



Efectos psicoemocionales del abuso de las redes sociales en adolescentes

Maria Alejandra Restrepo Jaramillo

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

Mayo de 2023

Efectos psicoemocionales del abuso de las redes sociales en adolescentes

Maria Alejandra Restrepo Jaramillo

Monografía presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(a)

Mg. Olga Lucia Palacio Ramírez

Título académico

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

Mayo de 2023

Dedicatoria

Inicialmente a mi abuela por haber tomado el primer paso para que las generaciones siguientes pudiéramos estudiar, a mi mamá por ser tan valiente y querer acompañarme, a Sebastián por haber estado ahí hasta el final con su incondicionalidad, fuerza y apoyo y a mi hermano por creer en mí ayudándome a no desfallecer en el proceso.

Agradecimientos

A mi papá por estar ahí hasta el último semestre y a la universidad Minuto de Dios por elegir educadores con tanta paciencia y amor por los procesos de sus estudiantes.

Contenido

Contenido

Lista de tablas	6
Resumen	7
Introducción.....	9
CAPÍTULO I	11
1 Planteamiento del problema	11
1.1 Viabilidad	15
1.1.1 Vacíos	16
1.2 Pregunta de investigación.....	17
1.3 Objetivo general.....	18
1.3.1 Objetivos específicos	18
2 Justificación.....	19
3 CAPÍTULO III	25
3.1 MARCO TEÓRICO	25
4 CAPÍTULO III	36
4.1 Diseño Metodológico	36
4.2 Consideraciones éticas.....	39
5 CAPITULO V	41
5.1 ANALISIS.....	¡Error! Marcador no definido.
Anexos	¡Error! Marcador no definido.

Lista de tablas

Tabla 1.....	32
Tabla 2.....	42
Tabla 3.....	42

Resumen

El presente estudio analizó los aspectos psicoemocionales del abuso de las redes sociales en la adolescencia utilizando un enfoque cualitativo, la modalidad de monografía con enfoque interpretativo-hermenéutico a 59 investigaciones relacionadas, la muestra bibliográfica estuvo compuesta por cincuenta referencias indexadas, los factores de inclusión fueron la indexación de los artículos, muestras relacionadas con el fenómeno trabajado, paginas oficiales que hicieran parte de organizaciones mundiales, referente a los factores de exclusión se encuentran el rango de fechas es decir documentos a partir de 2010, el idioma ya que se trabajó únicamente Español e Inglés, población distinta a la adolescencia, los artículos que no cumplían con una muestra asociada con el problema investigado, los resultados indicaron que el abuso de las redes sociales puede tener aspectos psicoemocionales negativos en la salud mental de los adolescentes debido a la etapa social que atraviesan, especialmente en términos de ansiedad y depresión. En los documentos interpretados se encuentra que una de las causas sociales para estos efectos puede ser la exposición a contenido inapropiado. En conclusión, es importante tomar medidas para prevenir el abuso de las redes sociales en la adolescencia y promover un uso saludable de las mismas.

Palabras clave: Adolescencia, abuso, adicción, redes sociales

Abstract

The present study analyzed the psychoemotional aspects of social network abuse in adolescence. Using a qualitative approach, the monograph modality with interpretative-hermeneutic approach to 59 related researches. The results indicated that the abuse of social networks can have negative psychoemotional aspects on the mental health of adolescents due to the social stage they are going through, especially in terms of anxiety and depression. In the interpreted papers it is found that one of the social causes for these effects may be exposure to inappropriate content. In conclusion, it is important to take measures to prevent the abuse of social networks in adolescence and to promote a healthy use of them.

Keywords: Adolescence, abuse, addiction, social networks.

Introducción

En la actualidad, el uso de las redes sociales se ha convertido en una práctica común en la vida cotidiana de los adolescentes en todo el mundo. Sin embargo, existe una creciente preocupación acerca del impacto que esta actividad puede tener en su salud mental y bienestar psicológico. En este sentido, el presente trabajo de grado tiene como objetivo Identificar cuáles son los factores de riesgo asociados al abuso de las redes sociales en la aparición de las alteraciones psicoemocionales en la adolescencia.

Se sabe que el abuso de las redes sociales en los adolescentes puede tener efectos negativos como ansiedad, depresión, aislamiento social y problemas de autoestima. Por otro lado, también puede haber consecuencias a largo plazo, como la exposición a contenidos inapropiados, la falta de privacidad, el ciberacoso y la adicción a las redes sociales.

En este sentido, este trabajo de grado se justifica por la importancia de conocer las consecuencias psicoemocionales del abuso de las redes sociales en la adolescencia. Además, se espera que los resultados de este trabajo contribuyan al conocimiento existente sobre este tema, permitiendo buscar el diseño de estrategias mas efectivas para el manejo de este tema. Es importante destacar los peligros del abuso de las redes sociales en la etapa adolescente porque podría desbordar efectos psicoemocionales negativos, entre los riesgos se puede encontrar el acceso a contenidos explícitos, la pérdida de la intimidad, miedo, acoso sexual y/o escolar, contenidos que incitan a la anorexia, bulimia, racismo, juegos suicidas e incluso la normalización de la comisión de delitos.

El objetivo general de la investigación será identificar cuáles son los factores de riesgo asociados al abuso de las redes sociales en la aparición de las alteraciones psicoemocionales en la adolescencia y los objetivos específicos que ayudarán a llevar a cabo la investigación será inicialmente analizar la relación entre el abuso de las redes sociales y la adolescencia y establecer las principales causas psicológicas y emocionales con relación a la adicción a los medios sociales en esta etapa.

Para alcanzar estos objetivos, se realizó un análisis cualitativo mediante 59 investigaciones, utilizando un enfoque cualitativo, la modalidad de monografía con enfoque interpretativo-hermenéutico con la finalidad de identificar las principales consecuencias psicoemocionales del abuso de las redes sociales. A partir de este análisis, se identificaron los patrones y temas más relevantes, que se presentarán en el resto de este trabajo de grado.

CAPÍTULO I

1 Planteamiento del problema

La investigación llevada a cabo tiene como propósito reconocer los efectos psicológicos y emocionales con relación al abuso de las redes sociales en la adolescencia.

Inicialmente, los factores psicológicos son una combinación entre el carácter biológico del ser humano y el entorno en el que habita, es decir, las funciones cognitivas, los procesos psicológicos básicos y los estilos de pensamiento que se pueden ver reflejados en la personalidad, temperamento, autopercepción, aprendizaje y bienestar de una persona.

Con relación a las redes sociales, es importante hablar acerca de los inicios del internet. En los últimos años se ha producido una revolución tecnológica que tiene su origen en 1969, con la creación de internet por parte del Departamento de Defensa de los Estados Unidos, se ha promovido el desarrollo y la masificación de nuevos aparatos tecnológicos como personales, teléfonos inteligentes y tablets, produciendo un intercambio global y expedito que plantea una modificación de los paradigmas de la comunicación (Riesgo de las nuevas tecnologías e internet, s. f.).

Las redes sociales son actualmente el medio de comunicación más importante especialmente para los adolescentes, en este momento la humanidad depende de los medios digitales, es importante resaltar el impacto que ha generado esto a la sociedad, a través de este se ha logrado cambiar el modo como se interactúa con el mundo en todas las esferas, un ejemplo de ellos es el inicio exitoso de la manera de ponerse en contacto en 1996 con la aparición de SixDegrees en Estados Unidos, la primera red social estableció el inicio para la creación de las plataformas virtuales y todas las opciones de comunicación en línea (Boyd y Ellison, 2007).

