permitiendo la interacción con otros usuarios y logrando que, por medio de los formatos de vídeo rápidos, imagen y generación de historias cortas, las personas se enganchen para consumirlas con más frecuencia. Estas plataformas ofrecen muchas posibilidades para mantener a su público en constante búsqueda e informados sobre los acontecimientos actuales, pero también existe la posibilidad de que puedan tener un efecto adverso en la estabilidad emocional, “ocasionando en las personas ansiedad, depresión, soledad y otras emociones negativas. “Concha, WN, Domínguez, HM, Maya, MI, & Torres, E. (2018)”.

Teniendo en cuenta lo anteriormente descrito se identifica la importancia de comprender el impacto y el desarrollo de la investigación; donde es importante abordar los desafíos de los estudiantes en un mundo digital cada vez más conectado.

Se plantea realizar entrevistas en profundidad con tres estudiantes seleccionados, para explorar sus experiencias, percepciones y posibles consecuencias del uso de TikTok en su salud mental. Se analizarán las respuestas obtenidas a través de un análisis categorial. De manera que la la entrevista semiestructurada se orientó hacia una serie de preguntas, a través de una conversación organizada entre dos personas. En este caso se diseñó preliminarmente una matriz de seguimiento; y posteriormente se realizó una sistematización en formato Excel; finalmente se creó una matriz categórica y se utilizaron técnicas para la recolección de información como la entrevista

semiestructurada como procedimiento y análisis de la información teniendo en cuenta que la matriz categórica sirve como elemento orientador y permite abordar puntos esenciales relacionados con el tema central de investigación (Cifuentes, 2011, p.85).

Se considera que la investigación aporta a la construcción conocimiento considerando que se explora el fenómeno de las redes sociales; específicamente TikTok es un tema contemporáneo y frecuente por muchas personas, proporcionando información valiosa para proteger el bienestar emocional de los estudiantes en un mundo digital cada vez más conectado, ya que poco a poco las redes sociales se han ido introduciendo más en la vida cotidiana de todas las personas, y así podría ser perjudicial para los estudiantes creando distracciones y pérdida de tiempo, ya que el uso excesivo puede ser una influencia negativa de la gente.

Se espera que los resultados de esta investigación puedan contribuir a la sensibilización sobre la importancia de promover un uso equilibrado y consciente de las redes sociales, especialmente entre los estudiantes de psicología, quienes tienen un papel crucial en la promoción de la salud mental en la sociedad.

4 Antecedentes de la investigación.

El presente trabajo se sustenta en una exhaustiva sistematización y organización de antecedentes relevantes que abordan la intersección entre el uso de redes sociales y la salud mental de los jóvenes, con un enfoque específico en la plataforma TikTok. La selección de estos antecedentes se llevó a cabo mediante una revisión meticulosa de la literatura académica, utilizando bases de datos especializadas, revistas científicas y otros recursos relevantes. Se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para garantizar la pertinencia y calidad de los estudios seleccionados, priorizando aquellos que presentaban investigaciones empíricas, revisiones sistemáticas y estudios cualitativos relacionados con los temas de interés. Posteriormente, los antecedentes fueron organizados y analizados de manera temática, identificando patrones, tendencias y áreas de interés clave para la presente investigación. Este enfoque riguroso de sistematización y organización de antecedentes garantiza una base sólida y actualizada para contextualizar y fundamentar el estudio propuesto sobre las percepciones de estudiantes universitarios de psicología sobre el efecto del uso de TikTok en su salud mental.

En los últimos años, TikTok ha emergido como una de las plataformas de redes sociales más populares y de rápido crecimiento a nivel mundial, con más de mil millones de usuarios activos mensuales en todo el mundo (Altimira García, 2023). TikTok se ha convertido en un fenómeno cultural con un impacto significativo en la forma en que las personas consumen contenido digital y se conectan entre sí.

TikTok, una aplicación de origen chino lanzada en 2016 por ByteDance, permite a los usuarios crear y compartir videos cortos de hasta 60 segundos de duración, a diferencia de otras plataformas de redes sociales, TikTok se destaca por su enfoque en el contenido generado por los usuarios, su algoritmo de recomendación altamente personalizado y su capacidad para fomentar tendencias virales.

El éxito de TikTok ha sido impulsado por varios factores clave, incluyendo su interfaz fácil de usar y su enfoque en el contenido visualmente atractivo, lo que ha atraído a una amplia gama de usuarios. La función de "For You Page" (Página Para Ti) de TikTok, que utiliza algoritmos avanzados de inteligencia artificial para personalizar el contenido según los intereses y preferencias de cada usuario, ha contribuido a su capacidad para mantener a los usuarios comprometidos y pasar largos períodos de tiempo en la aplicación.

Sin embargo, a pesar de su creciente popularidad, estudios recientes han planteado preocupaciones sobre el impacto de TikTok en la salud mental de sus usuarios (Altimira García, 2023). Investigaciones han encontrado que el uso excesivo de redes sociales, incluyendo TikTok, puede tener efectos negativos en la autoestima, la ansiedad y la depresión de los jóvenes (Portillo et al., 2021; Lozano & Cortés, 2020; Valencia et al., 2018; Keles et al., 2020). Además, se ha documentado que el uso de redes sociales puede contribuir al aislamiento social, la distorsión entre el mundo real y el digital, el desinterés por otras actividades y la privación del sueño (Valencia et al., 2018). Esto plantea la necesidad de investigar más a fondo cómo los jóvenes perciben y experimentan el uso de TikTok y otras redes sociales, y cómo esto puede influir en su salud mental.

En este sentido, también se ha explorado la relación entre el uso de redes sociales y funciones psicológicas básicas como la percepción y las actitudes (Vargas & Alvarado, 2022). Aunque no hay un acuerdo definitivo sobre los efectos de la exposición a redes sociales en el bienestar psicológico, algunas investigaciones sugieren un impacto negativo.

Por otro lado, es importante considerar las percepciones individuales de los jóvenes sobre el uso de TikTok y otras redes sociales. Estas percepciones pueden variar significativamente y pueden influir en la forma en que los jóvenes interactúan con estas plataformas y cómo se ven a sí mismos. Estudios como el de Tejedor et al. (2021) han identificado diversas motivaciones para el uso de redes sociales por parte de los jóvenes, incluyendo la necesidad de comunicarse, socializar en entornos digitales, buscar información, expresarse y encontrar entretenimiento.

Además, la investigación de Altimira García (2023) revela que muchos jóvenes reconocen el impacto que TikTok y otras redes sociales tienen en su autoestima y bienestar psicológico. Algunos jóvenes adolescentes reportan una baja autoestima y atribuyen este sentimiento a la comparación con otros en las redes sociales. Por otro lado, los jóvenes no adolescentes también reconocen la influencia de las redes sociales en su autoimagen, aunque en menor medida.

Estos hallazgos sugieren que las percepciones individuales de los jóvenes sobre el uso de TikTok y otras redes sociales pueden tener implicaciones importantes para su salud mental y bienestar emocional. Comprender estas percepciones y cómo se relacionan con el uso de redes sociales es fundamental para abordar los posibles efectos negativos y promover un uso saludable de estas plataformas.

La investigación sobre el impacto de TikTok en la salud mental de los jóvenes es un campo en evolución que requiere una exploración más profunda y sistemática. Los antecedentes presentados proporcionan una base sólida para comprender este fenómeno, destacando la importancia de considerar las percepciones individuales de los jóvenes, así como los posibles efectos negativos del uso excesivo de redes sociales en su salud mental. Estos hallazgos informan el estudio propuesto sobre las

percepciones de estudiantes universitarios de psicología sobre el efecto del uso de TikTok en su salud mental, ofreciendo una base teórica y empírica para investigaciones futuras en este campo.

5 Marco referencial

El marco referencial de esta investigación se basa en diversos conceptos y teorías que son importantes para comprender el efecto que tiene una red social como TikTok en estudiantes universitarios que están en su primer semestre de psicología de la universidad UNIMINUTO en su salud mental. En esta investigación se reúne información clave que sustenten dicho estudio y en la que las redes sociales se describen como elemento de uso cotidiano y donde hoy es una parte importante de la vida cotidiana de personas de todo el mundo. TikTok ha experimentado un crecimiento significativo de acuerdo con la revista infobae en un artículo relacionado a la red social define (Catalano, 2023) que la red social TikTok, que aumento su uso durante la pandemia y tiene más de 1.000 millones de usuarios en todo el mundo, de los cuales su mayoría tienen entre 13 y 17 años, es la red social digital de mayor crecimiento desde 2020 preocupaciones sobre sus riesgos, peligros y efectos psicológicos principalmente en los jóvenes universitarios, afectando de este modo su vida cotidiana, convivencia y esencialmente rendimiento académico.

5.1 El hombre primitivo

“Los seres humanos son animales inherentemente sociales y las relaciones sociales son fundamentales para su desarrollo y bienestar. Las redes sociales son una forma de comunicación y conexión social que ha cambiado la forma en que las personas se conectan entre sí”. (Turkle, 2011, p. 2)

Desde un inicio el hombre primitivo vive en sociedad con funciones y culturas instauradas; pero cada una de ellas desempeñaban un papel fundamental en la supervivencia de cada uno, el ser humano hace parte de una realidad social, donde interactúa y pertenece a diferentes grupos sociales a lo largo de toda su vida. Reyes (2019) explica que la comunicación es fundamental porque permite la intercomunicación entre individuos, donde se evidencian elementos espirituales, sentimentales e ideológicos, permitiendo el crecimiento y evolución de una persona como miembro de una comunidad.

