



Afectación en los estados emocionales de adolescentes por identificación, al usar la red social Instagram, Revisión Bibliográfica de textos latinoamericanos- Incluyendo España (2016-2024)

María Alejandra Aguirre Betancur
Iván Darío Mejía Montoya

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Centro Universitario Bello (Antioquia)

Programa Especialización en Familia, Infancia y Adolescencia

octubre de 2024

Afectación en los estados emocionales de adolescentes por identificación, al usar la red social Instagram, Revisión Bibliográfica de textos latinoamericanos-Incluyendo España (2016-2024)

Maria Alejandra Aguirre Betancur
Iván Darío Mejía Montoya

Monografía presentada como requisito para optar al título de Especialista en Familia,
Infancia y Adolescencia

Asesor(a)

Luis Fernando Mejía Quiros

Magister en Intervención Social

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Centro Universitario Bello (Antioquia)

Programa Especialización en Familia, Infancia y Adolescencia

octubre de 2024

Dedicatoria

A mis padres,
quienes, con su apoyo incondicional,
amor inagotable y sabias enseñanzas
han sido la luz en mi camino.
Este logro es tan mío como de ustedes.
Gracias por creer y confiar en mí siempre

Maria Alejandra Aguirre

A mi esposa e hija,
quienes, con su compañía,
me aportan sabiduría e inspiración,
para avanzar en mi proyecto de vida.

Iván Darío Mejía

Agradecimientos

A los docentes que han contribuido a nuestra formación profesional y personal, además de haber generado en nosotros ansias de conocimiento, actualización e innovación constante para tener bases más establecidas y con sustento teórico para un que hacer más idóneo y humano, lo que facilitará el acercamiento a las familias que tengamos la oportunidad y el gusto de asesorar.

A nuestras familias que, con su acompañamiento y apoyo, han permitido un crecimiento intelectual y profesional; que será proyectado a la sociedad en general, a través de nuestro ejercicio laboral.

Contenido

Agradecimientos.....	4
Contenido.....	5
Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción.....	8
Planteamiento del Problema.....	12
Justificación.....	20
Marco Conceptual Teórico.....	22
Pregunta y objetivos de investigación.....	29
Metodología.....	30
Diseño Metodológico.....	30
Método de Análisis.....	30
Técnica de recolección de datos.....	31
Criterios de inclusión.....	32
Procedimiento de la investigación.....	32
Consideraciones Éticas.....	34
Resultados y discusión.....	35
Conclusiones.....	38
Referencias.....	44

Resumen

El presente ejercicio de investigación presenta como propósito describir la afectación en los estados emocionales de adolescentes, por identificación, al usar la red social Instagram, según la revisión Bibliográfica de textos latinoamericanos- Incluyendo España entre los años 2016 al 2024.

La metodología aplicada es de tipo descriptivo y hermenéutico, debido a que tiende a la interpretación, para lo cual se realizó búsqueda intensiva y recolección de información en diferentes bases de datos académicas reconocidas, considerando aspectos importantes como el ciclo vital, Instagram, identificación y emociones. Los resultados muestran, que las afectaciones emocionales de la red social Instagram en adolescentes, se encuentra asociada a factores tanto positivos como negativos ante la identificación ; puede ser positiva para el bienestar emocional y desarrollo psíquico de los adolescentes, si se usa como herramienta tecnológica para acceder a información y establecer relaciones sociales, pero también puede ser negativa porque promueve contenido fundamentado en el consumismo, con contenido manipulado e idealizado acerca de estilos de vida e imagen corporal que no siempre son posibles de alcanzar; este tipo de contenido puede distorsionar la percepción de la realidad, detonando frustración, depresión y ansiedad.

Palabras clave: *Redes sociales, identificación, adolescencia, emociones.*

Abstract

This research exercise has the purpose of describing how social media, specifically Instagram, affects teenagers emotionally.

The methodology applied is descriptive and hermeneutic, due to the fact that it is open to interpretation, which is why there was an extensive search and gathering of information in various renowned academic databases, considering important aspects such as vital cycle, Instagram, identification and emotions. The results show that the emotional effects of Instagram, a social media platform, is associated with both positive and negative factors in the identification process; it can be positive for the emotional well being and the psychological development of teenagers if it's used as a technological tool to access information and establish social relationships, but it can also be negative because it promotes content based on consumerism, the content is manipulated and idolizes certain life styles and body images that are not always obtainable; this type of content can distort the perception of reality, leading to frustration, depression and anxiety.

Keywords: Social networks, identification, teenagers, emotions.

Introducción

Las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) han avanzado rápidamente en las últimas décadas, el motor que genera este avance constante en las TIC son las necesidades cambiantes de la sociedad y la expansión constante de la capacidad de innovación del ser humano; el avance tecnológico se ha dado con diferencias de un país a otro, relacionadas con el grado de desarrollo económico y las prioridades de inversión de los sectores público y privado, sin embargo, el avance tecnológico se ha dado en la mayor parte del mundo. La Conferencia de las Naciones Unidas sobre Comercio y Desarrollo, en una publicación titulada INFORME SOBRE TECNOLOGÍA E INFORMACIÓN (Naciones Unidas 2021), lo expresa de la siguiente manera

El desarrollo humano de los últimos decenios ha ido acompañado de rápidos cambios en la tecnología y de una creciente proliferación de dispositivos y servicios digitalizados. Además, es probable que el ritmo del cambio se acelere como resultado de las “tecnologías de frontera”, como la inteligencia artificial (IA), la robótica, la biotecnología y la nanotecnología.

Dispositivos como Computadores, celulares inteligentes, chips, procesadores, redes digitales y demás se encuentran conectados a nivel mundial a través de una red digital conocida como la internet. Este avance ha transformado la comunicación, entretenimiento, la forma de compartir y obtener información, lo hace rompiendo barreras de tiempo y distancia, permitiendo el acceso a la información en tiempo real, de manera inmediata y continua sin importar la distancia de cobertura. Las Redes Sociales de Internet (RSI) tienen un rol fundamental en ese proceso de comunicación y de acceso a la información. De acuerdo con Celaya (2008) “Las redes sociales son lugares en Internet

donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos” (Celaya, J. 2008).

La forma de relacionarse, interactuar y convivir de los individuos refleja los avances y transformaciones que ha tenido el sector mundial de las telecomunicaciones; los individuos forman comunidades virtuales que se difunden de manera masiva a través de las redes sociales de internet (RSI) como Instagram. La RSI Instagram es una herramienta de relacionamiento e interacción, caracterizadas por un fácil acceso, masiva difusión y su capacidad para generar una diversidad de nuevas conductas en los individuos. Este fenómeno se presenta particularmente en los adolescentes que invierten gran parte de su tiempo y atención en las RSI. Se hace conveniente el desarrollo de conocimientos que puedan sustentar el diseño de políticas sanitarias en salud mental por parte de expertos, de funcionarios y de la comunidad; en relación con esta herramienta tecnológica tan difundida. En palabras de los autores (Cornejo, Marqueza; Tapia, María Lourdes. 2011), para un artículo indexado al sistema de información REDALYC, dicen que

En la actualidad, las relaciones entre los seres humanos tienen un nuevo espacio donde generarse, nuevos espacios de intercambios informativos. De este modo, con el auge de Internet y la telefonía celular, se están implantando nuevas formas de informarse, comunicarse, entretenerse, relacionarse, comprar; por encima de las formas ofrecidas por los medios tradicionales como la imprenta, radio o televisión.

En todos los sectores de la población sin diferenciación de edad, condición económica, nivel de estudios, se encuentra una mayoría de personas inmersas en la interacción social a través de redes digitales.

El ser humano tiene un carácter bio-psico-social, como lo sustenta un artículo titulado “Terapia ocupacional y modelo biopsicosocial: Tensiones desde una comprensión existencial de ser humano ocupacional.” (Engel, 1981, como se citó en Tobar, 2021, p.6). En este artículo la autora expone que

En el contexto del debate entre Engel y sus colegas, lo tangible refería a aquellas cosas que tenían una inscripción fuerte en la materia, es decir, aquellos fenómenos que se podían ver, tocar y medir con precisión numérica. Tanto para Engel como para sus detractores, los fenómenos biológicos tenían esta propiedad. Por otra parte, lo intangible consideraba aquellos fenómenos que no podían verse, tocarse, ni medirse con precisión numérica. Aquí se encontrarían todos los fenómenos que cabían fuera de lo tangible, los que fueron englobados por Engel como fenómenos psicosociales.