Para comprender entonces que efectos tiene abusar de estas redes sociales se debe abordar cómo se entenderá la palabra abuso, esta según la Real Academia de La Lengua (RAE) es hacer uso de algo de modo excesivo o indebido, dichas conductas tienen similitudes con los comportamientos que se presentan en el consumo de sustancias psicoactivas que provocan síndrome de abstinencia, que se refiere a los sentimientos de incomodidad o estado físico, psicológico, social desagradable cuando una actividad se reduce de forma súbita, (García, 2013), es por esto por lo que cualquier actividad que se realice de manera desmedida, puede causar una adicción como lo sustenta el autor Echeberúa en su investigación:

Todas las conductas adictivas están inicialmente controladas por reforzadores positivos, pero terminan siendo controlados por reforzadores negativos, es decir por el alivio de la tensión o la emoción, una persona puede hablar por el móvil por el placer o utilidad de la conducta en sí, pero una persona adicta lo hace buscando el alivio emocional intentando ahuyentar el aburrimiento, la ira o los nervios (Echeburúa, 2015, p. 50)

Teniendo en cuenta lo anterior, cuando se presentan continuamente los comportamientos de riesgo antes mencionados, abusar de algo de forma excesiva se puede convertir en una adicción comportamental o sin sustancia. El término adicción sin sustancia son actividades o conductas repetitivas y exageradas que generan placeres o alivios temporales, (Montalvo y López, 2010) afirman “cualquier actividad común que se pueda percibir como placentera tiende a convertirse en una conducta adictiva” (p. 3). En la adicción sin drogas, la clave no es la repetición del comportamiento sino la relación que se establece con ella a través de la pérdida de control y la dependencia que estas pueden generar.

Por otro lado y anudado con lo anterior, en la etapa adolescente se deben afrontar cambios físicos, psicológicos y transformaciones sociales que interfieren en el tiempo del descubrimiento del

mundo interior, en el reconocimiento del mundo de vida, del espacio social y de la construcción de su quehacer en la acción social (Unicef, 2011, p. 8), anudado a lo anterior, en esta etapa se aumenta la necesidad de socializar y pertenecer a un grupo de iguales, lo que genera cambios dramáticos, dado que los adolescentes comienzan a alejarse de sus padres y a orientarse hacia sus pares (Castillo, 2013, p. 51), esto explica que la adolescencia sea un periodo crítico que incluye creación de una nueva identidad donde se atraviesan duelos, se crean y aceptan nuevos roles y por lo cual las redes sociales se vuelven cruciales para evidenciar la forma en que los adolescentes afrontan la nueva visión de sí mismos y su entorno.

Así pues, desde aquí se comienza a articular un repertorio de identidades sociales, que tienen la tarea principal de formar nuevas redes que reflejen estas nuevas identidades (Hirsh, 1985, como se citó en Aron et al., 1995), de allí la importancia que en esta identidad que el adolescente tenga un correcto desarrollo del autoconcepto en relación con su entorno como aduce Mamani Andrade 2018:

Quando el adolescente presenta un autoconcepto positivo, sabe con claridad con que recursos cuenta, tiene relaciones personales afectivas, satisfactorias y claridad de sus objetivos. En cambio, el adolescente que presenta un concepto negativo, no se comunica con facilidad, es tímido, tiene pocos o ningún amigo, elude de forma activa las situaciones sociales, es poco consciente de los intereses y necesidades de los demás teniendo dificultades para expresar sus ideas y sentimientos de manera directa, habla de manera negativa de sí mismo y de sus logros demostrando poca imaginación y rara vez propone ideas originales (p. 14).

Es por esto que, en esta etapa el uso de las redes sociales puede significar un refugio para ser seres más amistosos y capaces de tomar acciones determinadas enfocadas a la socialización que solo se puede lograr detrás de las pantallas, es importante resaltar que limitar la interacción y el apoyo al contacto virtual va a implicar ciertos efectos negativos en el comportamiento, sobre todo en la etapa del

pleno desarrollo de la identidad. La autora Dina (1999) indica que en esta fase 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 (Krauskopof y Dina, 1999).

Según UNICEF, la tecnología digital puede crear nuevas brechas que impiden que los jóvenes alcancen todo su potencial físico ya que actualmente vivimos una era digital en la que dependemos de las redes sociales para llevar a cabo nuestro día a día (Niños en un mundo digital, 2017, p. 6), sin embargo, es importante reconocer cuales son las consecuencias de depender de las redes sociales porque el abuso de estas crea efectos negativos principalmente en la edad adolescente entre las cuales encontramos depresión, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, insomnio, disminución de horas totales de sueño, bajo rendimiento académico y abandono escolar. (Arab y Díaz, 2015, p. 10)

“La llegada de estas nuevas tecnologías en especial del internet y el teléfono móvil generaron un cambio importante en la vida de las personas, sobre todo en la de los jóvenes, quienes dedican gran parte de su tiempo a ellas” (Gutiérrez, 2011). Las redes sociales afectan de una u otra manera la vida de todas las personas porque hoy en día se recurre a estas para la mayoría de las labores de rutina, no obstante, afecta principalmente el día a día de los adolescentes debido a que por la etapa evolutiva que atraviesan, hay una gran predisposición a generar dependencia a ellas, sobre todo por el acceso permisivo que se encuentran allí.

Es así como se mencionaría la adicción a los medios digitales cuando hay una reducción entre la integración física y la virtual, la mayoría de los adolescentes dedican más tiempo a sus redes sociales y reducen notablemente el contacto presencial con su entorno, además que demuestran bajo rendimiento académico por lo que se concluye que hay una conducta con resultados negativos en el día a día.

De igual manera y para abrir paso al fenómeno de la aparición de alteraciones psicoemocionales en los adolescentes producto del abuso de las redes sociales, se debe entender la función cognitiva y sensorial del cerebro, que sobre todo en la etapa de la adolescencia juega un papel muy importante porque la tendencia a abusar de las redes sociales tiene una estrecha relación con la influencia sensitiva que prevalece sobre la cognitiva (Bueno, 2022, p. 7) es decir, hay menos profundización en los actos y más búsqueda de sensaciones, por lo que las actividades que implican tiempo y esfuerzo en el presente y en el futuro pueden ser reemplazadas fácilmente por experiencias que brinden una sensación inmediata de validación, compañía y logro, como lo explica el autor Velthoven:

“Los adolescentes se encuentran en un estado de consumo permanente de las redes sociales sin ningún filtro, la propia estructura de las redes sociales está pensada para que los usuarios pasen en ellas el mayor tiempo posible, lo cual está condicionado por un programa de refuerzo intermitente donde, a mayor número de likes o notificaciones que recibe el usuario, mayor reforzamiento y gratificación.”

(Velthoven, Powell y Powell, 2018, p. 2)

1.1 Viabilidad

El estudio de las problemáticas del uso abusivo de las redes sociales por parte de los adolescentes es un área de investigación muy relevante en la actualidad. Con el creciente uso de las redes sociales en todo el mundo, ha aumentado la preocupación sobre los posibles efectos negativos que estas pueden tener en la salud mental y emocional de los adolescentes.

Algunas de las problemáticas asociadas con el uso abusivo de las redes sociales incluyen el aislamiento social, la adicción, el ciberacoso, la ansiedad, la depresión y otros problemas de salud mental. Los adolescentes que usan las redes sociales de manera excesiva también pueden experimentar problemas en sus relaciones interpersonales, en su rendimiento académico y en su calidad de sueño.

Estudiar las problemáticas del uso abusivo de las redes sociales por parte de los adolescentes puede ser una tarea importante para los profesionales de la salud mental, los educadores y los padres de familia. Con un mayor conocimiento sobre estos temas, podemos tomar medidas para ayudar a los adolescentes a utilizar las redes sociales de manera más saludable y consciente.

1.1.1 Vacíos

Aunque el estudio del impacto del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes es un tema de investigación muy relevante, todavía existen algunos vacíos en la comprensión completa de los efectos de las redes sociales en la salud mental y emocional de los adolescentes. Algunos de estos vacíos son:

Según American (Psychological Association, 2017) uno de los vacíos es la falta de consenso en la definición de "uso excesivo" de las redes sociales: No hay un criterio universalmente aceptado sobre cuánto uso de las redes sociales es "excesivo" o "abusivo", lo que dificulta la comparación de los estudios y la identificación precisa de los efectos negativos.

Dificultades para establecer relaciones causales: Aunque muchos estudios han encontrado correlaciones entre el uso de las redes sociales y la salud mental y emocional de los adolescentes, aún no está claro si las redes sociales causan estos problemas o si son simplemente una parte de un conjunto más amplio de factores contribuyentes.

Limitaciones en la generalización de los resultados: Muchos de los estudios sobre el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes se han realizado en muestras específicas, como en países desarrollados o en comunidades urbanas, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones.