Según Aristóteles (384-322, a. de C.) El ser humano es naturalmente social, lo que significa que desarrollamos esta característica durante toda la vida porque dependemos de los demás para sobrevivir. Aristóteles muestra la relación entre lo natural y la sociedad humana, La idea de que el ser humano "es" en tanto que "co-es" da entender que no hay una individualidad si no que diariamente estamos en sociedad. Aristóteles resalta la dimensión individual en la cual; cada individuo revela cuáles son sus cualidades y su personalidad.

5.2 El lenguaje

El autor Mariño, X (2021) define:

El lenguaje, por su parte, es otra cosa: se trata de un sistema que utiliza símbolos (signos con los que se establece una relación de referencia entre un objeto, una acción o una idea y una representación arbitraria de estos, bien sea oral, gestual o escrita), ligados entre sí mediante una sintaxis que permite generar contenidos nuevos a partir de la combinación de unos pocos elementos. (p.114)

Por otra parte, el autor Escarpanter. J (2010) explica si la palabra es un don concedido al hombre, el lenguaje que este desarrollo a través del tiempo, desde que salió de las cavernas hasta los primeros indicios de la civilización, le ha ayudado a comprender mejor su mundo. (p.14)

Escarpanter (2010) continúa agregando que se creó primero el habla y luego la escritura, a través de letras o caracteres, los primeros hombres transmitieron sus experiencias, sus fatigas, sus alegrías y sus penas a través de la voz, y solo mucho después se plasmarían por escrito. (p. 14)

Según Pascua (2005) en el artículo llamado "el arte paleolítico" define que el grafismo paleolítico como una forma de comunicación y expresión, que conectaba al hombre del pasado con el entorno que lo rodea (p. 23). Las imágenes plasmadas podrían representar significados, incluidas las motivaciones estéticas, mágicas, religiosas, sociales o comunicativas, el autor continuo con su postura y añade Pascua

(2005) que el fenómeno ilustrativo arqueológico está en un código comunicativo simultáneamente complejo y estructurado (p. 20).

Otro medio de comunicación de la prehistoria eran los jeroglíficos, Ledda (1996) afirma que “Si en el discurso de Murillo, de Valderrama y de los autores que leían y producían pinturas, los jeroglíficos empleados -como acabo de señalar- son medio de intensificación comunicativo-expresiva” (p. 124).

En el siglo XV, el lenguaje experimenta un cambio importante con la creación de la imprenta “Hay un antes y un después para la humanidad tras la invención de la imprenta a finales del siglo XV. El alemán Johannes Gutenberg logró con ella realizar uno de los descubrimientos más importantes de la historia.” (López, 2021).

Según Fernández y Tamaro (2004), afirman que ha mediado del siglo XV con el inicio de la imprenta de biblias, desde entonces, era posible crear numerosas obras a un precio razonable, lo que género que en poco tiempo se expandiera esta tecnología y ayudara a la creación de aulas educativas y convirtiera el medio impreso en un poderoso medio de ideas y conocimientos.

5.3 Impacto del lenguaje en los medios de comunicación

Maass, E (2004) afirma que en el siglo XX la radio, la televisión y la red de internet surgieron y se evolucionaron con una diferencia de tiempo aproximado de 30 entre cada uno de ellos, la radio en los años 20, la televisión en los años 50 y el internet en los años 80. Estos avances asombraron a todo el mundo específicamente a niños y jóvenes quienes lo adoptaron como forma de diversión, distracción y expiración cambiando así su pensamiento del mundo y su diario vivir.

Los medios de comunicación han sido utilizados por diversas instituciones públicas y privadas para manifestar sensaciones y pensamientos colectivos, como lo indica el autor Gonzalez J (2019): “Radios libres, vídeos sociales, hacktivismo, movimientos procomunes, software libre, televisiones propias, determinadas prensas o redes sociales son las herramientas que los

movimientos sociales hoy utilizan para extender ideas y propuestas nuevas, así como para ampliar la reflexión” (p. 109).

Otro punto importa es de relevantes intereses de esta investigación por lo que es importante tener en cuenta la teoría de la autodeterminación, donde sostiene que todas las personas tienen tres necesidades psicológicas fundamentales: autonomía, competencia y relación. (Festinger, 1954, p. 117-140) Teniendo en cuenta lo anterior Facebook puede generar comparaciones sociales positivas o negativas, ya que autoriza a los usuarios conectarse con personas que tienen intereses y valores similares.

Todos estas redes sociales y medios de comunicación han generado diversas formas de comunicarse, Según Diaz, (2011) “Las redes sociales online son el mejor ejemplo de la sociedad representada en un entorno creado tecnológicamente: ilustran tanto los beneficios sociales de comunicación y conexión entre individuos.” (p.5)

El Sociólogo estadounidense Collins R denomina en su libro “cadena de rituales de interacción”, que nuestra vivencia y la interacción se ve impulsada por fuerzas comunes, afirma que las emociones es parte de la cultura y existe una energía emocional que se crea en cada relación social, Collins (2009)

Una teoría de los rituales de interacción (RI) y sus cadenas (CRI) es ante todo una teoría de las situaciones, de los encuentros temporales entre cuerpos humanos cargados de emociones y conciencia por efecto de las cadenas de encuentros vividas anteriormente. Al decir “actor social” o “individuo humano” significo un flujo casi-duradero y casi- transitorio en el espacio y el tiempo. (p. 18).

Define esta interacción como cadenas o rituales que van enlazando a las personas mediante episodios de su vida, y que todos estamos conectados mediante situaciones que pueden ser pequeñas o grandes al referirse a que el individualismo nace de tendencias sociales, culturales, religiosas y políticas.

Arrieta (2003) en su revista virtual expone, un hombre aislado no puede crecer como individuo, lo que nos lleva a conformar grupos en lugar de aislarnos. Por ejemplo, el nacimiento y la expansión de

las redes sociales a pesar de que nuestros avances científicos y tecnológicos han hecho que los seres humanos sean menos indispensables en nuestra vida. Arrieta (2023) Toma como referencia al filósofo Aristóteles con su frase: "El hombre es un ser social por naturaleza" (384-322, a. de C.) Haciendo referencia que todos los seres humanos estamos en constante interacción.

La autora Chadi (2007) califica las redes sociales como un vínculo notable e identifica aspectos importantes, afirma que, desde nuestro nacimiento y hasta la muerte, nos integramos a diversos grupos sociales, culturales y religiosos los cuales nos van modificando como persona al pasar del tiempo y de este modo vamos adquiriendo los rasgos de estos diversos grupos (p. 23–24) continúa agregando Chadi (2007): "Desde nuestro nacimiento hasta nuestra muerte, los seres humanos formamos parte de grupos sociales. Estos grupos se van modificando en extensión, calidad y cantidad, a medida que la vida transcurre" (p. 23).

Al estar relacionado socialmente no es meramente casual si no que ayuda al crecimiento personal de la persona, por lo que existe una conexión constante con los demás y no es casualidad ni se ignora en relación con la complejidad y singularidad de la evolución humana, finaliza la idea afirmando que la capacidad social es intrínseca a los seres humanos, no solo como una necesidad esencial de supervivencia, sino como un componente imprescindible para su desarrollo, la conexión con los demás es lo que hace posible el proyecto de vida. (Chadi, 2007)

En un artículo realizado por el autor James Robinson en la que estudia las obras de Wittgenstein y su enfoque con relación al lenguaje y la comunicación, Robinson (2011), afirma "Según él, el lenguaje, el pensamiento y la realidad tienen la misma forma lógica, de modo que el lenguaje y el pensamiento pueden "pintar" los hechos de la realidad." (p. 12).

La comunicación es fundamental para la sociedad, según lo autoras Vitores y Gil (2011) señalan “Quizás, bastaría con recordar que vivimos en una época que muchos han calificado como la era de la comunicación” (p. 11). Los autores confirman que todo esto relacionado ha confirmado que las comunicaciones han cambiado a las personas, su manera de compartir y de crear vínculos familiares y de amigos, continúa argumentando que la comunicación no es “un intercambio más o menos simple, de estímulos y respuestas” (pág. 12), sino que hay “procesos anteriores a la comunicación”(p. 12)

Según Lucas (2009) describe la comunicación personal como un proceso de ideas que intercambian, pero lo intermedia por lo que el refiere como comunicación social, al igual que lo hicimos al referirse a la comunicación social, debemos considerar la comunicación social como un proceso de ida y vuelta. La comunicación social es más que simplemente transmitir información a una gran cantidad de personas, en este caso pública y enfatiza que la comunicación es básicamente la relación y el dominio que tiene el emisor con el receptor, en la que el emisor es el principal componente de la comunicación. Se dirige a una audiencia que domina por lo que su motivación e información tendrían una respuesta inmediata. (p. 254)

Otro punto importante para las relaciones personales y la comunicación fue el inicio del internet, el cual dio un cambio significativo a la sociedad, Lucas (2009), plantea “En efecto, Internet ha revolucionado el uso de los ordenadores y las comunicaciones como ninguna otra innovación lo había hecho antes.” (p. 66), afirma en el texto, lo amplio que fue el impacto que logro conectar a las personas sin importar en qué lugar del planeta se encontraba, continua Lucas, (2009) “Internet es a la vez una ampliación de la capacidad de comunicación, un mecanismo de amplia transmisión de información y un método para la colaboración e interacción entre individuos y sus ordenadores, sin tener en cuenta su localización geográfica.” (p.66), por otro lado, el autor define el internet como creación cultural, Castells. M (2003) Afirma “Como toda tecnología, Internet es una creación cultural” (p. 3), continúa complementando, Castells (2003) “al ser una tecnología de comunicación interactiva con fuerte

capacidad de retroacción, los usos de internet se plasman en desarrollo como red y en el tipo de aplicaciones tecnológicas que van surgiendo.” (p. 3).