Los individuos y concretamente los adolescentes se organizan en grupos y comunidades, porque requieren por naturaleza, establecer comunicación con los demás para hacer posible su desarrollo físico, mental y espiritual; en este contexto se puede decir que las RSI han facilitado el proceso porque eliminan barreras de tiempo y espacio para crear y sostener en el tiempo relaciones interpersonales de comunicación, que permiten conocer el contexto, configurar nuestra propia identidad, permiten la expresión libre del ser y el conocimiento de la sociedad (Vidales Gonzáles, C. 2011).

Es en las RSI, a las que los individuos tienen acceso desde diversos dispositivos, donde accedemos a diversos modelos de referencia para estructurar la identidad y la personalidad. De la misma manera en que pueden potenciar el crecimiento y desarrollo humano, existe un riesgo de que estas puedan ser disruptores en el proceso de desarrollo cognitivo natural del individuo.

En el grupo de las RSI, se identifica particularmente Instagram, con el riesgo de generar efectos negativos en la Salud Mental de los adolescentes. Los antecedentes muestran que los efectos negativos de Instagram se derivan de los modelos de referencia poco realistas a los que son sometidos los usuarios, modelos de referencia que por comparación afectan el estado de ánimo y producen insatisfacción corporal; además que la aceptación o no de quienes publican, dependen de los “likes” que reciban, ese proceso afecta la objetividad para la evaluación del sí mismo y produce también malestar. (Moreno; Chávez; Puerta; García. 2022).

Las imágenes idealizadas y las vidas “falsamente perfectas” que se publican en esta red social tienen el potencial de distorsionar la percepción de la realidad, de crear falsas expectativas en los individuos, de invertir la escala de valores y principios sociales, distorsionar la percepción de ellos mismos, afectar el autoconcepto y llevar a sentimientos de insuficiencia, envidia y baja autoestima.

En este sentido surge el interés en describir como es la afectación en los estados emocionales de adolescentes, por identificación, al usar la red social Instagram, ya que las vivencias, la interacción y la influencia que se da entre los individuos que comparten un entorno social, durante las etapas de desarrollo de la identidad y la estructuración de su personalidad; ahora también se dan en un espacio intangible; y esta interacción posee implicaciones que pueden ser positivas y negativas tanto en la salud física como en la mental.

Planteamiento del Problema

Las problemáticas de salud mental en la población mundial se están incrementando en la actualidad, la Organización Mundial de la Salud lo refleja a través de estudios, informes y pronunciamientos periódicos que son citados por López García et al. (2017) donde sostienen que: “la prevalencia de los trastornos mentales continúa aumentando, causando efectos considerables en la salud de las personas y graves consecuencias a nivel socioeconómico en todos los países” (Párr. 1).

El deterioro de la salud mental de las personas tiene consecuencias en la sociedad y en la economía para los países porque el bienestar psicológico, mental y emocional influye también en su funcionamiento familiar, social y laboral dado el carácter holístico y sistémico del ser humano. Al respecto la Organización Mundial de la Salud, (OMS,2019) menciona un dato acerca de la afectación en la economía mundial:

La economía mundial pierde cerca de US\$ 1 trillón al año en productividad debido a la depresión y la ansiedad. Los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias constituyen el 10% de la carga mundial de morbilidad y el 30% de las enfermedades no mortales.

Fenómenos como el suicidio producto de los trastornos mentales está aumentando aceleradamente, el autor González (2023) cita información en un artículo que refleja la magnitud de este tipo de consecuencias en la sociedad moderna, el artículo se titula “La Ideación suicida en adolescentes. Estado de la cuestión” y reporta que “el suicidio es la segunda causa de mortalidad en adolescentes y jóvenes entre los 15 a 19 años, lo cual se ha considerado como un problema de salud pública.”. Teniendo en cuenta que este es el sector de la población que será más productiva para el sector económico a mediano plazo, se puede prever una situación de escasez de fuerza de trabajo en el futuro.

Con respecto a la problemática de salud mental en los adolescentes Serrato Sarrió, (2024), escribe lo siguiente

Se ha demostrado que la adolescencia es un período vulnerable para padecer alguna enfermedad mental. En el mundo, uno de cada siete jóvenes de 10 a 19 años padece algún trastorno mental, un tipo de trastorno que supone el 13% de la carga mundial de morbilidad en ese grupo de edad. Se calcula que el 3,6% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6% de los de 15 a 19 años padece un trastorno de ansiedad. También se calcula que el 1,1% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 2,8% de los de 15 a 19 años padecen depresión. Dado el alto impacto negativo de la salud mental en la calidad de vida de la población mundial y como condición fundamental para el desarrollo de la economía, se hace necesario intervenir este aspecto del individuo a partir de la generación de conocimientos que permitan diseñar e implementar programas y estrategias, de promoción y prevención mitigando los riesgos relacionados con sus determinantes. (Pág. 3)

Teniendo en cuenta la problemática en salud mental que ha sido expuesta en los párrafos anteriores, surgen los interrogantes acerca de ¿Qué es la salud mental? y ¿Que determina la salud mental? Al respecto, la OMS (2022) define la salud mental así:

La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta (Párr. 1).

Dado el carácter bio-psico-social del ser humano, es importante precisar que el desarrollo y bienestar psíquico del individuo depende de diversos subsistemas y de la interacción entre estos subsistemas; esta es una concepción holística y homeostática del ser humano. Entre los subsistemas o dimensiones en que se desenvuelve el ser humano son la dimensión biológica, física, económica, social, cultural, ideológica, intelectual, espiritual y política. El funcionamiento en estas dimensiones, influyen la salud mental. La OMS, (2022) permite identificar cuáles son los determinantes y entre otros, resalta los aspectos relacionales y económicos, para la estructuración psíquica y la personalidad del individuo, dice lo siguiente:

Los determinantes de la salud mental y de los trastornos mentales incluyen no solo características individuales tales como la capacidad para gestionar nuestros pensamientos, emociones, comportamientos e interacciones con los demás, sino también factores sociales, culturales, económicos, políticos y ambientales, como las políticas nacionales, la protección social, el nivel de vida, las condiciones laborales o los apoyos sociales de la comunidad. (Pág. 6)

Esta misma institución (OMS, 2022), en un artículo del centro de prensa titulado Trastornos Mentales, presenta la siguiente idea, para resaltar el carácter determinante de las dimensiones económica y social en la salud mental de la población:

Aunque la mayoría de las personas son resilientes, quienes están expuestos a circunstancias adversas, como la pobreza, la violencia, la discapacidad y la desigualdad, corren un mayor riesgo. Entre los factores de protección y de riesgo se cuentan factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales y la genética. (Párr. 13).

Teniendo en cuenta el carácter holístico y homeostático del ser humano, el presente estudio documental pretende determinar cuál es la influencia que tiene la herramienta tecnológica Instagram en la afectación de los estados emocionales de los adolescentes. El análisis de la información obtenida en la revisión bibliográfica se va a apoyar entre otras, en las Teorías de Vygotsky y de Erick Erickson; autores teóricos de la Psicología del Desarrollo. Lev Semyonovich Vygotsky (1896-1934) fue un psicólogo soviético, fundador de la teoría de desarrollo cultural y social en los humanos, su teoría dice que los patrones de pensamiento en los individuos no se deben a factores biológicos que se obtengan desde el nacimiento; para Vygotsky, la cultura y la sociedad moldean el desarrollo de la personalidad, porque este se da, a través de las interacciones con los demás y con las instituciones culturales. (Palomino, Donayre Vega, Gallegos Elías, & Maldonado Espinoza, 2021)

A la luz de la Teoría del Desarrollo Sociocultural de Vygotsky, presenta como la interacción social, es determinante para el aprendizaje, para el desarrollo psicológico y la estructuración de la personalidad de los individuos. Los autores Nikolay Veraksa y Sonja Sheridan. (2021); afirman al respecto que el niño introyecta normas, reglas, principios y creencias a partir del entorno cultural; "Para Vygotsky, el desarrollo del niño es un proceso de interacción entre este y la cultura, un proceso de dos caras. Por un lado, el adulto actúa como portador de herramientas culturales y, por el otro el niño aprende a usar estas herramientas culturales" (Pág. 10, Párr. 4-5). (Veraksa & Sheridan, 2021)