Pocas investigaciones sobre soluciones efectivas: A pesar de que se ha documentado el impacto negativo del uso excesivo de las redes sociales en la salud mental y emocional de los adolescentes, todavía hay pocos estudios que se centren en desarrollar y evaluar soluciones efectivas para prevenir o reducir estos efectos negativos.

En resumen, aunque existen muchos estudios sobre el impacto del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, todavía hay algunos vacíos en la comprensión de los efectos precisos de las redes sociales en la salud mental y emocional de los adolescentes.

La presente investigación pretende conocer los factores de riesgo psicoemocionales que inciden en el abuso de las redes sociales en la adolescencia, teniendo en cuenta que esto puede traer consecuencias a nivel psicológico y emocional entre las cuales se puede encontrar la ansiedad, depresión, irritabilidad, dependencia entre otros.

1.2 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los efectos psicoemocionales asociados al abuso de las redes sociales en la aparición de las alteraciones psicoemocionales en la adolescencia?

2 OBJETIVO

2.1 Objetivo general

Identificar cuáles son los factores de riesgo asociados al abuso de las redes sociales en la aparición de las alteraciones psicoemocionales en la adolescencia.

2.1.1 *Objetivos específicos*

- Analizar la relación entre el abuso de las redes sociales y la adolescencia.
- Establecer las principales causas psicológicas y emocionales con relación a la adicción a los medios sociales en esta etapa.
- Interpretar a través de la documentación los riesgos psicoemocionales del abuso de las redes sociales.

3 Justificación

La investigación llevada a cabo va a tener como propósito reconocer los efectos emocionales y psicológicos en los que se puede ver implicado el adolescente al abusar de las redes sociales, por lo que es importante a través un repaso por los estudios realizados comprender la problemática.

En un estudio realizado por Pew Research Center a 1316 adolescentes del 14 de abril al 4 de mayo de 2022, demuestra que el 55% de los adolescentes dice que es difícil dejar las redes sociales, además el 72 % de los adolescentes de EE. UU dice que tiene acceso a un teléfono inteligente. (Redes Sociales y Tecnología 2022: qué consumen los adolescentes, s. f.).

El 91% de los jóvenes de 16 a 24 años usan Internet para acceder a las redes sociales, hecho que según el informe sobre Las Tendencias Digitales, Redes Sociales Y Mobile, Digital Report 2022 muestra un aumento significativo de los usuarios de Internet y de las redes sociales en los últimos 12 meses. Ahora hay 4,620 millones de usuarios de redes sociales en todo el mundo, lo que representa un crecimiento interanual de más del 10% (424 millones de nuevos usuarios) desde el año pasado.

En cuanto a Colombia, el estudio Digital Report, arroja que La población colombiana está conformada por 51,07 millones de personas, de las cuales el 81.6% vive en zonas urbanizadas, en cuanto a conexiones móviles, el número de dispositivos móviles conectados en el país es de 60.83 millones, eso quiere decir que la cantidad de conexiones a través de celulares, tablets y portátiles superan a la población total (119%). (Redes Sociales y Tecnología 2022: qué consumen los adolescentes, s. f.).

Los usuarios de Internet activos en el país representan el 68% de la población total, de este porcentaje el 76.4% es activo en diversas redes sociales, entre las cuales están Facebook, Tik Tok, Instagram, YouTube de los de los cuales el 6.1% de la población esta encuentra entre los 13 a 17 años. Asimismo, el Instituto Superior de Estudios Psicológicos define los siguientes riesgos de la adicción a las redes sociales en los adolescentes entre los cuales se encuentran la privacidad y seguridad,

ciberbullying, adicción, tendencia a algunos trastornos psicológicos, síndrome FOMO (quedarse por fuera o perderse algo) autolesiones e ideaciones suicidas.

De igual manera, el informe llamado Status Of Mind, examining the positive and negative effects of social media on young people's health publicado por la Royal Society for Public Health (RSPH) y el Young Health Movement en el año 2011, detalla que el uso de redes sociales estaría relacionado con el aumento de la tasa de ansiedad y depresión en adolescentes que se ha presentado en los últimos 25 años, así como con la aparición alteraciones del sueño, problemas de autoimagen, el ciberbullying, de igual manera, el estudio revela que las redes sociales son medios más adictivos que los cigarrillos y el alcohol.

Es así como La universidad Grancolombia realiza varios estudios en 2019 en los que se arroja que el uso de Internet puede favorecer la aparición de comportamientos desadaptativos en la población juvenil. Algunas personas al tener que estar desconectadas de las redes sociales pueden presentar comportamientos de tipo depresivos o ataques de ira. En la actualidad los jóvenes pueden estar en riesgo a presentar este tipo de dependencia debido al fácil, libre e ilimitado acceso a la red y como consecuencia de tiempo no estructurado, la ausencia de filtros adecuados para el ingreso a ciertos tipos de páginas web, la sensación de popularidad, la ausencia de control parental y la oportunidad de escapar de las presiones, la ansiedad o la depresión que están presentes en esta etapa de la vida (p. 13), las redes sociales se han convertido en plataformas en las que se puede encontrar la ansiada popularidad de esta etapa, donde sobresalir se vuelve un tema de supervivencia.

“Hoy en día la internet no es tan censurada y muchos adolescentes y jóvenes tienen fácil acceso a ella, los padres al tener que estar constantemente cumpliendo con sus obligaciones laborales, poco es lo que pueden supervisar, entre esa situación los jóvenes aprovechan para ser más

populares, para sentirse libres y poder escapar de mil y un síntomas que pueden llegar a tener”
(p. 24)

Seguidamente con relación a los adolescentes y las redes sociales, en España se realizó un estudio para evaluar la relación entre la cognición moral, el apoyo y variables personales referente al acoso y las relaciones en adolescentes, en este estudio se analiza cuáles son las variables cognitivas sociales y emocionales que pueden llevar a algunos adolescentes a trasladar el acoso fuera de las aulas, es decir a los medios sociales virtuales.

El análisis correlacional confirma la relación entre acoso y ciberacoso, en el estudio, los estudiantes agresores por las redes sociales reciben apoyo directo e indirecto de sus compañeros, esto se muestra como una variable relevante, demostrando que acosar es hecho divertido y sin importancia. Entre las conclusiones están que las nuevas tecnologías pueden ser medios para fomentar el acoso en adolescentes y que una de las razones es la búsqueda de popularidad. Los ciberagresores justifican su violencia (Calvete & al, 2010 como se citó en 2018) Los alumnos victimarios presentaron niveles de desconexión moral, la distancia con la víctima que genera el acoso online mitiga la culpa del agresor (Slonje & Smith 2009, como se citó en 2018, p. 28)

Así mismo, en Ecuador se pueden encontrar diversos estudios relacionados con el uso de las redes sociales en adolescentes, uno de ellos fue en Cuenca (2017), donde se revisaba la adicción a internet y los factores familiares en los adolescentes en el que se evaluaron 388 estudiantes, los resultados obtenidos mostraron que los adolescentes con adicción a internet tienen mas disfuncionalidad familiar, cuando provienen de familias pequeñas, además los adolescentes con bajos niveles de armonía, cohesión, afectividad y comunicación tienen mayor probabilidad de padecer una adicción a internet, por otro lado, las condiciones buenas de vida actúa como factor de riesgo (p. 54).

En otro estudio realizado en Perú, se determina la relación entre el riesgo de adicción a redes sociales, la autoestima y el autocontrol en 135 estudiantes de 10 y 11 grado, entre las conclusiones se encuentra que a menor autoestima, autocontrol, inseguridad, aislamiento y poco dominio propio, mayor es el riesgo de adicción a las redes sociales, (p. 1) otra de las conclusiones es que los estudiantes con baja autoestima tienden a utilizar mayormente las redes sociales para interactuar con su entorno ya que su cohibición social por miedo al rechazo les impide hacerlo directamente, a medida que los adolescentes tengan poca valoración y desconfianza en si mismo presentan mayor riesgo.