5.4 Percepciones

El Origen del concepto de la percepción desde una mirada histórica y a manera de Introducción; el concepto de percepción ha fascinado a filósofos y científicos desde la antigüedad. Varias escuelas de pensamiento han existido a lo largo de la historia estas han desarrollado diversas teorías para explicar la forma en que los seres humanos experimentamos el mundo a través de nuestros sentidos. Platón (428 a. C. - 348 a. C.) considera que la percepción era una copia imperfecta de la realidad verdadera, mientras que Aristóteles (384 a. C. - 322 a. C.) la veía como un proceso más activo en el que la mente interpreta la información sensorial.

Según Aronson, et al. (2013) la percepción es un proceso complejo y fascinante que implica la captura, interpretación y organización de la información sensorial. La 'teoría de la Gestalt', 'psicología cognitiva', 'neurociencia' han generado diferentes aportes teóricos y desde el empirismo hasta el constructivismo, se ha explorado las diversas las percepciones que intentan explicar cómo percibimos el mundo. (p. 23)

La percepción y el aporte que realiza el autor incluye que la exploración sobre la percepción es un campo sumamente amplio y de fuerte crecimiento que proporciona nuevos panoramas sobre cómo los sujetos experimentan el mundo. El estudio de la percepción tiene importante participación por parte de la psicología, la filosofía, la neurociencia y otras áreas del conocimiento. (Aronson, et al., 2013, p. 23)

5.5 Emociones

Otro factor importante a tener en cuenta en la investigación son las emociones, ya que estas mismas se han visto que impactan a todos los seres humanos de manera positiva o negativa, Palmero et al. (2006), expone: “La definición de la emoción es imprescindible en cualquier empresa científica que

pretenda comprender el funcionamiento de un proceso tan vital, aunque complejo, para la adaptación y supervivencia de cualquier organismo” (p. 3), el autor refiere que existe diversos temas en los que exponen su punto de vista con relación a las emociones, y que al pasar del tiempo cada época a definido las emociones.

Por otra parte, el autor Lazarus, (1999), define: “La emoción está vinculada a las variables de la persona, como los valores personales, sus objetivos, jerarquía de objetivos, sistemas de creencias y recursos personales, así como a los acontecimientos sociales (ambientales) de importancia.” (p. 99)

Además, el autor Rodriguez, (2013) define las emociones como:

La emoción, el afecto y la pasión, es lo que nos afecta, lo que nos arrastra en un momento determinado, llevándonos a cometer actos de los que después quizá nos arrepentimos. Se opone a la razón, pero si miramos el comportamiento humano atentamente llegaremos a la conclusión de que no existe acto, por muy racional que sea, totalmente carente de aspectos emocionales. (p. 351)

Leperski, Karl-Gustav (2017) señaló la definición de Paul Ekman donde mencionó en una investigación que existen seis emociones básicas que nos rigen como personas, las cuales son exclusivamente biológicas y hereditarias. En este sistema, el autor sostiene que todos los seres humanos tienen seis emociones básicas, independientemente de las raíces culturales, cuya expresión se refleja en el área facial. Las cuales son emociones básicas: alegría, tristeza, enojo, sorpresa, miedo y asco. (p.23).

Daniel Goleman define que la emoción nos permite lidiar con situaciones más difíciles presentes de la vida, Goleman (2022) afirma que cada emoción nos predispone de un modo diferente a la acción; cada una de ellas nos señala una dirección que, en el pasado, permitió resolver adecuadamente los innumerables desafíos a que se ha visto sometida la existencia humana.” (p. 13). Goleman define que nuestros genes definen el nivel de inteligencia emocional, indica que busca

nuestros objetivos comunes así entendernos con nuestro entorno y lograr así ser más empáticos y adaptivos en la sociedad, Goleman (2018):

La inteligencia emocional no significa dar rienda suelta a los sentimientos, sacando todo afuera por el contrario significa manejar los sentimientos de modo tal que expresarlos adecuadamente y con efectividad, permitiendo que las personas trabajen sin roces en busca de una meta común. (p.7)

5.6 Salud

La Organización Mundial de la Salud define la salud como un estado de completo bienestar social, mental y físico, no solo la falta de enfermedades o afecciones, El autor Alcántara realiza un artículo en el que define el término “salud”, según lo declarado por la Organización Mundial de la Salud, Alcántara, define:

La salud es un hecho social tanto material como inmaterial. Por lo tanto, se trata de un fenómeno multidimensional y multicausal que trasciende y desborda la competencia estrictamente médica, relacionándose además de la biología y la psicología, con la economía y la política, en tanto que es un asunto individual y colectivo al unísono. (p.14).

La salud abarca diversos ámbitos como la física, cuya principal función es el buen funcionamiento de nuestro cuerpo, el estar bien, sin molestia en todo nuestro cuerpo; seguida, la salud social, el buen manejo en relaciones afectivas con las personas que nos rodean a diario y el buen clima en la interacción social; y la salud mental, cuya principal función es la carencia de trastornos mentales, el uso correcto del estrés y de situaciones que se nos presentan diariamente y pueda enfrentarlo de la mejor manera para una correcta toma de decisiones.

Se puede destacar que las emociones tienen una gran influencia en la salud, puede afectar la misma, el autor Fernández (1994) describe “Las emociones no influyen en la salud a través de un único mecanismo, sino que pueden ejercer esta influencia de varias maneras distintas que, además, inciden en

diferentes momentos del proceso de enfermar.” (p.26), el autor define que las emociones negativas son unas de las principales causas para generar un riesgo de salud, continua Fernández (1994); “la vía de acción de las emociones sobre la salud más conocida es el Síndrome General de Adaptación descubierto por Hans, normalmente conocido como estrés” (p.27), este síndrome siendo crónico genera en la persona más riesgo de presentar alguna enfermedad, por lo que los efectos del estrés en los sistemas neuroendocrinos e inmunitarios no son un agente patógeno específico, sino un riesgo inespecífico que hace que las personas sean más susceptibles a las enfermedades en general, otro punto importante que señala el autor es que “los estados emocionales crónicos afectan a los hábitos de salud”, Fernández (1994) señala de este modo:

Se ha demostrado que parte de los efectos negativos que tiene el estrés sobre la salud proviene del hecho de que las personas sometidas a estrés, especialmente de tipo laboral, tienen unos hábitos de salud peores que las personas que no sufren estrés. (p.28).

En el libro “aplicando, la psicología social”, se habla acerca el estrés y como se ve relacionado por los intercambios sociales y culturales, el autor plantea que los trastornos asociados con el estrés durante un cambio cultural y la investigación en cuanto al apoyo social para enfrentar las tensiones diarias muestran claramente como los procesos sociales y culturales generan patrones de interacciones sociales que modifican nuestras respuestas biológicas hasta el punto de transformarlas en factores de riesgo para la salud. Hace referencia que las emociones tienen una gran relación con la salud debido afectando a todos los seres humanos en los aspectos de la vida cotidiana. (Labrador 2005)

5.7 Salud mental

La OMS (2022) determina la salud mental: “como un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad”.

Otro concepto es explicado por la revista World Psychiatry donde identifica la salud mental de la siguiente manera, Galderisi et al. (2015): “La salud mental es un estado dinámico de equilibrio interno que permite a los individuos utilizar sus capacidades en armonía con valores generales y de la sociedad.” (p 232).

En el año 1948 se realizó un congreso Internacional de Salud mental en Londres, donde se habla sobre higiene mental y finaliza con recomendaciones para la salud mental, de acuerdo con el autor Bertolote (2008) señaló la definición de Flugel (2019) como: “La salud mental es considerada como una condición que permite el desarrollo físico, intelectual y emocional óptimo de un individuo, en la medida que ello sea compatible con la de otros individuos.” (p. 114)

Otro concepto en la salud mental en la que se idéntica diversos factores que hacen parte importante con relación a la salud mental Gibezi (2015):

La salud mental se construye y está relacionada e influenciada por múltiples factores: sociales, económicos y culturales. Por este motivo la construcción de la salud requiere de la participación de múltiples actores no basta solo con las funciones que realiza el equipo de salud. (p. 1)

5.8 Bienestar

El bienestar es el estado que se alcanza cuando uno vive bien y se siente bien, es ese momento en que el ser humano se encuentra satisfecho con la vida (abarcando laboral, personal, lujos, entre otros), teniendo unas metas y propósitos, mostrando un equilibrio mental, físico, social entre otro; donde el sentirse en plenitud abarca confianza, positividad y pensamientos de crecimiento. El individuo al momento de presentar un bienestar muestra conductas de buenas relaciones interpersonales, rutinas saludables, actitudes positivas sobre las personas y los hechos diarios que se puedan presentar mostrando actos de generosidad. (Belica, 2021)

El bienestar se abarca desde varios aspectos: bienestar físico, buen estado físico, tiempo suficiente de descanso y buen estilo de vida saludable; bienestar social, cuya función principal es sanas y

provechosas relaciones con la comunidad; bienestar emocional, importante, es la capacidad de manejar las emociones propias y de los demás que nos rodean y expresarla de la mejor manera y, por último, el bienestar mental que se encarga de afrontar los retos que a diario se nos puedan presentar y darle soluciones desde la perseverancia y resiliencia. Si se une los aspectos mencionados, el individuo estará alcanzando el bienestar diario, ya que se va a sentir bien y en plenitud tanto en lo individual como en lo colectiva.