Además, Vygotsky acentúa en su teoría, la interacción entre la base biológica del organismo, que viene en nuestro código genético, con las condiciones sociales del entorno en que habita el individuo; al respecto, (Lucci, 2006) el profesor Marcos Antonio en un artículo escrito para la Universidad de Granada, expresa que "La teoría del desarrollo Vygotskyana parte de la concepción de que todo organismo es activo,

estableciendo una continua interacción entre las condiciones sociales, que son mutables, y la base biológica del comportamiento humano”. La autora, Ana Lupita Chaves Salas, en un artículo titulado “Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vygotsky” 2001 dice que

..... a fines de los años veinte, Vygotsky formuló una teoría en la que planteaba que el “desarrollo ontogenético de la psiquis del hombre está determinado por los procesos de apropiación de las formas histórico-sociales de la cultura; es decir Vygotsky articula los procesos psicológicos y los socioculturales y nace una propuesta metodológica de investigación genética e histórica a la vez” (Chaves Salas, 2001)

Basados en el autor Lev Vygotsky, es evidente como el individuo internaliza conocimientos, principios, valores y normas de la cultura; a partir de los cuales estructura su personalidad, conductas y comportamientos. Relacionado con este mismo tema, hay otro autor, Erick Erickson, que coincide en la relación cultura-Desarrollo psicológico y cognitivo, con su teoría. El portal web Psicología y Mente nos dice que Erick Erickson “es conocido especialmente por la teoría psicodinámica del desarrollo humano” (...) “Investigó acerca del impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad” del individuo (...) “Erikson entiende que el individuo, a medida que va transcurriendo por diferentes etapas, va desarrollando su consciencia gracias a la interacción social” y va adquiriendo competencias que le dan una sensación de dominio sobre sí mismo, desarrollando lo que Erickson denominaba “fuerza del ego”. (Regader, 2024)

El diagrama epigenético del adulto presenta los ocho estadios psicosociales, los cuales se abordan como las etapas vitales a través de las cuales se genera el desarrollo cognitivo. Estos estados son: (Boeree, C. G. 1997)

- 1) confianza básica vs desconfianza básica
- 2) autonomía vs vergüenza y duda
- 3) iniciativa vs culpa
- 4) industria vs inferioridad
- 5) identidad vs confusión de rol
- 6) intimidad vs aislamiento
- 7) generatividad vs estancamiento
- 8) integridad del yo vs desesperación. (Pág. 6-7)

Boeree, C. G. (1997). Erik Erikson 1902-1994. Personality theories. Shippensburg: Shippensburg University.

Teniendo en cuenta la interpretación y explicación que hacen las dos teorías anteriormente citadas, se puede dar cuenta de la necesidad y el hecho de que la comprensión psicológica, emocional y conductual del individuo; no se puede obtener al margen del entorno cultural, académico, económico, tecnológico, ideológico, social y familiar en que habita; la comprensión del ser humano en todas sus dimensiones se debe hacer a través de un enfoque holístico y contextual, dado su carácter bio-psico-social. (López Sáez, M; Gaviria E, Cuadrado Guirado, M, I; Fernández Arregui Saulo. 2013).

En este contexto de influencia recíproca entre los individuos y su entorno emerge la red social Instagram como herramienta tecnológica a través de la cual se tiene acceso a diferentes estilos de vida, formas de pensar, normas y creencias con los cuales el individuo se identifica o se compara y son determinantes para definir su autoconcepto y autoestima por referenciación. El autoconcepto y la autoestima forman parte de la estructura de la personalidad e influyen en el estado emocional del individuo, de acuerdo con los enfoques teóricos de Vygotsky y de Erickson. (Cap. 15)

Es evidente que el uso de Instagram como herramienta de interacción social, puede ser un motivo de inspiración y generar espacios de autoexpresión para fortalecer el desarrollo psíquico de los individuos, pero también puede distorsionar la percepción de la realidad y acarrear riesgos para la salud mental detonando trastornos como depresión, ansiedad y distorsiones en la autoimagen corporal. Se concluye que según el tipo de uso que se le dé a esta red social, se pueden generar efectos tanto positivos como negativos. En relación con los efectos negativos del uso de Instagram, el periódico chileno La Tercera, en su portal web (2021) dice lo siguiente:

“La toxicidad de las redes sociales viene principalmente de la presión que existe por mostrarse de formas que se conocen como el ideal”, dice Daniel Halpern, académico y director de TrenDigital UC. “Instagram ha sido la principal red que ha causado problemas por el tema de la comparación social, donde se ven las imágenes ideales del resto”. (Valles, 2021)

El uso de la red social Instagram genera oportunidades para acceder a una enorme cantidad de modelos de referenciación caracterizados por la diversidad y multiculturalidad, pero también susceptibles de ser manipulados con información falsa o con herramientas tecnológicas como Photoshop, que pueden distorsionar la percepción de la realidad. Es cierto que esta red social influye sobre los procesos de desarrollo cognitivo y psicológico de los adolescentes; además, existe evidencia sólida acerca de la relación negativa de esta red social con la autoestima, cuando el tiempo de uso es elevado en la medida que las imágenes que se publican. El potencial disruptivo de la red social Instagram en los procesos de desarrollo psicológico y de afectación en los estados emocionales de los adolescentes, hace necesario diseñar medidas de mitigación (Reyes et al.,2023).

En un estudio hecho, como tesis de grado, en la Universidad de Zaragoza por Daniel García Muñio (2020) titulada como La influencia de las redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes citan una encuesta acerca del impacto de algunas redes sociales y concretamente de Instagram, en las siguientes palabras

...la encuesta realizada por los expertos de la (Royal Society for Public Health., 2017), sobre la influencia de redes sociales tan populares como Facebook, Twitter, Instagram y YouTube en la ansiedad, la soledad, la depresión, el acoso, la imagen corporal o el miedo a perderse algo, cabe destacar que los resultados mostraron que Instagram fue clasificada como la peor plataforma de medios sociales para la salud mental de los jóvenes. (García Muñio, 2020)

Pérez Aubá Chías (2024); en una tesis de grado, para la Universidad Rey Juan Carlos, menciona los efectos negativos del uso inadecuado de Instagram en la salud mental, diciendo lo siguiente:

.... su uso excesivo y la constante exposición a imágenes idealizadas pueden tener efectos adversos en la salud mental de los adolescentes (...) existe una correlación significativa entre el tiempo dedicado a esta plataforma y la aparición de síntomas de ansiedad y depresión, así como una percepción distorsionada del propio cuerpo. (Pág. 1)

Justificación

El avance tecnológico de los medios de comunicación, con la masificación del uso de redes sociales como Instagram para actividades productivas y de socialización y de ocio, están directamente relacionados con el aumento constante de los problemas en la salud mental. Según De la Osa et al. (2021) se evidencia concretamente que “Instagram, debido a su formato centrado fundamentalmente en la imagen personal, según diversos estudios, es calificada como la peor red social, ya que puede provocar sentimientos de insuficiencia y ansiedad”.

De acuerdo con las teorías del enfoque cognitivo conductual, como se explicó en el apartado anterior, la estructura de la personalidad se desarrolla de manera general, a partir de dos sustratos: Un componente biológico y de herencia (temperamento) y un componente socio ambiental fruto de la interacción (el carácter). (Mayorga Lascano, 2018)

A partir de la información mencionada en los párrafos anteriores, se puede inducir que los efectos de Instagram pueden ser duales, tanto positivos (diversificando el acceso a modelos de referencia y favoreciendo la construcción de identidad) como negativos (detonando malestar emocional).

La red Social Instagram es una de las más usadas por la población joven y como se menciona en el capítulo del Planteamiento del Problema, el uso de esta red social está asociado con afectaciones en la salud mental. Según (Pérez Aubá Chías (2024), la sobreexposición en tiempo y cantidad, a imágenes idealizadas, está directamente relacionada con problemas de autoestima, pobre autoconcepto, trastornos depresivos y también de ansiedad. El extremo contrario, los efectos que puede tener la abstinencia de usar Instagram están registrados por un artículo de del portal D.W. que informa de un estudio que descubrió el efecto positivo en las mujeres de abstenerse de usar redes

sociales como Instagram, tan solo por una semana; pues estas mujeres mejoraron significativamente en la autoestima y la autoimagen corporal. (DW, 2024)

Existe un vínculo estrecho entre la autoestima, que es la forma en que nos percibimos, evaluamos y valoramos y las emociones; por lo tanto, se puede deducir la influencia directa que puede tener el uso de la red social Instagram sobre los estados emocionales de los adolescentes.