De igual manera, una investigación realizada en México identifica cuatro factores que pueden explicar la adicción a las redes sociales entre los cuales se encuentra satisfacción/tolerancia, problemas, obsesión por estar informado, y necesidad/obsesión de estar conectado. (p. 157)

Agregado a lo anterior, En Ibagué – Colombia se realizó un estudio a 6 adolescentes, donde se pudo evidenciar que en la dependencia a una red social, hay una tendencia hacia rasgos de introversión, el adolescente prefiere el uso de Facebook para entablar relaciones interpersonales (p. 28). El uso adictivo de la red social ha tenido un impacto desfavorable dentro de las áreas familiares, sociales y personales, además del cumplimiento de responsabilidades (p. 29). El 82% usan Facebook para olvidar sus problemas personales, así mismo, el 66% asegura que el uso de la red tiene un impacto negativo en sus estudios (Barbosa, Rodríguez y Romero, 2018 p. 26).

Cerca del 51,69% de los adolescentes Ibaguereños tienden a centrar y priorizar su interés en esta herramienta tecnológica, por lo tanto, esta situación expresa la necesidad de identificar los rasgos de personalidad que caracterizan a los adolescentes adictos a Facebook, debido a que ellos se encuentran en un periodo de transición el cual implica asumir determinados roles a nivel personal, familiar y social que posteriormente influirán en la formación de su personalidad (Kon, 1990 cómo se citó Barbosa, Rodríguez, y Romero, 2018. p. 25).

Dentro de este marco, en Cauca – Antioquia (Almanza, García y Zabala, 2021) estudian los autoesquemas a través del autoconcepto la autoestima y la autoimagen en relación a las subdimensiones constituidas por el riesgo de adicción a las redes sociales, según la investigación realizada se establece que los participantes presentan niveles bajos en los autoesquemas mencionados, refiriendo la insatisfacción sobre su cuerpo y baja valoración con su personalidad, actitudes y habilidades, (p. 63) y que el uso excesivo de la tecnología, la falta de control y la obsesión, reflejan que los adolescentes presentan un exceso de uso de tiempo invertido en redes, es decir que no logran disminuir el tiempo de ese uso, (p. 63).

Lo anterior, es importante destacarlo porque permite inferir que los participantes pueden llegar a producir cambios fisiológicos, emociones como irritabilidad, trastornos de sueño, incapacidad para concentrarse, entre otras dificultades como consecuencia del uso excesivo de estas plataformas digitales Facebook e Instagram. (Almanza Barros et al., s. f, p. 64).

Igualmente, en Colombia, específicamente en Medellín – Antioquia, se realizó un estudio a 126 estudiantes de décimo grado donde se analizaron las variables de los esquemas maladaptativos tempranos con relación a los factores que indican adicción a las redes sociales. La investigación arrojó que el 68% de los estudiantes utiliza alguna red social, el 26% se conecta entre 7 y 12 veces al día, el 38% está todo el tiempo conectado, es decir que el 64% de los adolescentes invierten gran actividad de tiempo y esfuerzo a las redes sociales. (Duque, 2021, p. 41).

La teoría nos muestra que los esquemas maladaptativos que prevalecen en la adicción a las redes son el abandono, la desconfianza, el abuso, el autosacrificio e insuficiencia de autocontrol y la disciplina. Las experiencias tempranas negativas en interpretación de estas pueden tener repercusiones en estados emocionales y cognitivas (p. 78).

A causa de lo anteriormente mencionado se requiere conceptuar las investigaciones relacionadas con el fenómeno de dependencia a las redes sociales en la etapa continua a la pubertad, con la finalidad de reconocer los factores psicoemocionales que están relacionados con el abuso de las redes sociales.

4 CAPÍTULO III

4.1 MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se busca acercar al lector con las distintas variables precisas para la comprensión de la investigación. Los temas principales son la relación de los factores psicológicos y emocionales revisados a través de distintas teorías de la psicología cognitiva conductual junto con la categoría del abuso de las redes sociales que se entenderá como adicción comportamental y con el enfoque principal de la influencia en la aparición de alteraciones psicoemocionales en la adolescencia.

Los factores psicológicos son el resultado del contexto, la historia, economía, política y ámbito social que influyen en cada sujeto y que inciden en enfermedades físicas y los trastornos mentales entre estos se encuentran la percepción, la memoria, la motivación, el pensamiento (divergente y convergente) el aprendizaje (no asociativo, condicionamiento clásico, condicionamiento instrumental, aprendizaje completo) y estos mencionados le dan lugar al lenguaje.

Para comprender algunos de estos factores psicológicos, (Linares, 2007) indica que la personalidad puede ser definida como la dimensión individual de la experiencia relacional acumulada, en diálogo entre pasado y presente y contextualizada por lo biológico y lo cultural. (p. 1) por lo tanto, la personalidad va a ser el resultado de la experiencia, la herencia, el contexto social, y el ambiente en el que se desarrolla el individuo.

Así mismo, el temperamento es la reacción natural a las situaciones cotidianas, que (Allport, 1937) define el temperamento como la naturaleza de un individuo, que incluyen la susceptibilidad a la estimulación emocional, la fuerza y velocidad de la respuesta, la cualidad del humor y todas aquellas cualidades de la fluctuación e intensidad del afecto (p. 54). Anudado a eso, el autoconcepto es otro de los aspectos psicológicos más importantes del individuo para guiarse a sí mismo, a través de este, el ser

humano puede comprender sus emociones, tal como lo indica el autor, lo significativo del autoconcepto y que hay que destacar es que su importancia radica en su notable contribución a la formación de la personalidad (Peralta y Sánchez, 2003, p. 97).

De igual manera, el aprendizaje es conocer habilidades, comportamientos, técnicas, destrezas, cultura y valores a través de las vivencias, como lo expresa Hernenhahn, quien define el aprendizaje como un cambio permanente en la conducta que se produce a partir de la experiencia, (Hernehanh, 1976 cómo se citó en Federación de Enseñanza CC.OO De Andalucía, 2009).

Por otro lado, según lo explica Navas (1981) el autor Albert Ellis, a través de su Terapia Racional Emotiva (TRE) indica que en el funcionamiento del ser humano existen tres aspectos psicológicos principales, los pensamientos, sentimientos y las conductas, Ellis divide estos aspectos en cuatro áreas, el área racional, irracional, emotiva, comportamental y que estas aportan el afecto, placer, la ansiedad, tristeza e ira en la vida de los seres humanos.

Las creencias son conductas que se manifiestan a través del deseo, las preferencias, los gustos, el agrado y desagrado, el término según Ellis es utilizado como una variedad de constructos relacionados con suposiciones, expectativas, miedos, normas, evaluaciones que influyen en las asociaciones y recuerdos. (P.83) por ello, es importante explicar los conceptos principales de esta teoría:

- **Área racional:** es el pensamiento propio en la evolución del individuo, cuando el pensamiento es de tipo racional el ser humano acepta la realidad, es productivo, lógico, convive íntimamente en algún grupo social, produce emociones moderadas. (Navas, 1981, p. 82).
- **Área irracional:** son pensamientos rígidos poco realistas, incluyen contenidos personales, de los demás y del mundo. El autor describe once creencias irracionales que son las que llevan al ser humano a mantener perturbaciones emocionales y muchas veces estas creencias son transmitidas a través de la cultura, las cuales se describen a continuación. (Navas, 1981, p.78).

El autor Ellis define las creencias irracionales divididas en once dimensiones

1. *Es de vital importancia que las personas significativas del ser humano le demuestran su aprobación y amor.*
2. *Para que el individuo considere su valor, debe ser competente en todos los aspectos.*
3. *Todo acto considerado malo merece un castigo.*
4. *El sujeto debe controlar todos los sucesos.*
5. *El ser humano no puede controlar sus emociones.*
6. *Las situaciones amenazantes deben ser evitadas.*
7. *La responsabilidad debe evitarse.*
8. *El ser humano depende de los demás.*
9. *Las experiencias del pasado definen la conducta actual del individuo.*
10. *El sujeto debe preocuparse mucho por los demás.*
11. *Siempre hay una única solución para cada inconveniente (p. 82).*

Los factores emocionales son el centro y la guía de las acciones del ser humano, lo que hace que se facilite o dificulten los actos, debido a que detrás de todos los hechos hay emociones que están llevando al sujeto a realizarlo. Lo anterior reafirma que la razón y emoción son dos aspectos que existen de manera conjunta y se hallan inextricablemente unidos en la mente del individuo, lo que los lleva a actuar de manera conjunta, ligados a los conocimientos adquiridos (García 2011 p. 7), tal como lo indicaría el autor, “las personas no son seres racionales sino seres emocionales que utilizan la razón para justificar la emoción” (Maturana, 2001, p. 8).