5.9 Actitud

Según el autor Sabater. J (1989) define: "término "actitud" para designar unos supuestos patrones disposicionales que influían en la percepción de las situaciones" (p. 159), continúa refiriéndose a la actitud desde la psicología donde hace referencia que son fundamentales para entender el comportamiento humano ya que esto afecta directamente las esferas sociales y la voluntad de libertad, las actitudes tienen un impacto importante en el comportamiento y las decisiones de las personas.

Finalmente, el autor Castro (2003), señala la definición de actitudes con diversos autores: Second y Backman (1964) definen la actitud como "la disposición permanente del sujeto para reaccionar ante determinados valores". Marín (1976) aporta otra perspectiva al afirmar que la que la actitud es el estado de ánimo duradera del individuo para responder a valores específicos. Este enfoque destaca la naturaleza permanente de la actitud en la configuración de las respuestas del sujeto. Alcántara (1988) amplía la comprensión de las actitudes al describirlas como disposiciones estables que afectan la valoración de uno mismo y de otros seres. Para él, las actitudes son manifestaciones de la influencia de los valores en el individuo, representando formas consistentes de reaccionar y actuar en concordancia con dichos valores.

5.10 Redes sociales

Los usuarios de las redes sociales pueden crear listas de contactos, compartir contenido y crear perfiles en las diversas plataformas, por lo que permiten la entrada y participación libre. Facebook,

Twitter, Google+ y Tuenti son los más conocidos. Además, la tendencia a la especialización ha llevado a la creación de redes sociales verticales, que agrupan a los usuarios en base a un tema específico. Como lo define Ellison (2008):

los sitios de redes sociales como servicios basados en la web que permiten a las personas construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema limitado, articular una lista de otros usuarios con quienes comparten una conexión y ver y recorrer su lista conexiones y las realizadas por otros dentro del sistema. La naturaleza y nomenclatura de estas conexiones pueden variar de un sitio a otro. (p. 211)

Continúan realizando una explicación acerca de las redes sociales y sus funciones principales, Ellison (2008) definen que: “Más allá de los perfiles, amigos, comentarios y mensajes privados, los SNS (Social Networking Sites), varían mucho en sus funciones y base de usuarios. Algunos tienen capacidades para compartir fotos o vídeos; otros tienen tecnología integrada de blogs y mensajería instantánea.” (p. 214).

Finalmente, Cornejo y Tapia (2011) afirman: “A mediados de esta década surge un nuevo fenómeno tecnológico y social: “las redes sociales”. Se definen como “formas de interacción social, como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad.” (p. 221)

5.11 Relación redes sociales y salud mental

Existe una gran relación frente al uso excesivo de Las redes sociales y el bienestar mental, ya que puede existir diversas situaciones que desarrollaren actitudes y emociones negativas, León (2023) afirma:

Un punto clave para esta investigación fue conocer los efectos de las redes sociales en la salud mental, donde el escaso descanso que los jóvenes hoy en día le dan a su cerebro genera cierta

preocupación ya que el uso en más de 4 horas de las redes sociales hace que el cerebro realice un proceso de información única o específica de un tema (p. 24)

Continúa agregando desde un contexto emocional, las consecuencias que se tiene el no dedicar tiempo suficiente para el descanso si no que esto puede evocar emociones personales, León (2023)

Por otra parte, en términos emocionales se determinó la desesperación y angustia como reacción clásica en la ausencia de un dispositivo móvil o de una conexión a internet lo cual genera en los jóvenes desesperación y angustia por no poder estar activos en las redes sociales. (P 24)

5.12 TikTok

TikTok, la versión internacional de la aplicación china Douyin; emergente como una popular plataforma de redes sociales para compartir videos cortos. El lanzamiento de TikTok a nivel internacional se dio en 2017 y fue fundada por la empresa ByteDance y la Fecha de lanzamiento en su país de origen China se dio en septiembre de 2016.

Realizando un rastreo de investigación actualmente frente al uso de la red social TikTok dentro del contexto de las actividades académicas de estudiantes universitarios; se encuentra una investigación adelantada en Colombia, donde el autor Gil et al. (2024) define:

En esta misma línea de la depresión y TikTok, los resultados arrojaron una similitud entre el descuido de la apariencia física y el deseo de aparentar quienes no son en la red social; es decir que quienes padecen de este síntoma de depresión por lo general pretenden crear una identidad falsa en redes sociales, especialmente la analizada en este estudio. (p. 11)

5.13 Rendimiento académico

El rendimiento académico es una estimación de las capacidades respondientes o indicativas que muestran lo que una persona ha aprendido durante un proceso de instrucción o capacitación (Pizarro, 1985). Desde el punto de vista de Martínez y Otero (2007), en su libro define que el rendimiento

académico es: “el producto que da el alumnado en los centros de enseñanza y que habitualmente se expresa a través de las calificaciones escolares” (p. 34). Por otra parte una investigación llevada a cabo en México se observa que los estilos de aprendizajes son muy importantes para el rendimiento académico, al mismo tiempo que existe diversos factores que influyen al rendimiento de los estudiantes, el autor por su parte García (2018) define: “El rendimiento académico depende en gran parte de la forma en la que se obtienen los resultados de los aprendizajes, estos resultados se logran en un periodo académico determinado, en los cuales se evalúa de manera cualitativa y cuantitativa para saber si se alcanzó los objetivos propuestos” (p. 224)

6 Objetivos

6.1 Objetivo general

Comprender las percepciones de tres estudiantes de psicología sobre el efecto que tiene el uso de la red social TikTok en su salud mental

6.2 Objetivos específicos

Analizar las percepciones sobre el impacto del uso de una red social como TikTok en la salud mental de tres estudiantes de psicología del primer semestre de la universidad UNIMINUTO.

Conocer las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre de la universidad UNIMINUTO sobre el uso de TikTok y la influencia en sus relaciones sociales.

Identificar el impacto del uso de TikTok con relación al rendimiento académico de tres estudiantes de psicología del primer semestre de la universidad UNIMINUTO.

7 Metodología

7.1 Tipo de investigación

Esta investigación se sustenta desde una postura epistemológica constructivista con un enfoque fenomenológico; y con un paradigma cualitativo, centrado en comprender las experiencias individuales y significados subjetivos donde se analizó las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre sobre el efecto de una red social como TikTok en su salud mental. Se usó como estrategia metodológica el estudio de caso Galeano (2004); para una comprensión profunda y detallada de las experiencias personales de los participantes. Es preciso mencionar que para esta investigación; la orientación de estudio es oportuna, y cumple con los intereses considerando que este instrumento respeta la historia de cada persona con sus vivencias y singularidades, permitiendo comprender la complejidad del caso y generar conocimiento contextualizado sobre la experiencia humana Galeano (2004).

Teniendo en cuenta que el origen del método de estudio de caso es un método que tiene una larga historia que se remonta a la Antigua Grecia. En los tiempos de Aristóteles se utilizaban casos particulares para ilustrar los principios generales y comprender mejor los fenómenos complejos de la época Galeano (2004). En el siglo XX, el estudio de caso se expandió a otras disciplinas, como la psicología y la educación, donde se utilizó para comprender el desarrollo individual y los procesos de aprendizaje. Hoy en día, el método de estudio de casos se utiliza en una amplia gama de disciplinas para comprender mejores fenómenos complejos y desarrollar soluciones prácticas a problemas reales. A lo largo de la historia, el método de estudio de caso se ha utilizado en diversos campos, entre ellos: Derecho, la sociología, la psicología y de más disciplinas de conocimiento Galeano (2004); en este orden de ideas y para dar cumplimiento a los objetivos de la investigación se opta por un enfoque cualitativo con la finalidad de expresar las opiniones, pensamientos, subjetividades de los problemas existentes entre los estudiantes en relación con la forma al cómo se interactúa con la red social TikTok y sus

percepciones. El estudio de caso es una valiosa herramienta para comprender mejor los fenómenos sociales; se intuye que al usar dicho instrumento nos permitirá analizar las percepciones de tres estudiantes de psicología sobre el efecto del uso de la red social TikTok en su salud mental. Los resultados de este estudio contribuirán a la comprensión del impacto de las redes sociales en la salud mental de los jóvenes, y posteriormente se puede utilizar dicho conocimiento para desarrollar estrategias de intervención y prevención para promover el uso saludable de estas tecnologías.

7.2 Método de investigación:

La estrategia metodológica utilizada en este estudio fue el estudio de caso; Según Eisenhardt (citado en Páramo, 2011). Es una estrategia de investigación orientada a comprender las dinámicas presentes en contextos singulares. Puede ser un caso en el que un individuo, familia, organización, comunidad, ciudad, cultura, grupo o fenómeno, que por sus características representa un desafío a explorar y se requiera comprender sus particularidades (p. 307) Puede ser un caso o varios casos, y combinarse con diferentes métodos.

El estudio de caso se eligió con el fin de ver cuál es el efecto de una red social como TikTok en la salud mental de los estudiantes de la universidad UNIMINUTO, del pregrado del 1er semestre de psicología, donde recolectar información directamente de los involucrados permitirá comprender e interpretar la dinámica relacionada con el uso de la plataforma.