Se considera pertinente mejorar la comprensión de las dinámicas y la influencia recíproca entre la red social Instagram y los procesos de desarrollo psíquico de los individuos, para sustentar el diseño de políticas públicas que permitan mitigar riesgos y mejorar la calidad de vida de la población adolescente.

Marco Conceptual Teórico

Para realizar este ejercicio investigativo es importante definir los aspectos relevantes del mismo, como lo son identidad, adolescencia, Instagram y los diferentes estados emocionales que se derivan de su uso, iniciaremos por el de Identidad, el cual ha tenido variaciones en el tiempo.

Algunos autores, referente al término dicen lo siguiente:

Para Linares, (1997) “La identidad es el espacio donde el individuo se reconoce a sí mismo”, pocos años después, la definen como “Un dilema entre la singularidad de uno/a mismo/a y la similitud con nuestros congéneres, entre la especificidad de la propia persona y la semejanza con los/as otros” (Iñiguez, 2001).

Respecto a la identidad, se encontraron aspectos más recientes, “Postulamos tres mecanismos o factores de naturaleza psicosocial implicados en la construcción narrativa de la identidad personal (vínculos afectivos, transiciones vitales, sí mismos posibles), y dos de la identidad sociocultural (identificación simbólica y acción-transformación).” (Guitart, Nadal, & Vila, 2010).

Se debe agregar el significado de identidad digital, para lo cual Linda Castañeda y Mar Camacho (2012) en el artículo “Desvelando nuestra identidad digital” expresan que “identidad digital se refiere a los aspectos de la tecnología digital como mediadora en la experiencia de la identidad construida por las personas y también condicionada por factores sociales”

Hay que mencionar además lo que las anteriormente citadas (2012) añaden al respecto:

La “parte personal” de la identidad digital de una persona es proyectada por lo que esa persona hace en la Red: qué dice, cómo lo dice, el lenguaje que usa, sus temas de interés y un largo etcétera que configuramos básicamente cada vez que hacemos click en el ordenador, y que reforzamos cuando damos nuestro voto positivo o negativo a una cosa u otra. Es el reflejo de nuestra imagen en el espejo de la Red. (p.3)

Es relevante añadir en este apartado aspectos descritos por Eric Erikson que continúan muy vigentes y aplican para la explicación de este apartado cuando menciona el estadio de identidad versus confusión de roles, que se da en el periodo de edad comprendido entre los 12 y los 20 años, para lo cual Bordignon (2005) refiere que la formación de la identidad personal se da por la unión de los aspectos psicosociales y psicosexuales en cuanto se refiere a

- a) identidad psicosexual por el ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida; b) la identificación ideológica por la asunción de un conjunto de valores, que son expresados en un sistema ideológico o en un sistema político;
- c) la identidad psicosocial por la inserción en movimientos o asociaciones de tipo social.

Además, en cuanto a las relaciones con sus pares y la identidad que se está forjando en esta etapa relevante de la vida para definir gustos y formas de relacionarse con el mundo sostiene que

La relación social significativa es la formación de grupo de iguales, por el cual el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos con los cuales puede establecer relaciones autodefinitorias; superar

la confusión de roles; establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad; consolidar las formas ideológicas o las doctrinas totalitarias y enfrentar la realidad de la industrialización y globalización.

La anterior información es importante y da a lugar para conectar con el siguiente término que es la adolescencia, al respecto se han hallado varias definiciones. Según la Organización Mundial de la Salud, (s.f.), la adolescencia es la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, o sea desde los 10 hasta los 19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud.

Con respecto al tema Krauskopof (1999) señala que “En la adolescencia se replantea la definición personal y social del ser humano a través de una segunda individuación que moviliza procesos de exploración, diferenciación del medio familiar, búsqueda de pertenencia y sentido de vida.”

Así mismo, Borrás Santisteban (2014) menciona:

Con el fin de entender la conducta de los adolescentes y ejercer influencia en ella, es importante comprender el entorno en que viven y cómo afecta dicho entorno el desarrollo, la conducta y las relaciones sociales. Estos entornos, entre ellos: la familia, los grupos de pares, la escuela, el trabajo y las actividades de ocio, están al mismo tiempo en un estado de cambio constante.

Otra de las categorías de estudio es Instagram, se encuentra que Canós (2017) la define como una red social que permite crear y compartir imágenes y vídeos con otros usuarios de Internet. Esto permite hacer un seguimiento de usuarios, encontrar contenido específico y estudiar su reacción. Instagram se ha convertido en la aplicación más popular de este tipo de contenido en smartphones, la misma página (Meta) se define como:

“Instagram es un lugar para expresarse y crear una comunidad. Nuestros pequeños equipos están constantemente iterando en una plataforma que adopta la simplicidad e impulsa la innovación.”, además, la misma página, refiriéndose a los beneficios y experiencias que puede ofrecer a los usuarios que se adhieran a esta red social Instagram, añade que “ayuda a las personas a capturar y compartir lo que más les importa. Con funciones como IGTV, Meta Spark, Live, Ads, Search, Explore y Shopping, siempre estamos inventando nuevas formas para que las personas se reúnan y creen.” Bajo la premisa de “Te acercamos a las personas y a las cosas que más te importan”

... al ver fotografías publicadas principalmente en Instagram donde los usuarios suben imágenes altamente editadas o actuadas, mostrando imágenes irreales de cuerpos y vidas perfectas. Esto genera expectativas irreales en los jóvenes que las observan, cargándolos de sentimientos de baja autoestima y obsesión por perseguir una perfección que no es real, lo que se manifiesta con síntomas de ansiedad y depresión. (Cuadra, 2019)

En relación a la red social y la identidad, los profesores investigadores Aguilar Rodríguez & Hung (2010) exponen en su artículo llamado Identidad y subjetividad en las redes sociales virtuales: caso de Facebook, que la creación de un perfil en una red social posibilita a las personas construir un ser virtual que desea mostrar a los otros, semejante a una publicidad, para encontrar a otras personas con sus mismos intereses. Los estudiantes están continuamente expresando, compartiendo, transmitiendo, formalizando, presentando y desarrollado su propia identidad personal, presencial y en red. Sin embargo, las implicaciones que sus acciones “cotidianas” tienen sobre su propia persona y sobre su identidad no están suficientemente estudiadas, siendo muy probable que ni ellos ni nosotros seamos muy conscientes de cómo puede

afectar toda su actividad en la construcción de su identidad digital. (Shareski (2010), como se citó en Castañeda & Camacho, 2012, p. 356)

Como parte de este proceso, es de gran relevancia la salud mental y los problemas que se pueden derivar a causa de las redes sociales, respecto a lo cual Rodrigues Abjaude, Borges Pereira, Barboza Zanetti, & Pereira (2020) exponen

Los problemas de salud mental son preocupaciones cada vez más comunes en la sociedad, en parte debido al uso inadecuado de Internet y de las redes sociales (en términos de frecuencia y contenido consumido). Por lo tanto, se pueden adoptar muchas estrategias para mejorar esta situación, una de ellas es la participación intensiva de instituciones y grupos de investigación en las redes sociales a través de la difusión de contenido de calidad que promueva el bienestar social. P 1.

Al respecto han surgido diferentes investigaciones que plantean que Instagram está ligado a las emociones de los jóvenes, lo que se desarrollará en este apartado, tal como sugiere García Puertas (2020) “La evidencia ha demostrado que el uso de esta red social está significativamente relacionado con ciertas actitudes alimentarias o trastornos de las emociones. Además, el uso problemático de Instagram puede conducir no sólo a TCA sino también a muchos otros problemas psicológicos y fisiológicos.