Igualmente, las emociones son variables, están estrechamente relacionadas con los factores ambientales y pueden ser temporales, es importante resaltar que la emoción tiene fisonomía de origen

conductual, es decir, la emoción es expresiva a través del lenguaje corporal sobre todo en el ámbito gestual, según el blog Psicológicamente Online, son respuestas o reacciones fisiológicas de nuestro cuerpo ante cambios o estímulos que aparecen en nuestro entorno y en nosotros mismos. (Emociones ¿Qué son y para qué sirven? PLM | Terapia Psicológica Online, 2020)

Las emociones básicas y que se relacionan con la supervivencia son la alegría, la rabia y el miedo, las demás se van desarrollando a través del lenguaje, a pesar de que algunas emociones son innatas por la naturaleza del ser humano muchas pueden ser adquiridas de manera transversal con lo que a medida de su evolución va interpretando el ser humano de sus pares.

La concepción clásica de las emociones según el autor Ekman, están divididas en tristeza, alegría, ira, temor, deseo, asco, interés y sorpresa, según el autor se puede suponer que el termino se refiere a “un conjunto diferente de procesos organizados e integrados que incluyen antecedentes, respuestas fisiológicas y motoras, pensamientos, imágenes, procesamiento de información y movilización de recursos para hacer frente a la fuente de la emoción” (Ekman 1984, p. 159).

Del mismo modo, las emociones son complejas colecciones de respuestas químicas y neuronales que regulan al organismo para actuar frente a un fenómeno determinado (Cossini 2017, pag. 254). Es por esto es importante resaltar que la emoción es subjetiva a la experiencia y son importantes para el ser humano porque lo conducen a la reacción.

Otra definición del factor emocional es la del autor Ortony (1996) “La función de las emociones es representar de una forma consciente e insistente a través de sentimientos y cogniciones característicos los aspectos personalmente significativos de las interpretaciones de las situaciones” (Ortony 1996, p. 237). Es decir que cada reacción luego de la emoción está sujeta a la interpretación del ser humano ante la situación desencadenante.

Estos factores están estrechamente ligados con el ámbito psicológico, lo que provoca emociones positivas, negativas, y neutras, las primeras son las sensaciones agradables, que según lo que describe el artículo “Bienestar emocional” del Ministerio de Sanidad de España se podría hablar de alegría, orgullo, gratitud, ternura e interés¹. Así mismo, las emociones positivas cumplen un objetivo importante en el desarrollo del ser humano, ya que amplían los recursos intelectuales, físicos y sociales (Fredrickson, 2001, citado en Contreras y Esguerra, 2006, p. 314), y las negativas son las que causan incomodidad y desagrado, entre las cuales se podrían encontrar la tristeza, el miedo, la culpabilidad, el resentimiento, el estrés y la angustia (R&A Psicólogos, 2022).²

En tal sentido, la palabra psicoemocional uniría los términos para definir el desarrollo del bienestar psicológico, emocional y social de un individuo, con relación a este término Junquera, indica que es el resultado de dos conceptos que al unirlos forman una nueva relación, en la que uno se conecta profundamente con el otro y los dos son desencadenantes de enfermedades. (Junquera, 2020).

Respecto a lo anterior, el término malestar emocional es una respuesta conductual que surge a raíz de emociones destructivas que llevan al sujeto a crear una percepción negativa de la vida. El término psicoemocional, según lo anterior, estaría ligado con la habilidad de autoconocimiento y conexión con el contexto social, además de la competencia de procesar los acontecimientos del día a día, el desarrollo psicoemocional es el proceso por el cual el ser humano define la identidad, autoestima, seguridad, confianza con referencia a la familia y sus pares.

Otro concepto que se podría revisar es el de “adicciones conductuales” que explica Marks (1990) que es una necesidad repetitiva de tener un comportamiento a pesar de que exista la conciencia

¹Bienestar emocional según el Ministerio de Sanidad de España
<https://bemocion.sanidad.gob.es/emocionEstres/emociones/aspectosEsenciales/tipos/emocionesPositivas/home.htm>

² Más información del término emociones negativas <https://www.ryapsicologos.net/autoayuda/emociones-negativas/>

de que es nocivo y que además genera tensión hasta que se realiza la conducta y adicional una inmediata desconexión de la tensión, la cual es temporal, cuando se finaliza el comportamiento. El impulso de completar el comportamiento y la incomodidad que produce si no se lleva a cabo, es parecido al síndrome de abstinencia de las personas adictas a sustancias psicoactivas, estas conductas provocan inconvenientes en el día a día, por lo que es necesario identificar si cumple los criterios para el diagnóstico.

A pesar que la medicina aún no incluye el abuso de las redes sociales no está catalogado como un trastorno relacionado con la salud mental, se encuentra que una de las bases teóricas las trabaja (Young 1998), que la adicción a internet es un trastorno caracterizado por una pauta de uso anómala y de control de impulsos, por lo que resulta indispensable profundizar la información condensada, a través de la terapia cognitivo conductual, con la finalidad de resaltar tanto esta teoría como las investigaciones realizadas con relación a la problemática y visibilizar los principales aportes.

Con relación a las adicciones sin sustancias, el manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación clasifica las adicciones psicológicas como provocaciones por un comportamiento específico del sujeto, entre estas se encuentran el sexo, compras compulsivas, el juego patológico, entre otros (Iglesias, 2010).

La adicción es la ausencia de regulación del sujeto ante conductas, las características que produce son la dependencia, el síndrome de abstinencia, vivir en función de realizar la conducta, tolerancia, deseo persistente en llevar a cabo el comportamiento, reducción de actividades sociales, de recreación o laborales.

El aspecto principal que define la adicción es la pérdida del control y se relaciona con la dependencia, Echeberúa (2013) dice que los síntomas que se evidencian en las adicciones comportamentales son iguales a los que presenta el sujeto con adicción química.

En la adicción al móvil, la persona orienta su día a día a estar pendiente del celular y esto hace que se descuiden las otras actividades y que los adolescentes abandonen sus estudios refugiándose en su teléfono evadiendo la realidad, es importante tener presente que en este abuso a las TICS influye el estar en casa aislado y el hecho de tener pocos amigos.

Para Griffiths (2005) cualquier comportamiento que cumpla los requisitos de saliencia, modificación del humor, tolerancia, síndrome de abstinencia, conflicto y recaída, será definido como adicción, a continuación, se realiza una conceptualización de cada uno de los términos a través de la teoría del autor:

- *Saliencia: Una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.*
- *Modificación del humor: Experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad. (P. 193)*
- *Tolerancia: Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los mismos efectos. (P. 194)*
- *Síndrome de abstinencia: Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.*
- *Conflicto: Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los propios individuos que están involucrados con la actividad particular. (P. 194)*
- *Recaída: Es la tendencia a volver a los patrones tempranos de la actividad en la forma más extrema de la adicción tras muchos años de abstinencia o control. (P. 195)*

Relacionado con lo anterior el DSM IV clasifica el juego patológico 312.31 problemático persistente y recurrente con criterios similares, el primero de ellos es que el individuo está nervioso cuando intenta reducir o abandonar el juego, seguidamente ha hecho esfuerzos repetidos para controlar, reducir o abandonar el juego, sin éxito, por otro lado, se agregaría que ha puesto en peligro o ha perdido una relación importante, un empleo o una carrera académica o profesional a causa del juego, y el último ítem para considerar el juego patológico es que a menudo apuesta cuando siente desasosiego (p. ej. desamparo, culpabilidad, ansiedad, depresión)

La adicción a los medios sociales se definiría entonces como el uso descontrolado y persistente de los mismos y puede tener las mismas consecuencias que cualquier otra adicción. En este sentido, las redes sociales se han convertido en la primera fuente de información y comunicación de los individuos, influyen en las actividades políticas, económicas y sociales del mundo, por otro lado, motivan y facilitan el hecho de establecer relaciones interpersonales de todo tipo, permiten que las personas se conecten entre si a través de varias funciones como enviar mensajes, compartir fotos y vídeos en tiempo real, enviar audios, además tienen grandes beneficios como trabajar en línea, encontrarse con los seres queridos lejanos ya que elimina la distancia física, compartir información que los medios de comunicación no difunden, hacer obras de solidaridad las redes se le permite a la persona comunicarse y formar nuevas amistades; en estas redes sociales se pueden crear relaciones personales o profesionales, así como compartir información, interactuar y crear comunidades o grupos que tengan intereses similares. (p. 1) Estos autores plantearon las ventajas y desventajas que puede tener el uso de las redes sociales.