7.3 Técnicas de recolección de la información:

La técnica de recolección de datos utilizada en esta investigación fue la entrevista; por tanto, la entrevista semiestructurada se orientó a un listado de preguntas, a través de una conversación entre dos personas. “El entrevistador recoge de su entrevistado la información que necesita; lo que le parece más adecuado resaltando las ideas fuerza de la conversación. La entrevista semiestructurada se utilizó como elemento guía que permite abordar puntos esenciales relacionados con el tema central de investigación” (Cifuentes, 2011, p.85).

7.4 Instrumento

El instrumento, siguiendo a Galeano (2004), se entiende como aquello que permite llevar a cabo el método y con lo que se recolecta información. En este caso se diseñó preliminarmente una matriz de rastreo, selección y sistematización en formato Excel, posterior a esto se realiza una matriz categorial.

7.5 Técnicas de recolección de la información:

Dentro del siguiente trabajo de investigación; se utilizó como técnica de recolección de la información la entrevista semiestructurada “esta técnica se basa en un guion de temas a tratar, a modo de carta de navegación que nos permite abordar puntos esenciales relacionados con el tema central de investigación” (Cifuentes, 2011, p.85). Se planteó un listado de 12 preguntas que sirvió de derrotero para la conversación entre el entrevistador y el entrevistado; proporcionando la recopilación ordenada de la información permitiendo a la vez abordar temas esenciales y conceptos abordados durante la investigación para cumplimiento a los objetivos trazados.

7.6 Participantes:

7.6.1 *Los criterios de inclusión*

-Estudiantes de primer semestre del programa de psicología de UNIMINUTO.

El participante debe tener 18 años.

-El participante debe contar celular Smartphone.

-El participante debe estar activo en la red social TikTok mínimo desde hace un mes.

7.6.2 *Criterios de Exclusión*

-No contar con celular Smartphone.

- Si el participante cuenta con una edad superior a 18 años no podrá participar.

- Ser estudiante de otros programas.

-No ser miembro activo de la red social TikTok.

7.7 Procedimiento y análisis de la información

Para un primer momento, se convocó a los estudiantes en el aula de clase en la universidad UNIMINUTO sede bello que pertenecieran al programa de Psicología que son estudiantes de primer semestre. Después, para un segundo momento, se citaron a los estudiantes para aplicar explicar la dinámica de la participación. Una vez dentro de la entrevista de ser socializo y se solicitó firma del consentimiento informado antes de la aplicación del instrumento metodológico.

8 Resultados y discusión

8.1 Influencia de la red social TikTok en la salud mental

En la primera categoría, que responde al primer objetivo específico el cual es investigar cómo tres estudiantes de psicología del primer semestre utilizan TikTok y cómo perciben su influencia en su salud mental. A continuación, se presentan los resultados que corresponden a esta primera parte de la investigación.

En un primer momento de la investigación se les realiza a los tres estudiantes del primer semestre de psicología diversas preguntas abiertas que respondan a la lógica de la entrevista semiestructurada donde plasman sus posturas, en cuanto a su impacto de la red social ya sea positivo como la existencia de una interacción interpersonal o negativo sintiéndose agobiados y no aceptarse como persona.

Lo anterior se observa en la entrevista realiza a P1 quien dice: “Bastantes aspectos, primero como beneficio comunicarnos como las personas, y distraernos y conocer lo que nos pasa, por otro lado, bueno siempre busca abrumarnos de mucha información y esto no genera beneficios positivos” (P1, 2024) en el que se refiere a la red social como una forma positiva de comunicarse con otras personas, además de distraer, pero finalmente P1 dice que el exceso de información es abrumante, lo que a su vez produce efectos negativos.

Por su parte P2 expresa: “Usar redes sociales es tener aprovechamiento de los medios en donde hay cierta interacción interpersonal, tanto directa como indirectamente.” (P2, 2024). P2 por su parte plasma su postura frente al significado de la red social TikTok como un medio de interacción, directo o indirectamente, como define Orihuela (2008): “La red se ha convertido en ese tercer lugar entre el mundo privado y el mundo público, en el que podemos reencontrarnos con viejas relaciones y seguir construyendo nuevos vínculos” (p.59), en la que hace referencia lo que nos indica P2 que de una manera u otra la interacción se da de una manera más concreta y se deja de lado el mundo privado y público.

Finalmente, de una manera similar responde P3 afirmando que el significado de las redes sociales es: “Compartir una parte de mi vida, con las personas que me siguen y están pendiente de mí” (P3, 2024).

Se puede observar la postura que el autor Orihuela (2008) plantea en su artículo en la que define: “las redes sociales en línea nos permiten conocer y eventualmente acceder a los contactos de nuestros amigos, así como descubrir a personas con intereses, objetivos o gustos afines” (p.58). Dándole un significado importante a las redes sociales en la que accedemos a los contactos de los amigos antiguos o brindando la posibilidad de nuevos contactos, y poder interactuar de manera activa con comentarios, mensajes privados y reacciones de emojis como lo expone Ellison (2008): “Más allá de los perfiles, amigos, comentarios y mensajes privados, los SNS varían mucho en sus funciones y base de usuarios. Algunos tienen capacidades para compartir fotos o vídeos; otros tienen tecnología integrada de blogs y mensajería instantánea.” (p. 214).

Un segundo elemento importante hace referencia al impacto que tiene el contenido de TikTok en los estudiantes entrevistados, P1 define: “Digamos normalmente yo utilizo bastante TikTok, no para ver video de belleza, pero si me parecen, te dicen que tienes que encajar en la sociedad, por eso genera muchas frustraciones, va a llegando el límite en el que no te aceptes como mujer.” (P1, 2024), P1 hace referencia que la red social TikTok le genera mucha frustración ya que la plataforma parece transmitir mensajes en la que se debe encajar de cierta manera en la sociedad, existiendo de este modo una presión social.

Ahora bien, en esta segunda pregunta del apartado uno, P2 responde: “Actualmente, no tiene ningún impacto negativo, considero que los influenciadores de la actualidad se han vuelto menos superficiales y promueven la belleza en lo diferente, eso me inspira. Sin embargo, los videos de moda y maquillaje me ayudan a experimentar con mi estilo y mi apariencia, no en el sentido de atentar en contra, sino buscando favorecer mis características físicas, o buscando una corriente que se asemeje

más a mi personalidad.” (P2, 2024) por el contrario a lo anterior P2 expresa que no ha sentido un impacto negativo en el uso de las redes sociales, ya que ha visualizado que los aspectos que P1 define como encajar P3 lo ve como una oportunidad para promover la belleza.

Finalmente, P3 en este apartado define: “Impacta de una manera negativa, porque en las redes sociales sobre en todo TikTok, se ven mujeres con cuerpo perfecto, vida perfecta, y me comparo con las demás es difícil no compararse porque estas consumiendo todo el tiempo esta red.” (P3, 2024), brindando una perspectiva similar a la P1.

En las entrevistas se logra identificar que predomina la presión social para así poder encajar y de este modo sentirse bien con su cuerpo y personalidad, las posturas de P1 y P3 sostienen una misma postura que en la que siente que la red social TikTok tiene un impacto negativo en la vida de las personas ya que existe una comparación entre personas que utilizan la red social. La anterior afirmación, se evidencia en el trabajo realizado por Prado y Arteaga (2021): “los resultados obtenidos en el estudio, la variable que ejerce la mayor presión social en los adolescentes estudiados, es la auto percepción que tienen de su imagen corporal” (p. 145).

Otro aspecto importante, para la categoría es de qué manera afecta la red social TikTok, P1 responde: “Me afecta de cierta manera de que no voy a tener una vida como me aparece allí, y no tener suficiente dinero para “ser feliz”, pensamiento sobre el estudio o lo que da plata, lo muestran tan perfecto y no es así, dudas acerca de que si estoy haciendo lo que me gusta.” (P1, 2024) dando su postura y hace referencia que su estado de ánimo se ve afectado por no tener la suficiente capacidad económica para tener una vida como la que se refleja en las redes sociales.

Por otro lado, P2 responde: “Me afecta, porque a veces veo gente muy productiva y exitosa, y yo sé que puedo llegar a ser así o mejor, pero no tengo la voluntad suficiente para muchas veces sacar mi potencial. Sin embargo, ver ese tipo de contenido no me hace infeliz, sino que me motiva a ir haciendo

pequeños cambios en mi día a día para lograr ser mi mejor versión.” (P2, 2024) refiere que, aunque si le afecta de una manera menos directa que P1, esto la motiva a continuar con actitud positiva.

P3 en esta pregunta relacionada con los efectos de la red social TikTok, responde: “Sí, tengo 25 años veo videos de niñas menores, que están con una vida resuelta, me comparo, me cuestiono que he hecho con mi vida. Me afecta ver esa realidad distorsionada que tiene TikTok” (P3, 2024).

A las tres estudiantes entrevistadas les afecta la influencia de la red social TikTok, más aún por el contenido que se encuentra en tendencia. Esto se ve reflejado en el siguiente concepto de salud mental, en la que se construye de acuerdo con la relación en influencia de diversos factores, Gibezi (2015) define:

La salud mental se construye y está relacionada e influenciada por múltiples factores: sociales, económicos y culturales. Por este motivo la construcción de la salud requiere de la participación de múltiples actores, no basta solo con las funciones que realiza el equipo de salud. (p. 1)

El último aspecto evaluado en este primer punto es tomado con relación si ha experimentado cambios en su estado de ánimo o niveles de estrés de acuerdo al uso de la red social TikTok, y que, si este afecta su estado de ánimo al finalizar el día, P1 responde: “Si, desde que inicio la pandemia hice colegio virtual, y fue la más utilizada la red social TikTok, siempre veía a los jóvenes de mi edad disfrutando y eso me daba ansiedad, la economía no me daba, salí al mundo y no me sentía en capacidad de comunicarme, ni hablar con las personas, todavía hay un conflicto entre la red social y yo.” (P1, 2024). Refiriéndose a que sintió la emoción de la ansiedad por comparaciones con otros jóvenes contemporáneos con la edad de P1.