Así mismo, los jóvenes que usan la mencionada red social, pueden padecer patologías a nivel mental como lo son la adicción a esta, poca autoestima, depresión o ansiedad (García Puertas, 2020), esta red es tan llamativa para ellos debido a que “Instagram va más allá de una herramienta para proclamar un yo ideal, sino más bien una plataforma para atraer a una audiencia, basada en una comunicación que fomenta la interacción: «responder, fotografiar, comentar, amar”” (Lozano Blasco, Mira Aladrén , & Gil Lamata, 2023), y en esta coexiste la presencialidad y la virtualidad como espacios en los

cuales los adolescentes y jóvenes se pueden desarrollar tanto de manera individual como grupal y estas interacciones tienen una fuerte influencia frente a como construyen su identidad, en especial respecto a la autoestima y la relación con su corporalidad (Cruz Reyes, 2021).

Cabe señalar en este punto algunas de las conclusiones respecto al uso de Instagram en las adolescentes, en un artículo titulado “Los preocupantes hallazgos sobre Instagram y sus efectos en las adolescentes” para el periódico El Espectador (2024), en el cual se refieren al deterioro que esta red social puede generar en la salud mental de niñas y adolescentes, expone que “esta red vende a las niñas socialización virtual a costa de su estabilidad emocional. De allí la enorme asociación entre tiempo de permanencia en Instagram, deterioro de la autoimagen y problemas alimenticios en la nueva generación”, es relevante mencionarlo en este apartado en cuanto refieren afectaciones a nivel emocional, En espectador, en este artículo expresa lo siguiente:

Primera. Instagram “deterioraba la imagen corporal de una de cada tres adolescentes encuestadas”. Ellas decían que la plataforma las hacía sentir mal con su propio cuerpo. Se sentían menos bellas que las demás personas que veían en la red.

Segunda. En su informe privado reconocían que más del 40 % de las usuarias de Instagram que informaron sentirse “poco atractivas” dijeron que la sensación había comenzado desde el momento en el que se vincularon a la plataforma.

Tercera. Según el informe, “las adolescentes culpaban a Instagram por los aumentos en la tasa de ansiedad y depresión” y “entre quienes dijeron tener pensamientos suicidas, el 13 % de los usuarios británicos y el 6 % de los

estadounidenses atribuían el deseo de suicidarse a Instagram”. (Wall Street Journal, 2021, como se citó en Zubiría Samper, 2024).

Adicional a esto, se encontró que (Rodrigues Abjaude et al., 2020)

El aumento del tiempo dedicado al uso de las redes sociales está relacionado con la sensación de aislamiento del mundo real, lo que puede contribuir al desarrollo de trastornos mentales. El tipo de contenido publicado y consumido por los usuarios es aún más impactante para la salud mental.

Lo anterior, tiene relación con la idea planteada en el mismo texto de (Rodríguez Abjaube et al., 2020) y analizada en el presente escrito, quien, además, señala que:

Se sabe que muchas publicaciones refuerzan el narcisismo, el nivel de vida, el consumo y el estado, por lo que han contribuido a una mayor prevalencia de diversos trastornos psiquiátricos, incluidos los síntomas depresivos, la ansiedad y la baja autoestima.

La red social Instagram elimina las barreras de tiempo y distancia, facilita y diversifica el acceso a modelos de referencia con los cuales el individuo se puede identificar; en Instagram se pueden promover principios y estilos de vida que influyen la percepción de la realidad, condicionan la construcción de la identidad, la escala de valores, influyen en el diseño del proyecto de vida y pueden detonar diferentes estados emocionales en los individuos que forman parte de esta comunidad digital. Todo este proceso psíquico, en últimas, pueden determinar la calidad de la salud mental.

Pregunta y objetivos de investigación

Pregunta De Investigación

¿Cómo es la afectación en los estados emocionales de adolescentes por identificación, al usar la red social Instagram, según la revisión Bibliográfica de textos latinoamericanos- Incluyendo España, entre los años 2016 y 2024?

Objetivo General

- Describir la afectación en los estados emocionales de adolescentes por identificación, al usar la red social Instagram, según la revisión Bibliográfica de textos latinoamericanos- Incluyendo España, entre los años 2016 y 2024.

Objetivos Específicos

- Identificar por medio de la revisión bibliográfica, la presencia de síntomas de afectación emocional relacionada con el uso de Instagram.
- Presentar en base a la revisión bibliográfica aspectos a resaltar para el uso de la red social Instagram.
- Examinar la motivación para usar la red social Instagram.

Metodología

Diseño Metodológico

En la presente Revisión Bibliográfica se aplicó un estudio de tipo Descriptivo, el portal de artículos científicos SCIELO lo define de la siguiente manera

En los estudios descriptivos, el investigador mide la presencia, características o distribución de un fenómeno en una población en un momento de corte en el tiempo, tal sería el caso de estudios que describen la presencia de un determinado factor ambiental, una determinada enfermedad, mortalidad en la población, etc. (...) limitándose a describir uno o varios fenómenos. (Veiga de Cabo, De la Fuente Díez, & Zimmermann Verdejo, 2008)

Método de Análisis

El método utilizado para el análisis de la información contenida en esta Revisión Bibliográfica es el Método Hermenéutico; en el portal web de contenidos de psicología, lo definen de la siguiente manera

El método hermenéutico es una forma de análisis que tiende a la interpretación" (...) "al leer un texto se puede entrar en una dimensión interpretativa totalmente diferente a la propuesta por el autor o el mensaje mismo, de este modo la hermenéutica tiende al análisis profundo a fin de agotar toda posible interpretación alrededor del texto, tema u objeto particular. (Arango, 2024)

Técnica de recolección de datos.

El proceso para recolectar la información de esta Revisión bibliográfica se hizo con una investigación documental de fuentes de datos primarias. Fuentes de información que la autora Torres-Verdugo, Ángela (2011); define de la siguiente manera

Las fuentes de información académica (FIA) se pueden definir como los materiales documentales electrónicos o impresos que contienen información científica, datos específicos, escritos oficiales que fundamentan un trabajo académico, sea éste una investigación, un artículo, ensayo, programa de estudios, ponencia, un informe. Las Fuentes de información primaria contienen información original de primera mano, como reportes de investigación, libros y revistas. (Torres Verdugo, 2011)

Métodos De Revisión.

La revisión de la información se hace con base en los siguientes criterios:

- Nombre del artículo o trabajo investigativo
- Objetivo
- Problema de investigación
- Categorías de estudio
- Metodología:
- Población
- Conclusiones

Criterios de inclusión

Los artículos que conforman el estudio de la presente revisión bibliográfica se caracterizan por ser artículos de revista (digital), la gran parte de estos artículos de búsqueda fueron en español, unos pocos en inglés, encontrados en diferentes bases de datos académicas reconocidas; que presentan resultados de investigaciones, libros y tesis monográficas cuyas categorías de estudio incluyan los temas de Instagram, adolescentes, estados emocionales, salud mental, identificación, psicología del desarrollo.

Documentación que este comprendida entre el año 2010-2024 y que hayan sido producidos en países de Latinoamérica (centro y Suramérica), que son países de habla hispana que incluyen rasgos sociales similar, y a nivel europeo, se incluye España por la influencia que ha tenido en América Latina y por el aporte que han realizado al tema. No se hizo restricción con respecto al tipo de estudio de los artículos analizados.

Procedimiento de la investigación

Para el desarrollo de la investigación se realizaron los siguientes pasos:

1. Inicialmente se definieron categorías de estudio que permitieran delimitar la búsqueda de información, las categorías se definieron de acuerdo con los objetivos de estudio, para que permitieran orientar la búsqueda documental sin desviarla del objetivo. Las categorías elegidas para orientar la búsqueda, fueron: "Instagram" "salud mental" "identificación" "identidad" "adolescencia" "afectación emocional". Además, se implementó el uso de los operadores lógicos booleanos "AND" "OR" y "NOT"
2. Acto seguido, se hizo una búsqueda en bases de datos como Dialnet, ProQuest, Ebsco, Oxford, Redalyc Red, entre otras, de las cuales se seleccionó un grupo de artículos con información comprensible y confiable, relacionada con el tema de la

afectación de la red social Instagram por identificación en los estados emocionales de adolescentes.

3. Posteriormente se hizo una revisión sistemática de cada uno de los artículos científicos y se registró la información en una matriz con los criterios de: Nombre del artículo o trabajo investigativo, Objetivo, Problema de investigación, Categorías de estudio, Metodología, Población, Conclusiones y Ubicación.