Tabla 1

Ventajas y desventajas del uso de las redes sociales.

Ventajas	Desventajas
Genera nuevos vínculos afectivos	Promueven el aislamiento entre los individuos
Favorece la participación y el trabajo colaborativo entre las personas	Es posible que la conexión se vuelva patológica
Permiten construir una identidad personal y/o virtual	Desmotivan las actividades exentas de la tecnología
Facilitan la obtención de cualquier tipo de información necesaria	Los menores de edad son vulnerables al utilizarlas
Facilitan las relaciones entre las personas.	Se corre el riesgo de sustituir las relaciones afectivas reales por las virtuales

Redes sociales como Facebook, Twitter e Instagram permiten a las personas crear grupos según sus intereses, Tiktok está creada para encontrar contenido visual de acuerdo con los gustos y preferencias personales, Whatsapp permite el intercambio de mensajería inmediato. En ocasiones las personas utilizan juegos en línea para crear relaciones sociales ya que este medio también permite que haya interacción tanto lúdica como oral además de competencias. A pesar de que están creadas para favorecer conexiones, el hecho de no llevar un equilibrio puede generar cierta desconexión con el entorno presencial.

El uso omnipresente de las redes conduce a un uso excesivo de estas, por ello, la consecuencia asociada al abuso de las redes sociales se relaciona con las conductas compulsivas, es importante considerar que el factor de riesgo no es solo la accesibilidad que existe hoy en día sino que una persona vulnerable puede ser determinante para llevar a cabo la conducta de abuso tal como lo indica la teoría, un sujeto con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil y con relaciones sociales pobres corre un gran riesgo de hacerse adicto si cuenta con un hábito de recompensas inmediatas, tiene el objeto de la adicción a mano (Echeburúa y de Corral, 2012)

La adicción a las redes sociales es entonces el uso inapropiado y excesivo de estas, en cuanto más se utilizan los dispositivos tecnológicos hay menos capacidad de gestión del tiempo, la etapa más vulnerable a esta adicción es la adolescencia debido al tiempo libre que naturalmente se tiene en esta fase y a la necesidad de conexión e identificación.

De igual manera, la adolescencia es la etapa que va desde 12 hasta los 18 años y según Erikson (1965) examina esta etapa como un periodo fundamental en el desarrollo del yo, además de que en este periodo van aconteciendo las variaciones físicas naturales y el adolescente le hacen duelo a su cuerpo, a su interpretación de los padres, se viven cambios psicológicos por la necesidad de crear su personalidad pero sobre todo por la tendencia a desarrollar su identidad, tal como lo indica el autor, esta etapa es un periodo fundamental en el desarrollo del yo ya que los cambios físicos psíquicos y sociales llevan al adolescente a una crisis de identidad cuya resolución contribuirá al desarrollo de la personalidad adulta.

Para el autor, la adolescencia es un momento clave para el desarrollo del ser humano, es por esto por lo que la necesidad de que el adolescente se reconozca a si mismo entre los demás es fundamental para su crecimiento y definirá sus rasgos, conductas, cualidades, etc.

Así mismo, Erikson En la teoría del desarrollo psicosocial indica que cada etapa del ciclo vital trabajada se caracteriza por una crisis, la cual brinda el impulso necesario para el desarrollo de la identidad, el autor entiende la formación de la identidad como la tarea más indispensable en la adolescencia, además indica que, el sentimiento de identidad incluirá componentes de integridad y coherencia entre acciones, decisiones y conformación de un estilo propio que lo defina y sea reconocido por los demás.

La adolescencia es una etapa de descubrimiento de si mismo y su entorno, esta transición lleva al adolescente al desarrollo de su autonomía y autodeterminación para poder ingresar a su vida adulta,

como lo indica el autor, la creación de la identidad va a incluir las normas de los grupos en los que el adolescente se integra, los valores, su ideología y los compromisos que asume.

Erikson se refiere a confusión o difusión de la identidad cuando el adolescente continúa sus etapas sin abordar compromisos, este fenómeno daría lugar al fracaso de la etapa, tal como lo indica el escritor, se trataría de jóvenes que encuentran amenazante y conflictiva toda toma de decisiones y que se sienten incapaces de definirse psicosocialmente, quedando atrapados en una situación de aislamiento y alienación.

Más adelante, otro autor James Marcia apoya los estatus de la identidad, (Marcia 1966), donde establece cuatro niveles que estarán definidos por dos criterios, el hecho de haber atravesado o no una crisis de identidad y haber adoptado o no compromisos personales a nivel ideológico o vocacional que se divide de la siguiente manera

La identidad difusa o difusión de la identidad: se refiere a los adolescentes que no han iniciado la búsqueda de sus orientaciones profesionalmente hablando, es decir aquellos que no han adoptado ningún compromiso en el terreno vocacional e ideológico y no están explorando adoptarlo en el futuro.

La identidad hipotecada: que han adoptado un compromiso personal pero no han atravesado un proceso de exploración.

La identidad en moratoria: quienes se encuentran en proceso de experimentar, es decir corresponde a los chicos y chicas que se encuentran en pleno proceso de búsqueda y experimentación.

La identidad lograda o logro de la identidad: los adolescentes que recorren de manera exitosa luego de este proceso, representan el status final en el que se sitúan jóvenes que han llegado a compromisos firmes y duraderos tras haber atravesado la crisis o moratoria.

5 CAPÍTULO III

5.1 Diseño Metodológico

El presente trabajo se va realizar con base en la modalidad de monografía, la cual tendrá un diseño cualitativo con enfoque interpretativo- hermenéutico. Los recursos que se van a utilizar son las bases de datos Scielo, LA referencia, Redalyc y repositorios físicos y virtuales de las universidades Uniminuto, Universidad de Antioquia, San Buenaventura y Cooperativa de Colombia, la búsqueda se realizó con las palabras claves Adolescencia vs Redes Sociales, Dependencia a las Redes Sociales, Factores Emocionales, Factores Psicológicos, Emociones y Uso de Internet. La muestra bibliográfica estará compuesta por cincuenta referencias indexadas en los recursos anteriormente mencionados, los factores de inclusión fueron la indexación de los artículos, muestras relacionadas con el fenómeno trabajado, paginas oficiales que hicieran parte de organizaciones mundiales, referente a los factores de exclusión se encuentran el rango de fechas es decir documentos a partir de 2010, el idioma ya que se trabajarán únicamente Español e Inglés, población distinta a la adolescencia, los artículos que no cumplían con una muestra asociada con el problema investigado.

Por una parte, la monografía es un texto académico producto de una investigación documental, que se utiliza en el ámbito educativo con la finalidad de dar cuenta sobre el estado de conocimiento de un tema específico. Una monografía establece y ordena datos acerca de un tema puntual investigado a través de diversas fuentes de información como libros, revistas, enciclopedias, páginas web, periódicos, bases de datos virtuales y se realizan de manera sistemática y lógica con el fin de dar a entender al lector el resultado de la investigación. Según Corona (2015) Algunos autores conciben la monografía como un texto, producto de una búsqueda de información bien documentada sobre un tema específico acerca del que se necesita saber más.

La finalidad de la monografía es enunciar objetivamente el tema tratado, es funcional para dar a conocer un asunto determinado de manera completa, entre sus características se encuentra la introducción, el desarrollo, las conclusiones; se divide por subtemas, párrafos, y puede utilizar graficas como mapas y fotos ya que son textos comunicativos y/o informativos que sustentan una teoría, el autor debe convertirse en un experto en el tema objeto de estudio, informando y explicando los antecedentes y conocimientos sobre el tema.