Por otra parte, P2: Si he experimentado estados de ánimos y alto niveles de estrés relacionados con el uso de TikTok, especialmente durante la cuarentena (P2, 2024)

Continúa P3 afirmando: “Estrés no, pero cambios de ánimos si porque simplemente no me siento bien veo tipos de videos que no me ayudan mucho y cambia el ánimo.” (P3, 2024). Se observa

que P2 y P3 han sentido ánimos según el uso de la red social, pero tienen diferencia en su percepción frente al nivel de estrés. Según lo visto P3 no identifica que la red social TikTok le genere estrés, en cambio P2 sí ha experimentado niveles superiores de estrés.

Este apartado es confirmado de acuerdo con la siguiente revista publicada por Echeburúa, (2018) en la que define: “el abuso de las redes sociales virtuales puede facilitar el aislamiento, el bajo rendimiento, el desinterés por otros temas, los trastornos de conducta y el quebranto económico (los videojuegos), así como el sedentarismo y la obesidad.” (p. 3)

Haciendo referencia que las redes sociales pueden generar diversas emociones que afectan el comportamiento de las personas, cambiando de este modo su estado de ánimo.

8.2 Impacto del uso de una red social como TikTok.

Este segundo apartado responde al objetivo analizar el impacto del uso de una red social como TikTok en la salud mental de tres estudiantes de psicología del primer semestre, en la entrevista se logra identificar que los participantes comparten la misma sensación en la que observan que la red social TikTok impacta en su estado de ánimo, señalan que esto es de acuerdo a todo el tiempo dedicado y el uso que le dan para su entrenamiento. Por ejemplo, P1 (2024) afirma:

Yo creería que sí, tengo límite de tiempo en mi TikTok, pasaba muchas veces 4 horas y veo videos innecesarios, no estoy llenando mi cerebro de conocimiento, al final del día el algoritmo a veces me aparece videos tristes entonces me voy a acostar triste.

Lo que se puede observar de la respuesta de P1 refleja el impacto que tiene en la vida diaria y el contenido consumido en la cual puede tener un efecto emocional negativo, ya que menciona que el algoritmo le muestra videos tristes y esto altera su estado de ánimo antes de irse a dormir.

Por su parte P2 afirma que las redes sociales en general tienen un impacto en el estado de ánimo, señalando que el uso excesivo genera estados emocionales negativos en la persona al igual que

dedicar muchas horas en las redes sociales sin encontrarle sentido o lo que P2 refiere como “tiempo vacío o muerto”:

El tiempo dedicado a cualquier red social sí impacta el estado de ánimo. Para mí, el tiempo que se consume en redes sociales es tiempo vacío, o muerto, si se utiliza para cosas que no alimenten la mente. Igualmente, es muy entendible que la mente quiera descansar cierto tiempo, y por eso desperdiciemos tantas horas en redes sociales, pero el uso excesivo si incrementa un mal temperamento y agotamiento en las personas. (P2, 2024)

Por último P3, afirma que desde el inicio que comienza a ver video siente una afectación en su estado animo: “No me impacta al finalizar el día, si no en el mismo momento que veo el video o me hace sentir algo el video.” (P3, 2024)

Todo esto lo afirma Navarrete en la cual afirma: “En cuanto a los síntomas de la adicción a las redes sociales, los estudios encontrados realzan seis síntomas: preferencia online de interacción social con el objetivo final de regular el estado de ánimo” (como se citó en Lee et al., 2012). En la cual identifica seis síntomas los cuales son, continua Navarrete (2018):

Pérdida de control, entendida como la incapacidad de controlar el tiempo gastado en las redes sociales; síntomas de abstinencia (ansiedad, depresión e irritabilidad) ante la imposibilidad temporal de acceder a las redes sociales; recaídas al intentar reducir el uso de las redes sociales; tolerancia (es decir, la necesidad creciente de aumentar el tiempo de conexión para sentir-se satisfecho), y prioridad (en inglés salience) cognitiva o de comportamiento (p. 264)

El siguiente aspecto evaluado a los participantes es acerca de sus percepciones en su comportamiento si ha cambiado desde el uso de la red social TikTok, por lo que P1 Y P3 hacen referencia que, si han sentido cambios en su comportamiento que antes no habían sentido, por su parte P2 identifica que no ha sentido esta misma percepción debido a que no utiliza con tanta frecuencia la red social TikTok, P1 argumenta en la respuesta:

Si, desde que empecé a utilizar la red social había cambios físicos y emocionales, era más cerrada, yo no me sentía segura, ahora soy una persona de poco explicar lo que se siente, esto ha generado que cambie emocional y físicamente. (P1, 2024)

En el párrafo expuesto por la participante P1 identifica que ha sentido cambio emocionales y físicos en su ser y que esto le ha dificultado la comunicación. El siguiente texto explica la siguiente síntesis relacionada a la respuesta de P1, (Viñas Poch, 2009, como se citó Cornejo y Tapia, 2011): “encontró en su estudio con adolescentes que usan Internet, un perfil de personalidad caracterizado por predominio de emociones negativas, introversión, inestabilidad emocional, poca amabilidad y pesimismo, sentimientos de desesperanza.” (p. 227)

Por su parte P2, realiza una afirmación contraria en la que otras redes sociales si ha percibido que ha cambiado su comportamiento, más que la red social TikTok. P2 afirma: “No, no utilizo mucho TikTok. Si hablamos de redes sociales como Twitter o como Instagram, tal vez sí.”

Por último, la respuesta de P3, nos da un panorama desde el inicio de la búsqueda de la aplicación, en la que observa que toda la interacción que se vive cuando se comienza con la aplicación y posteriormente con la búsqueda, P3 afirma:

Si, de hecho, yo antes no utilizaba TikTok, no lo tenía en el celular, cuando empecé a utilizarlo comencé a hacer videos, seguir personas que hicieran los videos que yo quería, comencé a consumir lo mismo que quería hacer, comencé a ver videos, hacer trasmisiones, pero es algo muy fuerte emocionalmente. (P3, 2024)

Inicialmente, se observa que P3 no conocía el impacto de la red social, luego descubrió la interacción que tenía dentro de la aplicación, las trasmisiones y querer ser parte de este grupo que se encontraba creando contenido para la sociedad que lo sigue.

Como se expone en la siguiente cita, con relación al tema de la presente investigación, Cornejo y Tapia (2011) afirman:

Estas “nuevas interacciones o relaciones sociales”, generan preocupación e incertidumbre acerca de las consecuencias e impacto que pueden tener en las subjetividades y en la socialización de niños y jóvenes fundamentalmente, ya que éstos han crecido con las nuevas tecnologías incorporándolas con naturalidad a la vida diaria, a diferencia de las generaciones de mayor edad. (p. 221)

En este orden de ideas la siguiente pregunta que abarca el proyecto es acerca de los cambios que han sentido los estudiantes en la interacción de la red social TikTok. De esta manera P1 responde: “Los cambios son bastantes notorios, las reuniones familiares la mayoría del tiempo estoy conectada, eso consume, porque no tuviste tiempo de compartir con la familia, y solo tu solo consumes video y video, y no disfrutas.” (P2, 2024) refiriéndose que el tiempo dedicado a la red social es mayor al del compartir con la familia, ya que, aunque no es parte de las interacciones que hay en su familia.

Por su parte P2 tiene una respuesta un poco más interactiva en la que incluye en las conversaciones familiares los momentos vividos en la red social TikTok, P2: “El único cambio notable, para mí, ha sido que, en las charlas informales entre mi familia y amigos, siempre se hace algún tipo de mención a una noticia vista por TikTok, o a alguna tendencia.” (P2, 2024)

Por último, P3, refiere que no ha presentado cambios significativos debido a que identifica los momentos de compartir y esto ha logrado que no afecte su comportamiento, P3 afirma: “No muchos cambios, cuando estoy con mis amigos y familia no suelo estar pendiente al celular, no me ha afectado el uso de TikTok en mi comportamiento.” (P3, 2024)

La respuesta de esta categoría de los participantes P2 y P3, se observa que existe una relación referente al estudio realizado en Lima, Ikemiyashiro (2017):

Sin importar el nivel de adicción a las redes sociales bajo, medio o alto, lo que indica que lo más probable es que los participantes de la investigación continúen y mantengan sus habilidades sociales a un nivel adecuado. (p. 36)

Donde se refiere que el uso de las redes sociales no afecta necesariamente de manera negativa las relaciones sociales, independiente a su nivel de adicción, pero el impacto de las redes sociales puede variar según las circunstancias personales y el contexto donde se desarrolla.

De igual forma evaluó el aspecto de identificación de la relación de la red social TikTok con la salud mental, en la que cada participante da su punto de vista, pero relaciona que se han sentido emociones negativas y positivas. P1, expresa:

Mi relación con TikTok es amor y odio, pero sabemos que en esta red social la gente es más reconocida y no aporta todo, TikTok tiene y entretiene más a la gente más que Facebook e Instagram y TikTok es más fácil de conseguir amigos y link, es lo que más importa. (P1, 2024).