4. El análisis se hizo a partir de fuentes primarias como artículos, libros, revistas y diferentes bases de datos académicas e institucionales, recopilando la información a través de una matriz de hallazgos, para facilitar su posterior análisis e interpretación hermenéutica. La revisión de la literatura se hizo a través de la lectura directa de textos, teniendo en cuenta diferentes autores y postulados, entre ellos Erick Erikson, Vygotsky; para hacer un análisis de interpretación hermenéutica.

Consideraciones Éticas

El presente estudio de corte documental, tipo estado del arte, se encuentra regido por las pautas éticas establecidas en el Código deontológico y bioético del psicólogo en Colombia (2009). Este código regula la actividad investigativa en el Capítulo VII “De la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones”.

Del capítulo VII del Código deontológico, se tiene en cuenta la directriz acerca del respeto por la propiedad intelectual y lo que dicen las normas para citar los trabajos académicos, con la intención de valorar, reconocer y respetar el trabajo de los investigadores en la producción de conocimiento.

Teniendo en cuenta las directrices contenidas en el Capítulo VII, para el respeto de la propiedad intelectual de los investigadores, la presente revisión bibliográfica se desarrollará citando directamente las palabras de los investigadores:

Artículo 56. Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización de los autores. (p. 45).

Resultados y discusión

En los artículos recolectados durante la presente investigación se puede evidenciar que Instagram es una herramienta de interacción social, que permite la autoexpresión, permite crear narrativas que asignan un significado a la realidad, estos significados son determinantes en la percepción de la realidad, en el proceso de identificación y en la estructuración del aparato psíquico y la personalidad. En un artículo recolectado en la presente investigación los autores (Ferri, De Grandis, Elgier, Mulgura y Ceberio. 2023), abarcan el tema y refieren lo siguiente

El sujeto narra historias dentro de un contexto cultural. Lo interesante es analizar cómo las nuevas tecnologías han creado nuevas formas de narrar, a través de imágenes o contenido audiovisual. Lo que es constituyente de una narrativa digital donde hay productores y consumidores de información (...) Los rasgos principales que diferencian al ser humano de los animales, no es solo el hecho de ser social, sino el comprender al sujeto como emergente de un contexto y como a su vez construye significados, a partir de la narración.

En cuanto al grupo poblacional que más usa Instagram y motivaciones que tienen para usar dicha red social, la revisión de artículos corrobora que son los jóvenes entre los 16 y 30 años, que lo usan principalmente con las motivaciones de interactuar socialmente, obtener información, expresarse libremente y con privacidad de los adultos. (Prades M; Carbonell X. 2016). Además, los autores Moreno, P de C; Tejedor Calvo, S; Romero Rodríguez, L M. (2018) en un artículo para la Revista Prisma Social, tratan el tema de las plataformas tecnológicas más usadas y citan la siguiente información “la segunda edición

del IMS Mobile in LatAm Study (ComScore y IMS, 2016), informe sobre tendencias en consumo digital y uso de aplicaciones móviles situaba entre las plataformas más utilizadas a: WhatsApp, YouTube, Facebook, Facebook Messenger, Google Maps, Instagram y Twitter”

A partir de las teorías del desarrollo de la psicología evolutiva, se explica como la identidad se construye durante las vivencias y experiencias, que el individuo afronta en los contextos socioculturales donde se desenvuelve. La persona se vale de la autoobservación, el autoconocimiento, la autocomprensión y la comparación con los demás, para identificarse o diferenciarse, en unos u otros rasgos, de los grupos de los cuales forma parte. Teniendo en cuenta este proceso de desarrollo psicosocial, se puede concluir que la identidad se puede crear, tanto en el mundo real, como también de manera on line o en el mundo virtual, como sería en el caso de Instagram. (Pérez Sinusía, M; Cassany, D. 2018).

Lo que se publica en Instagram, ya sean imágenes o historias corresponde a narrativas que asignan un significado a la realidad, estas narrativas corresponden a estándares hegemónicos que se construyen socialmente. Las narrativas de cada sujeto dan lugar a un relato predominante o una narrativa colectiva y hegemónica, que se instala en la consciencia colectiva y que determina las conductas de los individuos. La aceptación y reconocimiento, manifestados a través de seguidores y likes con los que funciona la red social Instagram son la contraprestación que obtienen los usuarios a lo que publican o a la información que consumen. A partir de la popularidad y aceptación percibidas se detonan una serie de emociones en los usuarios, estas emociones, a su vez, van a condicionar las narrativas que publican los usuarios y las conductas que se promueven en la sociedad. Hay una continua interacción entre lo personal y lo social, para configurar la identidad individual y social. (Bard Wigdor, G; Magallanes Udovicich. 2021).

Se puede hablar de identidad individual y de identidad social; la identidad individual se refiere a como el organismo se siente diferente a los demás, y la identidad social, se refiere a como el organismo se relaciona con el entorno, para identificarse o diferenciarse del grupo. (Fernández; E. 2012).

Algunos autores han caracterizado a los usuarios de Instagram y en general los describen como “usuarios compulsivos, que se dejan guiar por las publicaciones que muestran emociones positivas y un compromiso afectivo (...) personas superficiales, poco analíticas, que se dejan guiar por emociones y además “no entienden el mundo” (Figueroa Benítez, J C; González-Quiñones, F; Machin Mastromatteo, J D. 2021).

Los usuarios de Instagram comparan su vida con la de otros usuarios a través de las imágenes e historias que se publican y manifiestan sentirse presionados a mostrar una vida ideal (según la construcción social hegemónica), dando lugar a unas expectativas que son poco realistas y carentes de objetividad; enfrentarse a una realidad distinta al ideal detona toda clase de frustraciones, tristeza, rabia, confusión, incertidumbre, impotencia y ansiedad. Es posible que esta situación influya sobre los estados emocionales y la salud mental de jóvenes y adolescentes, como ellos mismos lo han manifestado en un estudio adelantado por el autor (López Quintana, E L. 2022) para la Universidad de Laguna en Gran Canaria, titulado “Influencia de Instagram sobre la salud mental de las jóvenes canarias”.

Conclusiones

Luego del análisis y discusión de la información recolectada, se presentan las siguientes conclusiones:

Con respecto al objetivo general de describir la afectación en los estados emocionales de adolescentes, por identificación, al usar la red social Instagram, según la revisión Bibliográfica de textos latinoamericanos- Incluyendo España, entre los años 2016 y 2024, se ha llegado a dos conclusiones a saber:

En primer lugar, se concluye que Instagram es una herramienta tecnológica que puede ejercer un efecto positivo en el desarrollo psíquico, intelectual, social y cultural; además, puede promover el bienestar emocional y la salud mental de los adolescentes, dependiendo del uso que se le dé. La forma de uso se refiere a que Instagram puede ser usado con fines educativos y recreativos, sin abusar de la cantidad de tiempo de uso y, sobre todo, si es acompañado de información que genere consciencia acerca de las dinámicas capitalistas y de mercado, con las cuales funciona esta red social y permita conocer cuáles son las consecuencias positivas y negativas, que se pueden generar en la utilización de esta red social. Instagram es una herramienta que bien utilizada, permite establecer y sostener relaciones sociales sin los límites de la distancia física, relaciones a través de las cuales su posibilidad de vivir diversas experiencias y tener acceso a referentes de diferentes culturas y estilos de vida; estos referentes generan aprendizaje y potencian el desarrollo intelectual y académico.

En segundo lugar, se ha llegado a la conclusión de que el uso inadecuado y excesivo de las redes sociales, actúan como disruptores del proceso de desarrollo psíquico e intelectual de los adolescentes. En la discusión y análisis de los diferentes artículos recolectados se logra detectar evidencia de que el uso de Instagram implica una

mayor probabilidad de presentar malestar emocional, hay probabilidad de que se detonen trastornos mentales como depresión, ansiedad y trastornos del sueño, según la literatura analizada. Presuntamente, la dinámica de afectación negativa se da cuando los adolescentes están expuestos a información e imágenes retocadas en Photoshop, idealizadas, poco realistas, sobre editadas e inalcanzables y pueden llegar a creer que esa es la realidad y que su vida no es tan interesante como la de otros, cuando se comparan con esto se ve afectado su autoconcepto, su identidad, se distorsiona su imagen corporal y se afecta su autoestima; detonando emociones de insatisfacción, impotencia, tristeza, desesperanza, miedo, entre otros.