Del mismo modo, la monografía facilita el proceso de aprendizaje ya que es la mejor herramienta para desarrollar y mejorar el conocimiento, permitiendo comprender un tema en particular desde diferentes perspectivas que nunca han sido identificadas o discutidas, por lo que se debe estar al tanto de lo que ya se ha publicado y hacer nuevas contribuciones.

Ahora bien, la investigación cualitativa se enfoca al hecho de comprender un fenómeno a través de la percepción de los participantes, en la búsqueda cualitativa se basan mayormente en la lógica y en el proceso inductivo (explorar y describir, luego generar perspectivas teóricas). (Gutiérrez y Vásquez, 2019, p. 44). Por lo anterior se podría concluir que la investigación cualitativa permite la recopilación de datos transparentes que son a su vez realistas y prácticos.

Así pues, la investigación cualitativa se utiliza para comprender cómo las personas experimentan el mundo, explicar los comportamientos, motivaciones y características de las personas en un grupo objetivo. Este enfoque parte de la naturaleza y pretende comprender el fenómeno investigado a través de la realidad subjetiva, una de sus características es que contrario a la investigación, la investigación cualitativa es un método para recoger y evaluar datos no estandarizados.³ (Investigación cualitativa: definición y procedimiento, 2022) por lo

³ Más información acerca de la investigación cualitativa <https://www.qualtrics.com/es/gestion-de-la-experiencia/investigacion/investigacion-cualitativa/>

que los métodos de investigación cualitativa van más allá del uso de números para revelar el contexto de fenómenos sociales.

En conclusión, la investigación cualitativa facilita el análisis de la evidencia empírica recolectada este es el método por el cual el autor para determinar si sus hipótesis están respaldadas. Los objetivos de la investigación cualitativa se pueden agrupar en cinco grupos generales; aprendizaje, descubrimiento de los procedimientos necesarios, visión detallada, centrarse en el individuo y comprender el entorno. Comprender y adoptar estos objetivos de la investigación cualitativa permitirá a los investigadores utilizar métodos cualitativos de manera efectiva para explorar los fenómenos sociales naturales sin ignorar el contexto en el que ocurren.

Continuando con el tema y para entrelazarlo con los enfoques, Según Mejía (2002) La investigación interpretativa un conjunto de perspectivas teóricas mutuamente interrelacionadas, que comparten orientaciones metodológicas en la práctica de la investigación cualitativa, entre las principales se destaca la etnometodología, la hermenéutica y el interaccionismo simbólico.

El interpretativismo se enfoca y valora lo que las personas dicen, hacen y sienten, y cómo le dan sentido al fenómeno que se investiga. El interpretativismo destaca el significado que los individuos o las comunidades dan a sus experiencias, por lo tanto, deben surgir patrones, tendencias y temas en el proceso de investigación. El papel del investigador debe ser comprender situaciones de la vida real desde la perspectiva de los internos Consultores (2021).⁴

Por otro lado, el autor Heidegger propuso que la fenomenología hermenéutica es el método de investigación más apropiado para el estudio de la acción humana, el método de Heidegger es

⁴ ¿Qué es el interpretativismo? <https://online-tesis.com/interpretativismo/>

“hermenéutico” porque, según el existe una necesidad de interpretación cuando uno está explicando la experiencia. (Packer, 1985, p. 3).

La hermenéutica involucra un intento de describir y estudiar fenómenos humanos significativos de manera cuidadosa y detallada, tan libre como sea posible de supuestos teóricos previos, basada en cambio en la comprensión práctica. (Investigación Histórico-Hermenéutico - Investigación en Ciencias Sociales en el siglo XXI, s. f.), según lo anterior, la hermenéutica se puede definir como el hecho de interpretar y comprender los textos en todas sus dimensiones, es decir, su objetivo es ir más allá del significado literal y tratar de comprender su verdadero significado simbólico, los motivos y argumentos del autor, el discurso detrás de la escritura y el contexto histórico y social en el que se produjo.

Así mismo, según la Universidad Nacional del Mar de Plata, esta investigación ofrece una alternativa para investigaciones centradas en la interpretación de textos, implica un proceso dialéctico en el cual el investigador navega entre las partes y el todo del texto para lograr una comprensión adecuada del mismo (Quintana & Hermida, 2019), en conclusión, la hermenéutica, intenta dar respuesta a una serie de preguntas que plantean los textos a medida que se leen e invitan a reflexionar sobre ellos.

5.2 Consideraciones éticas

Ley 1090- 2006: Código deontológico y bioético para el ejercicio de la profesión de psicología.

Capítulo VII. De la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones.

Artículo 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización.

Artículo 55. Los profesionales que adelanten investigaciones de carácter científico deberán abstenerse de aceptar presiones o condiciones que limiten la objetividad de su criterio u obedezcan a intereses que ocasionen distorsiones o que pretendan darles uso indebido a los hallazgos.

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.

6.1 RESULTADOS

El análisis de categorías cualitativas es una técnica muy útil en la investigación cualitativa, y se utiliza para identificar y analizar patrones en los datos recopilados. Este enfoque implica la clasificación y organización sistemática de los datos en categorías o temas relevantes que surgen de la información que se ha recopilado a través de técnicas de recolección de datos. Al realizar este tipo de análisis, se podrá identificar patrones y temas emergentes que podrán ayudar a responder a las preguntas de investigación que se haya planteado, además, este enfoque permitirá explorar los datos de manera sistemática y rigurosa, lo que puede mejorar la validez y confiabilidad de tus resultados.

La finalidad de la presente investigación es interpretar las investigaciones relacionadas con los aspectos psicoemocionales del abuso de las redes sociales en la etapa de la adolescencia, se obtuvieron 59 documentos relacionados con análisis e interpretación acerca del abuso de las redes sociales en la adolescencia y juventud.

Por lo anterior, a continuación se presentan las categorías principales de la investigación:

- Aspectos psicoemocionales y personalidad.
- El abuso de las redes sociales o videojuegos, entendido finalmente como adicción sin droga.
- Redes sociales como problemática social.
- Redes sociales y adolescencia.

Finalmente, se buscará interpretar estas investigaciones para reconocer el avance realizado hasta ahora en cuanto a la búsqueda de conocimiento de los aspectos psicoemocionales como consecuencia de abusar de las redes sociales en la etapa adolescente.

En el de rastreo de información se lograron obtener 56 documentos los cuales estuvieron distribuidos de la siguiente manera.

Tabla 2*Procedencia de documentos*

Base de datos	Cantidad	%
ReadLyc	8	14%
Google academic	20	34%
Repositorios	19	32%
Revistas	5	8%
Scielo	4	7%
Libros	3	5%
Total	59	100%

De la tabla 1 se puede interpretar que el 59% de las investigaciones hacen parte de repositorios de diferentes universidades y que el 41% restante hacen parte de bases de datos y Google Académico.

Tabla 3*Resultado de las categorías*

Aspectos psicoemocionales y personalidad	14	24%
Abuso entendido como adicción sin droga	7	12%
Desarrollo de la adolescencia	6	10%
Redes sociales como problemática social	9	15%
Redes sociales y adolescencia	16	27%
Tipos de investigación	7	12%
Total	59	100%

La tabla dos que se presentó anteriormente indica que el 25% de las investigaciones hablan sobre la generalidad de a que se refieren los aspectos psicológicos y emocionales, en el 12.5% de las invesgaciones se encuentra el abuso que finalmente es entendido en el presente escrito como adicción sin droga, el 11% de los documentos trabajados se relacionan con el desarrollo de la adolescencia, las redes sociales cómo problemáticas a tratar socialmente abarcaron el 16% y los documentos que contenían información de como manejan los adolescentes las redes sociales obtuvieron el 23%, finalmente, como categoría aislada se encuentran los tipos de investigación que pertenecen al 12.5%.

CAPITULO VI

6.2 Resultados

Para dar paso al cumplimiento de objetivos, respecto a la razón de porque los jóvenes usan las redes sociales, Young (1998) infiere que la adicción a internet es un trastorno caracterizado por una pauta de uso anómala y de control de impulsos. Actualmente el internet tiene ciertas particularidades que lo hacen muy llamativo tanto para utilizarse en aspectos de ocio, comunicarse con quien está lejos o para labores sean de empleo o académicas, esta última que se menciona brinda nuevos ambientes de aprendizaje para los participantes educativos.