En relación con este tema P2 responde, como la red social pudo generar un trastorno en su salud en la etapa de la adolescencia debido a la comparación con otras personas, P2 afirma:

En cuarentena, incrementó mucho mi ansiedad, ya que me aparecían muchos videos de personas que promovían los trastornos de conducta alimenticia y las autolesiones. Mencionaban muchas cosas con las que me sentí identificada y comencé a practicar lo que veía en la red social. Creo que, por eso mismo, ya no la utilizo. A comparación de las otras redes sociales, mi experiencia con TikTok fue muy mala, para mí, fue uno de los factores para haber tenido un cuadro depresivo tan grande cuando entré en la adolescencia.

Finalmente, P3 refiere que, aunque utiliza la red social para entrenarse y divertirse eventualmente se siente atrapada y al dedicar tanto tiempo siente que esto no le aporta a su ser sin tener un beneficio real. P3 responde:

Tiktok me divierte paso el rato, me parece entretenido, sin embargo, a veces me siento enfrascada, absorbe demasiado, cuando menos pienso pasa dos horas y después me doy cuenta que no he hecho nada. Me entretiene, pero acepto que es una relación toxica, es decir consume mucho tiempo y no me aporta, antes me hace sentir mal.

Este aspecto es afirmado por la investigación realizada por León (2023) donde afirma: “Dentro de los factores psicológicos negativos a los cuales se han asociado el uso de las redes sociales apunta a la insatisfacción corporal, algunos trastornos emocionales, el ciberbullying y en algunos casos las adicciones.” (p. 15)

Otro punto que afirma las respuestas dada por los participantes es la facilidad con que se encuentra la interacción de la persona con referencia a las redes sociales, Mendoza (2020)

Estos resultados demuestran que el teléfono móvil se ha vuelto en un dispositivo digital de mayor importancia en la vida cotidiana de los estudiantes, esto se explica porque con el celular se accede más rápido a Internet y es de fácil manejo, así mismo se puede acceder a internet desde cualquier lugar, incluso cuando se está camino a algún lugar. (p. 41)

Este fragmento de cita resalta que el móvil se ha convertido en un dispositivo importante en la vida cotidianidad de los estudiantes. Esto se debe al fácil acceso al Internet, fácil de manejar y permite la conexión a las redes sociales desde cualquier lugar, incluso en movimiento.

8.3 Impacto en el rendimiento académico.

Este último apartado da cuenta de la categoría tres y tiene como objetivo identificar el impacto del uso de TikTok con relación al rendimiento académico de tres estudiantes de psicología del primer semestre de la universidad UNIMINUTO. En la lectura de los testimonios de este apartado se identificó que los participantes dedican tiempo en las redes sociales y muchas veces descuidan sus deberes académicos afectando así su rendimiento académico, por otra parte, se usa de forma investigativa, ya que indican que hay mucha información útil para sus estudios.

Este primer apartado de la categoría se centrará en las respuestas de los estudiantes acerca de que si el tiempo dedicado a TikTok influye en su capacidad para concentrarse en sus estudios y tareas académicas.

Los tres participantes he de afirmar que el uso de la red social TikTok si influye en la capacidad de concentrarse y esto impide que puedan cumplir con su tarea académica, P1: “Sí, yo personalmente a veces tengo que hacer trabajos importantes y el tiempo que pude dedicar a la tarea, lo utilizo viendo TikTok, y pierdo mi tiempo porque no aporta nada positivo para mi vida” (P1, 2024)

En cuanto a P2, identifica que muchas veces afecta el manejo del tiempo por lo que pierde la concentración: “Sí, a veces para descansar, veo TikTok, y eso genera que muchas veces pierda el impulso para continuar mis responsabilidades” (P2, 2024)

Por último, la respuesta de P3 que no se encuentra alejada de la respuesta de P1 y P2, y deduce que también se ve afectado su tiempo frente a los deberes académico, P3: “Si, antes de empezar a realizar un trabajo entro a TikTok y pasa mucho tiempo y eso afecta la capacidad de concentrarse, realizar tareas, trabajos, estudiar para exámenes” (P3, 2024)

Este aspecto se confirma de acuerdo con la investigación realizada (Arab & Díaz, 2015) como se citó en Espinoza et al. 2018): “Además, existe el riesgo de desarrollar dependencia a estos tipos de medios; su consumo desmedido provoca aislamiento, ansiedad, baja autoestima, pérdida de control por parte del usuario y bajo rendimiento académico” (p. 42)

El segundo aspecto evaluado, habla acerca del impacto que ha tenido las redes sociales en el rendimiento académico, la cual sienten que han experimentados una gran variedad de situaciones desde sentimientos y emociones negativas.

Por ejemplo, P1 (2022) afirma P1: En mi rendimiento académico si estaba como muy desconcentrada, de hecho, siempre en clases veía video, porque el cerebro genera como una ansiedad y estoy tratando de concentrarme en lo que es necesario.

Lo que puede apreciarse en este fragmento es que la participante expresa sentir síntomas de ansiedad y esto dificultad la concentración y disminuye su rendimiento académico. El autor identifica las

reacciones que se pueden vivenciar frente a esta situación, García (2015) explica: “Se encontró que cuando vivencian reacciones emocionales negativas en las redes sociales se presentan reacciones fisiológicas tales como temblor, sudoración, y aumento del pulso cardiaco” (p. 25).

A continuación, P2 refiere: “Yo personalmente, no culpo a TikTok de mi rendimiento académico. De hecho, a veces lo utilizo como material de estudio.” (P2. 2024) Esta respuesta refiere que P2 no responsabiliza a la red social TikTok por su desempeño escolar, si no que ocasionalmente lo utiliza como recurso de estudio, al igual como se describirá en el siguiente párrafo con la respuesta de P3.

Teniendo en cuenta el párrafo anterior se observa que P3, identifica que, si utiliza de manera adecuada la red social TikTok, ya que podría ser un complemento útil para brindar información de interés para la investigación y el conocimiento de temas sociales, P3 responde: “He intentado sacarle el lado bueno a TikTok, a veces lo utilizo como un medio de investigación, me informo de cosas que pasan socialmente, noticias, entre otros; si uno lo sabe manejar puede ser complemento.” (P3, 2024).

El uso informal de la red social TikTok por medio de celular sin fin académico se ha convertido en un distractor del proceso académico, afectando el rendimiento académico Sosa et al. (2022) define:

Cuando el uso de estas redes es informal, alejado de las normas, cumplen más bien un rol distractor respecto a la ocupación principal, el aprendizaje, y el rendimiento se ve afectado, tal cual es el resultado del presente estudio, donde existe una correlación estadística en sentido negativo (p. 150)

Para finalizar este apartado, de acuerdo con la información suministrada por tres estudiantes del primer semestre de psicología, se halló en el desarrollo de este apartado, los efectos y las implicaciones que tiene el uso excesivo de la red social, en su vida persona y académico, generándole emociones negativas por la necesidad de estar conectar al igual el estar realizándose comparaciones de manera física y económica.

9 Conclusión

En conclusión, sin duda, este estudio representa un valioso aporte al entendimiento de cómo el uso de plataformas como TikTok influye en la salud mental de los jóvenes universitarios, al examinar las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre, hemos obtenido una visión detallada de cómo estas dinámicas digitales afectan su bienestar psicológico, los resultados obtenidos subrayan la complejidad inherente a la relación entre las redes sociales y el bienestar emocional, evidenciando tanto aspectos positivos como negativos

Es fundamental reconocer que TikTok y otras redes sociales pueden tener un impacto significativo en la salud mental de los jóvenes, por un lado, estas plataformas ofrecen oportunidades de expresión, conexión social y entretenimiento, lo cual puede contribuir positivamente a la vida de los usuarios. Sin embargo, también es importante reconocer los riesgos asociados, como el aumento de la ansiedad, la baja autoestima y la adicción digital.

En este sentido, el estudio destaca la necesidad de abordar este tema de manera integral. Es crucial promover la educación y la conciencia sobre cómo utilizar TikTok de manera saludable y responsable. Esto implica no solo enseñar habilidades para regular el tiempo de pantalla y manejar la presión social en línea, sino también fomentar una cultura de autocuidado y autoconocimiento entre los jóvenes.

Es esencial implementar medidas de apoyo psicológico para aquellos estudiantes que experimenten efectos negativos en su salud mental debido al uso de TikTok u otras redes sociales. Esto puede incluir servicios de asesoramiento, grupos de apoyo y recursos en línea específicamente diseñados para abordar los desafíos relacionados con la vida digital.

En última instancia, este estudio contribuye de manera significativa al campo de la psicología al ampliar nuestra comprensión de cómo las redes sociales afectan la salud mental de los jóvenes. No obstante, también señala la necesidad de continuar investigando en este ámbito y desarrollar

intervenciones efectivas para promover el bienestar emocional de la población universitaria. Estas futuras investigaciones podrían explorar en mayor profundidad los mecanismos subyacentes detrás de los efectos de las redes sociales en la salud mental, así como evaluar la eficacia de diversas estrategias de intervención.

A partir de la información aportada sobre la influencia de la red social TikTok en la salud mental se pueden extraer varias conclusiones importantes del proyecto de investigación: -Percepciones encontradas sobre TikTok: Los estudiantes entrevistados tienen percepciones encontradas sobre TikTok. -Impacto en el rendimiento académico: Los estudiantes reconocen que el uso de TikTok puede afectar su rendimiento académico al distraerlos de sus tareas y estudios. -Impacto en la Salud Mental: La mayoría de los estudiantes reconocen que TikTok puede afectar su salud mental, ya sea generando ansiedad, estrés o efecto su autoestima.