En cuanto al **objetivo específico número uno**, el cual consiste en identificar por medio de la revisión bibliográfica, la presencia de síntomas de afectación emocional relacionada con el uso de Instagram; se logra concluir; que el uso inadecuado, excesivo y sin información previa acerca de los efectos negativos y positivos de Instagram y sobre las dinámicas de su funcionamiento, genera malestar emocional en los adolescentes; como lo evidencian, entre otros, los resultados del estudio de (López Quintana, E L. 2022)

Instagram incita a la comparación en las jóvenes que lo utilizan. Las usuarias navegan por Instagram y es común que comparen su vida con la del resto de usuarios que siguen. La comparación e identificación que se da entre los usuarios de Instagram, sumada a la presión por mostrar una vida ideal puede estar relacionada con que la mayoría de las encuestadas haya afirmado que Instagram efectivamente tiene poder de influencia sobre la salud mental de las jóvenes. Instagram tiene poder sobre las emociones y la percepción de las jóvenes, que las mujeres se sienten altamente presionadas en esta red y que Instagram se ha convertido en una forma de distracción con gran influencia en la salud mental de las jóvenes.

Entre los documentos encontrados, está el estudio de los autores (Prasad S, Ait Souabni S, Anugwom G, Aneni K, Anand A, Urhi A, Obi-Azuike C, Gibson T, Khan A, Oladunjoye F. 2023) “Ansiedad y depresión entre los jóvenes como efectos adversos del uso de las redes sociales: una revisión”

El uso de las redes sociales suele asociarse con la depresión y la ansiedad. Se cree que diferentes patrones predicen peores resultados en materia de salud mental, como la multitarea, la inversión emocional, las actividades basadas en la apariencia, el uso pasivo de los medios, el uso problemático de las redes sociales, el acoso cibernético, el sexting y la concienciación sobre desastres.

Ahora, en relación al **segundo objetivo específico de describir las causas de los síntomas psicoemocionales**, se encontró un artículo para la Revista norteamericana de psicología 2023, elaborado por los autores (Reyes, M. E. S., Buluran, C. A. D., Celicious, A. B., Dauigoy, R. H. G., Mallare, K. C. A., & Zsila, Á. 2023), titulado “Uso de sitios de redes sociales y autoestima entre jóvenes filipinos: ¿La comparación social media o modera esta asociación?” la cual en las conclusiones expresa lo siguiente:

En esta encuesta, el 71% de este grupo de edad declaró utilizar Instagram, el 65% utilizó Snapchat y TikTok (48%). Entre los de entre 18 y 24 años, la prevalencia de uso fue aún mayor (el 76% utilizó Instagram, el 75% Snapchat y el 55% TikTok). Encontramos evidencia del papel mediador de la comparación social en la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima. Las tres variables de investigación estaban significativamente correlacionadas, aunque las asociaciones eran generalmente débiles. En apoyo de nuestra primera hipótesis, la comparación social se asoció con un mayor tiempo dedicado a los sitios de redes sociales. En apoyo de la segunda hipótesis, el uso más frecuente de los sitios de redes sociales se

asoció con una autoestima ligeramente menor. Los resultados indican una correlación negativa débil entre la comparación social y la autoestima, lo que apoya nuestra tercera hipótesis. (Reyes, M. E. S., Buluran, C. A. D., Celicious, A. B., Dauigoy, R. H. G., Mallare, K. C. A., & Zsila, Á. 2023).

Incluso, Bard Wigdor, G; Magallanes Udovicich. (2021), mencionan que lo que se publica en Instagram, ya sean imágenes o historias, corresponde a narrativas que asignan un significado a la realidad, estas narrativas corresponden a estándares hegemónicos que se construyen socialmente. Las narrativas de cada sujeto dan lugar a un relato predominante o una narrativa colectiva y hegemónica, que se instala en la consciencia colectiva y que determina las conductas de los individuos. La aceptación y reconocimiento, manifestados a través de seguidores y likes con los que funciona la red social Instagram son la contraprestación que obtienen los usuarios a lo que publican o a la información que consumen. A partir de la popularidad y aceptación percibidas se detonan una serie de emociones en los usuarios, estas emociones, a su vez, van a condicionar las narrativas que publican los usuarios y las conductas que se promueven en la sociedad. Hay una continua interacción entre lo personal y lo social, para configurar la identidad individual y social.

Acerca del tercer objetivo específico, de examinar la motivación para usar la red social Instagram, la revisión de artículos corrobora que son las personas entre los 16 y 30 años, que lo usan principalmente con las motivaciones de interactuar socialmente, obtener información, expresarse libremente y con privacidad de los adultos (Prades M; Carbonell X. 2016).

De acuerdo con las teorías de la psicología del desarrollo, la identificación es el proceso mediante el cual el individuo introyecta características, a partir de los estímulos del entorno sociocultural; el entorno sociocultural incluye las instituciones, personas y los

grupos con que interactúa. Mediante este proceso, el individuo construye su identidad y estructura la personalidad que determinará la forma en que el individuo percibe y afronta la realidad a lo largo de su existencia y que será determinante también para los estados emocionales y su salud mental. Por lo tanto, si tenemos en cuenta que Instagram es una herramienta de comunicación e interacción sociocultural, es indudable que va a influenciar la estructuración psíquica, la identidad y la personalidad del individuo; Instagram ejerce influencia en los principios, creencias, normas y valores que van a regir su conducta; así como en las ideas, sentimientos y emociones predominantes en la psiquis y que forman parte del desarrollo psicológico de las personas.

Se considera importante investigar más acerca del impacto emocional de esta red social en los adolescentes, además, la relevancia de continuar con las intervenciones; con esfuerzos coordinados desde el sector público y privado, orientados al fortalecimiento de habilidades para la vida en los individuos, y en este caso, enfatizar en los adolescentes y sus familias, aspectos como la toma de decisiones, tolerancia a la frustración, estrategias de afrontamiento, promover la consciencia de que el valor de la existencia humana está en el ser, más que en el tener; promover el desarrollo de un sentido crítico y reflexivo en la mentalidad de los individuos, que les permita la resiliencia y adaptación.

Los artículos analizados evidencian que en la plataforma Instagram se promueve contenido fundamentado en el consumismo, con contenido manipulado e idealizado acerca de estilos de vida e imagen corporal que no siempre son posibles de alcanzar; este tipo de contenido puede distorsionar la percepción de la realidad, detonando frustración, depresión y ansiedad. Sin embargo, la intención de este trabajo investigativo no es estigmatizar la red social Instagram, sino identificar las dinámicas a través de las cuales se afectan los estados emocionales de los adolescentes, para poder intervenirlas

En la indagación bibliográfica se encuentra que el término afectación emocional ha tenido poco estudio, la mayor parte de los artículos e información encontrada se relacionan directamente con trastornos mentales, lo cual puede ser motivo de una nueva investigación, que posibilite indagar y ampliar más detalladamente su significado.

Referencias

- Arango, K. (2024). *Método hermenéutico: Definición y Características*. PSICOCODE- Portal de contenidos relacionados con Psicología y Desarrollo personal.
- Bard Wigdor, G., & L., M. U. (2021). *Instagram: La búsqueda de la felicidad desde la autopromoción de la imagen*. Obtenido de Argentina, Culturales, vol.9, Mexicali, E pub, 16-Feb-2022.: <https://www.scielo.org.mx/pdf/cultural/v9/2448-539X-cultural-9-e519>.
- Bordignon, N. (2005). *El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto*. . Obtenido de Revista Lasallista de Investigación , 2 (2), 50-63.: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69520210>
- Celaya, J. (. (2008). *La Empresa en la WEB 2.0*. Obtenido de Editorial Grupo Planeta, España: <https://cmappublic3.ihmc.us/rid=1NK1FPVV5-2DJTVN2-1FS0/La%20empresa%20web.pdf>
- Chaves Salas, A. L. (2001). IMPLICACIONES EDUCATIVAS DE LA TEORÍA SOCIOCULTURAL DE VIGOTSKY. *Revista Educación*.
- Cornejo, M., & Tapia, M. L. (s.f.). *Redes sociales y relaciones interpersonales en internet*. Obtenido de Fundamentos en Humanidades, vol. XII, núm. 24, 2011, pp. 219-229, Universidad Nacional de San Luis, San Luis, Argentina: <https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920010.pdf>
- Cruz Reyes, S. M. (2021). Modalidades de uso de Instagram y construcción de acuerdos en relaciones de parejas adolescentes chilenas. Facultad de Ciencias Sociales Universidad de Chile.
- Cuadra, N. (29 de Octubre de 2019). Redes Sociales y Salud Mental. Santiago, Chile.
- DW. (08 de 05 de 2024). (S. Höppner, Productor) Obtenido de <https://www.dw.com/es/los-efectos-positivos-de-una-semana-sin-redes-sociales/a-69030220#:~:text=Seg%C3%BAn%20el%20estudio%2C%20solo%20una,positiva%20hacia%20el%20propio%20cuerpo>.
- Fernández, & E. (2012). *IDENTIDAD Y PERSONALIDAD: O COMO SABEMOS QUE SOMOS DIFERENTES DE LOS DEMÁS*. . Obtenido de Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia. España. : https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Identidad_y_personalidad.pdf
- Figuerero Benítez, J. C., González-Quñones, F., & Machin Mastromatteo, J. D. (2021). *Instagram como objeto de estudio en investigaciones recientes. Una revisión de literatura con enfoque en revistas científicas*. Obtenido de Ámbitos. Revista Internacional de Comunicación | N° 53, 9 – 23. 2021. México.: <https://revistascientificas.us.es/index.php/Ambitos/article/view/17258/15347>
- García Muñío, D. (2020). LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LA SALUD MENTAL DE JÓVENES Y ADOLESCENTES. *Universidad Zaragoza*.