Referencias

Adriano, L. (2023). las redes sociales y su efecto en la salud mental en universitarios de la ciudad de Ambato. Repositorio.

<https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/6014/1/LEON%20PAREDES%20ADRIANO%20FRANCISCO.pdf>

Arab, E., y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales. Revista Médica Clínica Las Condes, 26(1) Recuperado de <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-impacto-las-redes-sociales-e-S0716864015000048>

Castells, M. (2003). Internet, libertad y sociedad: una perspectiva analítica. Elibro.net. <https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/11737>

Cornejo, M. y Tapia, M. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. Redalyc. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920010.pdf>

Echeburúa, E. (2020). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. (pp. 91-95). Redalyc. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>

Ellison, N. (2008). Social Network sites: Definition, History and Scholarship. Wiley only library. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

Fernandez, E. y Jimenez, M (2010). Psicología de la emoción. Books.

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=-2-UDAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA17&dq=emociones+psicolog%C3%ADa+cognitiva&ots=evK0kICvqK&sig=li-XLUXPqYt17UZVi2bdX6BPtrQ#v=onepage&q=emociones%20psicolog%C3%ADa%20cognitiva&f=false>

García, L. (2015). Tiempos Modernos: Redes Sociales y Ansiedad. Intellectum.

<https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/27727/Laura%20Vanessa%20Garc%C3%ADa%20Gualdr%C3%B3n%20%28Tesis%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ikemiyashiro, J. (2017). Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana. Repositorio.

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d9c91da3-b9f8-4ddc-8865-0be8a812129b/content>

López, A. (14 de abril de 2021). La revolución silenciosa de Johannes Gutenberg con el invento de la imprenta. https://elpais.com/cultura/2021-04-14/la-revolucion-silenciosa-de-johannes-gutenberg-con-el-invento-de-la-imprenta.html?event=go&event_log=go&prod=REGCRARTCULT&o=cerrcult

Lucas, A. (2009). La nueva comunicación. Elibro.net.

<https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/34391>

Navarrete, D., Castel, S., Romanos, B. y Bruna, I. (2018). Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica. Universidad Veracruzana.

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

Orihuela, J. (2008). Internet: la hora de las redes sociales. dadun.

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

Prado, J. y Arteaga, F. Relación de la presión social con la percepción de la imagen corporal y las características sociodemográficas en adolescentes. Impetus.

<https://revistas.unillanos.edu.co/index.php/impetus/article/view/418/383>

Rodríguez, C. (2013). ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones.

Psicoterapiarelacional.

[https://www.psicoterapiarelacional.com/Portals/0/eJournalCeIR/V7N2_2013/10-Rodriguez-](https://www.psicoterapiarelacional.com/Portals/0/eJournalCeIR/V7N2_2013/10-Rodriguez-Sutil_Que-es-una-emocion_CeIR_V7N2.pdf)

[Sutil_Que-es-una-emocion_CeIR_V7N2.pdf](https://www.psicoterapiarelacional.com/Portals/0/eJournalCeIR/V7N2_2013/10-Rodriguez-Sutil_Que-es-una-emocion_CeIR_V7N2.pdf)

Sosa, F., Vilca, H., y Mamani, Y. (2022). Redes sociales y su relación con el nivel de rendimiento académico en estudiantes universitarios de educación de la región andina de Perú. Encuentros.

<https://encuentros.unermb.web.ve/index.php/encuentros/article/view/266/244>

Wendy Natali Concha, W., Domínguez, M., Maya, M. y Torres, E. (2018). Redes sociales: su influencia en la personalidad y en las relaciones sociales de estudiantes. *Psicoeducativa*.

<https://psicoeducativa.edusol.info/index.php/rpsicoedu/article/view/83/242>

10.1 Tabla 1. Matriz categorial

Objetivos específicos	Categorías	Preguntas
<p>Investigar cómo tres estudiantes de psicología del primer semestre utilizan TikTok y cómo perciben su influencia en su salud mental.</p>	<p>Influencia de la red social TikTok en la salud mental</p>	<p>1.- ¿Qué significa para ustedes usar redes sociales? 2.- ¿Cómo impacta el contenido de TikTok (videos de belleza, moda, baile, etc.) en su autopercepción y satisfacción con su cuerpo? 3.- ¿Considera que le afecta el contenido de TikTok, que a menudo presenta imágenes idealizadas de la vida, sobre su propio éxito, felicidad y salud mental? 4.- ¿Han experimentado cambios en su estado de ánimo o niveles de estrés relacionados con el uso de TikTok?</p>
<p>Analizar el impacto del uso de una red social como TikTok en la salud mental de tres estudiantes de psicología del primer semestre.</p>	<p>Impacto del uso de una red social como TikTok.</p>	<p>1.- ¿Consideras que el tiempo dedicado al uso del TikTok en diversas horas del día impacta en estado de ánimo al finalizar el día? 2.- ¿Percibe que su comportamiento ha cambiado desde que empezó a utilizar la red social TikTok? 3.- ¿Cuáles son los principales cambios que usted ha notado al interactuar en los vínculos familiares y sociales desde que empezó a utilizar la red social TikTok? 4.- ¿Cómo describes tu experiencia con la red social TikTok en relación a tu salud mental en comparación a otras redes sociales?</p>
<p>Identificar el impacto del uso de TikTok con relación al rendimiento académico de tres</p>	<p>Impacto de la red social TikTok en el rendimiento académico.</p>	<p>1.- ¿Consideran que el tiempo dedicado a TikTok influye en su capacidad para</p>

<p>estudiantes de psicología del primer semestre de la universidad UNIMINUTO.</p>		<p>concentrarse en sus estudios y tareas académicas?</p> <p>2.- ¿Qué estrategias utilizas para gestionar el tiempo uso de TikTok?</p> <p>3.- ¿Crees que existe relación entre el tiempo dedicado a TikTok y tu desempeño académico?</p> <p>4.- ¿Qué impacto ha tenido el uso de TikTok en su rendimiento académico?</p>
---	--	---

10.2 Fragmento del consentimiento informado

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Pregrado en Psicología

Las percepciones de tres estudiantes de psicología del primer semestre sobre el efecto del uso de una red social como Tik Tok en su salud mental

Formato de Consentimiento Informado

Medellin, abril __23__ de 2024

Propósito del Proyecto:

Este trabajo de grado tiene por objetivo Comprender las percepciones de tres estudiantes de psicología sobre el efecto que tiene el uso de la red social Tik Tok en su salud mental, con tres jóvenes universitarios, pertenecientes al primer semestre de psicología de la universidad Minuto de Dios.

¿Qué se hará?:

Si usted decide colaborar en la investigación se diseñará un formato de check list que nos permitirá verificar la continuidad en el proceso, posteriormente se desarrollará una entrevista semiestructurada la cual será aplicada, en donde se abordan temas sobre la influencia de la red social Tik Tok, su impacto, y el rendimiento académico y cómo impacta su uso en la salud mental. Debe tener en cuenta que dicha entrevista será grabada en forma de audio y se tomarán apuntes pertinentes con el fin de obtener una información más precisa a la hora de realizar los análisis de esta misma.

A. Riesgos: Riesgo mínimo, ya que la participación implica compartir información personal y podría

10.3 Fragmento de la matriz selección del material

Libro (1) - Excel (Error de activación de productos)

Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

Calibri 12 A A Ajustar texto General

Pegar Fuente Alineación Número Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

Ficha bibliográfica de antecedentes de investigación						
N.	Título artículo	Autores	Año	Enfoque	Resumen	URL
1	Revista - Adicción a las redes sociales ¿una nueva epidemia?	Alejandra Vargas Morera	2018		Estar ausente de las redes sociales aunque sea por cortos periodos conduce a síntomas clásicos de abstinencia, como el ansia de conectarse en línea al menos tres veces al día, aburrimiento y cambios de humor	https://www.scidev.net/america-latina/news/adiccion-a-las-redes-sociales-una-nueva-epidemia/
2	Revisión documental sobre el uso del Facebook y la autoestima de adolescentes en países latinoamericanos de habla hispana entre los años 2008 y el 2019.	Eliana Barrera Mazo Rubén Darío González Monsalve Jazmín Ximena Vásquez Rodríguez	2020	cualitativo	En el presente trabajo se examinan investigaciones relacionadas con el uso del Facebook y la autoestima de los adolescentes, desarrolladas en países latinoamericanos entre los años 2008 y 2019, teniendo en cuenta, los autores, el año en el que fue publicado, título, ubicación (dónde se realizó el estudio), temas centrales, subtemas, autores del marco, resultados, conclusiones, instrumento y alcance/método/diseño. Con estas condiciones mencionadas en el momento de la búsqueda, se logró clasificar las investigaciones relevantes para tener un acercamiento a las mismas, así, permitir que estas proporcionen herramientas para responder a la pregunta de investigación.	https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/14723/1/TP_VasquezJazmin-BarreraLudis-GonzalezRuben_2020
4	Redes sociales: su influencia en la				El presente artículo se enfocó en la búsqueda de información sobre el uso constante de las redes sociales en jóvenes universitarios, concretamente en Facebook. La finalidad del trabajo fue identificar cual es la relación entre el uso excesivo de Facebook y la formación de la personalidad de los jóvenes. Para ello se encuestó a 25 estudiantes entre 18 y 22 años de edad en la facultad de estudios superiores	https://osicoeducativa.edusol.info/inde

Hoja1