- García Puertas, D. (2020). Influencia del uso de Instagram sobre la conducta alimentaria y trastornos emocionales. Revisión sistemática. *REVISTA ESPAÑOLA DE COMUNICACIÓN EN SALUD*, v. 11, n. 2, 244-254.
- Guitart, M. M., Nadal, J. M., & Vila, I. (2010). LA CONSTRUCCIÓN NARRATIVA DE LA IDENTIDAD EN UN CONTEXTO EDUCATIVO INTERCULTURAL. *Límite. Revista de Filosofía y Psicología*, 84.
- Iñiguez, L. (2001). *Identidad: De lo Personal a lo Social. Un Recorrido Conceptual*.
- López Quintana, E. L. (2022). *Influencia de Instagram sobre la salud mental de las jóvenes canarias*. Obtenido de Universidad de la Laguna, Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación, Gran Canaria. : <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/28379/Influenci>
- López Sáez, M., Gaviria E, C. G., & Saulo, F. A. (2013). *Introducción a la psicología social*. Obtenido de Libro, Universidad Nacional de Educación a Distancia (España) Edición 2 Editor Sanz y Torres, 2013 ISBN8415550405, 9788415550402.: <https://centrodocumentacion.psicosocial.net/wp-content/uploads/2003/01/lopez-saez-influencia-social.pdf>
- Lozano Blasco, R., Mira Aladrén , M., & Gil Lamata, M. (2023). Redes sociales y su influencia en los jóvenes y niños:Análisis en Instagram, Twitter y YouTube. *Comunicar Revista Científica de Comunicación y Educación*.
- Lucci, M. A. (2006). LA PROPUESTA DE VYGOTSKY: LA PSICOLOGÍA SOCIO-HISTÓRICA. *Revista de currículum y formación del profesorado*, 10, 2.
- M, P., & X., C. (2016). *REVISTA COMMUNICATION PAPERS –MEDIA LITERACY & GENDER STUDIES. Vol.5 - No9. Barcelona* . Obtenido de <https://raco.cat/index.php/communication/article/view/320513/410701>
- Magallanes Palomino, Y. V. (2006). *EL LENGUAJE EN EL CONTEXTO SOCIO CULTURAL, DESDE LA PERSPECTIVA DE LEV VYGOTSKY*. Obtenido de Libro.
- Mayorga Lascano, M. (2018). *Escuelas de psicología: un breve recorrido por las teorías de la personalidad*. Centro de publicaciones Puce.
- Moreno Calderón, E., Chávez Castro, M., Puerta Cortés Ana, D. X., & (2022)., G. M. (s.f.). *El autoconcepto en mujeres usuarias de Instagram: un modelo de mediación de la autocompasión*. Obtenido de Tesis Psicológica, 17(2), 1-22.: <https://doi.org/10.37511/tesis.v17n2a6>. <https://revistas.libertadores.edu.co/index.php/TesisPsicologica/article/view/1200>
- Moreno, P. d., Tejedor Calvo, S., & Romero Rodríguez, L. M. (2018). *MICRONARRATIVAS EN INSTAGRAM: ANÁLISIS DEL STORYTELLING AUTOBIOGRÁFICO Y DE LA PROYECCIÓN DE IDENTIDADES DE LOS UNIVERSITARIOS DEL ÁMBITO DE LA COMUNICACIÓN*. Obtenido de Revista de Investigación Social,ISSN: 1989-3469, Prisma Social Nº20. Sección temática. Pág. 40-57.: <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/6360/Prisma%20Social%20%28Scopus%29%20Instagramers.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- N, F., C, d. G., Elgier, A., Mulgura, T., & Ceberio, M. R. (2023). *Uso de la red social Instagram y la construcción de la identidad en adolescentes argentinas*. . Obtenido de Revista ConCiencia. EPG–Vol. 9–N°. 1 enero-Junio. Argentina. : <https://revistaconciencia.edu.pe/>
- Naciones Unidas. (2021). Editada por la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Comercio y Desarrollo, U. (. (2021). *INFORME SOBRE TECNOLOGÍA E INFORMACIÓN 2021 Subirse a la ola tecnológica Innovación con equidad*. Obtenido de https://unctad.org/system/files/official-document/tir2020overview_es.pdf?trk=public_post_comment-text
- OMS. (08 de Junio de 2022). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Palomino, Y. V., Donayre Vega, J. A., Gallegos Elías, W. H., & Maldonado Espinoza, H. E. (2021). *EL LENGUAJE EN EL CONTEXTO SOCIO CULTURAL, DESDE LA PERSPECTIVA DE LEV VYGOTSKY*.
- Pérez Sinusía, M., & Cassany, D. (2018). *ESCRIBIR Y COMPARTIR: PRÁCTICAS ESCRITAS E IDENTIDAD DE LOS ADOLESCENTES EN INSTAGRAM*. Obtenido de Aula de Encuentro, N.º 2, volumen 20, pp. 75-94. : https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/54317/Perez_aula_escr.p
- Prasad S, A. S.-A. (2023). *Anxiety and depression amongst youth as adverse effects of using social media : A Review*. Obtenido de Ann Med Surg (Lond). 2023 Jul 7; 10., 85(8):3974-3981 doi: 10.1097/MS9.0000000000001066. PMID: 37554895; PMCID: PMC10406047.: 2023 Jul 7;85(8):3974-3981. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10406047/>
- Regader, B. (15 de Septiembre de 2024). *Psicología y mente*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-del-desarrollo-psicosocial-erikson>
- Reyes, M. E. (2023). *Social networking sites use and self-esteem among filipino young adults: Does social comparison mediate or moderate this association?* . Obtenido de North American Journal of Psychology, 25(4), 697-715. Retrieved from : <https://ezproxy.uniminuto.edu/login?url=https://www.proquest.com/scholarly-journals/social-networking-sites-use-self-esteem-among/docview/2894466005/se-2>
- Torres Verdugo, Á. (2011). Guía de fuentes de información iberoamericana. *Revista Iberoamericana de Educación Superior (RIES)*, 142-179.
- Valles, P. (17 de Noviembre de 2021). ¿Cómo Instagram está afectando la salud mental de los adolescentes? Obtenido de <https://www.latercera.com/piensa-digital/noticia/como-instagram-esta-afectando-la-salud-mental-de-los-adolescentes/TB7SVEUM45C37AKSWIQY5ZO5D4/#>
- Veiga de Cabo, J., De la Fuente Díez, E., & Zimmermann Verdejo, M. (2008). Modelos de estudios en investigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 54(210), 81-88.
- Veraksa , N., & Sheridan, S. (2021). *Las investigaciones actuales sobre las teorías de Vygotsky en Educación Infantil*. Madrid: Ediciones Morata.

Vidales González, C. (. (2011). *El relativismo teórico en comunicación. Entre la comunicación como principio explicativo y la comunicación como disciplina práctica*. Obtenido de *Comunicación y sociedad*, (16), 11-45.): .).
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-252X2011000200002&script=sci_arttext