Las redes sociales se han convertido en un importante medio de comunicación que ofrece la posibilidad de crear comunidades virtuales con intereses comunes; los adolescentes son un sector especial de la población que por sus características asumen las redes sociales como una prolongación del grupo al cual pertenecen (Espinoza, Cruz y Espinoza, 2018, p. 43).

Con respecto al objetivo donde se va a analizar la relación entre el abuso de las redes sociales y la adolescencia, se encuentra que en la investigación realizada a 99 adolescentes, en esta etapa lo que más busca la persona es hacer parte de una red social que refleje su nueva identidad, se vuelve indispensable ya que es un ciclo donde hay una transición de una etapa a otra, por ende, las redes sociales al ser proveedoras de información, recursos, compañía, apoyo emocional van a influir en la manera en la que el adolescente se percibe y enfrenta el mundo, de hecho, esta etapa representa vulnerabilidad ante estos mediadores emocionales.

Anudado a lo anterior, Arab (2015) concuerda en el objetivo mencionado, ya que señala que en el desarrollo de la adolescencia la identidad es un esencial porque es un proceso para reconocerla y

establecerla, por lo que se desarrollarán sistemas desadaptativos que pueden representar cambios en la conducta afectada por esa búsqueda.

Continuando en la misma línea del objetivo específico principal, Molina & Toledo (2014) coinciden con lo anteriormente mencionado, ya que infieren que las redes sociales pueden ofrecerse como un espacio en el cual los muchachos que en la realidad no tienen mucho contacto con su familia o no tienen muchos amigos, puedan fantasear una realidad virtual (p. 21), además, el uso del teléfono móvil representa para el adolescente socialización, diversión, clase social, e identidad, por esto, se crea una exposición a comportarse abusivamente frente a la tecnología.

En el estudio realizado a 285 alumnos se analizan las variables autocontrol y pubbing, se concluye que a mayor autocontrol menor riesgo de la conducta pubbing, esta conducta consiste en ignorar a una persona por prestar atención al teléfono celular, lo que estaría implicado con la falta de socialización con su entorno real.

Abarcando lo planteado en el objetivo y realizando el análisis sobre las categorías abuso de redes sociales y adolescencia, en un trabajo realizado en 2019 en 100 estudiantes entre 15 y 18 años, se buscaba conocer la adicción a instagram y la autoestima, en el estudio se observó que para los adolescentes es muy importante mostrarse a través de instagram como personas atractivas y subirían a la aplicación las fotos que tienen mayor número de aceptación de los pares, adicional, se concluiría que las personas que tienen más seguidores y likes son las más cuidadosas con los detalles de cada publicación, además, que para ellos sería importante no subir tantas fotos acompañados y no tener más seguidos que seguidores, el último aspecto visualizado es que los estudiantes crean cuentas falsas para seguir a otras personas desde el anonimato.

Adicional, en la siguiente publicación de Alcántara en 2020 se indica que los adolescentes están atravesados por las redes sociales, ya que allí se expresan, se contactan, se entretienen, publican su vida

entre otros, y en los efectos de la autoestima, la red social y el adolescente explicaron que el contenido compartido está lo que son y lo que quieren ser, además que están sometidos a opiniones de quienes los ven “Hemos observado que cuanto mayor sea la importancia que se le adjudica a la mirada del otro, mayor será el impacto que las respuestas tengan sobre la evaluación y valoración que los adolescentes hagan de ellos mismos, y por ende, en su autoestima” (Alcántara, 2020).

Por último las redes sociales pueden ser un espacio donde las amistades se pueden sostener a larga distancia y en diferentes partes del mundo, esto propicia un aislamiento social de manera presencial, ya que se puede llegar a pensar que las amistades se deben reforzar solo a través de tener igualdad en los gustos, responder a las publicaciones, seguirlas mismas celebridades y estar pendientes de la moda, al relacionarlo con la esfera académica se encuentra que el tiempo utilizado en las redes sociales, muchas veces hace que el adolescente disminuya su rendimiento escolar porque sustituye sus tareas académicas por la entretención de las plataformas.

Es por esto que se podría concluir que según todos los documentos anteriormente revisados, el adolescente podría ser vulnerable a abusar de las redes sociales, por la etapa neurológica y social que están atravesando.

Con relación a las redes sociales y el objetivo principal de identificar los factores de riesgo asociados al abuso de las redes sociales en la aparición de las alteraciones psicoemocionales en la adolescencia, se encuentra que en 2018 la Universidad Minuto de Dios a través de un estudio descriptivo con 177 estudiantes de 14 a 17 años concluye que en el abuso de las redes sociales el factor que más se repite es la falta de autocontrol, además de que el uso excesivo de estas son un signo de problema psicológico y que los adolescentes no controlan el tiempo, la obsesión y el descuido de responsabilidades escolares, adicional el estudio muestra que en cuanto a los riesgos psicosociales que prevalecen en la adicción a las

redes sociales está el abandono, la desconfianza, la desconexión y la falta de límites. La adolescencia al ser una etapa donde hay cambios neurológicos y sociales, se vuelve un grupo vulnerable al uso excesivo de las redes sociales (Duque, 2018).

Así mismo, se encuentra que el abuso de las redes sociales se asocia con el déficit atencional de hiperactividad, autocontrol, depresión, insomnio, disminución del rendimiento académico, repitencia y abandono escolar, y además a mayor gravedad de autoconcepto se aumenta el riesgo de abusar de las redes sociales, lo antes mencionado se relaciona con el mismo objetivo inicialmente mencionado.

La tecnología en sí no es perjudicial sino la actitud frente a la tecnología cuando esta se convierte en un hábito que conlleva a cambios negativos a nivel personal, familiar y social (Internet for Kids, 2017).

Para dar paso a las posibles causas psicológicas y emocionales con relación a los medios sociales en la etapa adolescente, encontramos que en una investigación realizada en 2021 con las variables abuso de redes sociales y autoestima, se analiza a 30 adolescentes de la hipótesis de la investigación es que el riesgo a las redes sociales es mayor cuando los adolescentes tienen niveles bajos en su autoconcepto (Almanza et al., s. f. p. 7), sin embargo, al momento de finalizar el estudio, este indica que los autoesquemas no se ven influenciados ni negativa ni positivamente por las redes sociales, esto se enlaza con otra investigación anterior realizada en 2020, que buscaba encontrar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima e indican que no hay relaciones entre las variables anteriormente mencionadas.

Por otro lado, la Universidad Católica del Norte en 2020 realiza una conceptualización de la vulnerabilidad de la salud mental de los adolescentes en la era digital, allí analizarían el cyberbullying y las alteraciones en el bienestar emocional de las personas en esta etapa, además se abordó cómo la victimización en línea puede causar estrés, ansiedad, depresión y otros problemas emocionales en los adolescentes que son víctimas de acoso en las redes sociales, así como en los acosadores mismos. En el

documento se encuentra que el ciberbullying y la repercusión de efectos negativos en los jóvenes, asegurarían que el hecho de que un adolescente esté en conexión muchas horas al día se relaciona con factores problemáticos en la conducta y en la estabilidad mental.

Estar conectado a redes sociales e Internet durante más de tres horas al día y tener cuentas en varias redes sociales son factores de riesgo, vinculados al involucramiento en situaciones de cyberbullying (Cortés et al., 2019 como se citó en Cortés, Betancur, Bustamante y Vélez, 2020).

Así mismo, en el año anteriormente mencionado, un informe especial de influencia de las Redes Sociales en jóvenes de Santander, analizaron algunos estudios realizados acerca de los riesgos del uso de las redes sociales, encontraron que entre los riesgos está, la adicción “Aunque no existe un concepto formal sobre la adicción a las redes sociales como una enfermedad, el hábito negativo de su uso excesivo se ha convertido en un problema social. La adicción es así, un comportamiento compulsivo que conduce a efectos negativos.” (Influencia de las redes sociales en la autoestima de los jóvenes. 2020).

Además de el ciberacoso y la vulneración de la intimidad. En conclusión este artículo revisa diversas investigaciones que han examinado cómo el uso excesivo de las redes sociales puede afectar la salud mental de los adolescentes. Se destacan las causas psicológicas y emocionales, como la adicción a las redes sociales, la comparación social, la disminución de la autoestima y la ansiedad, entre otros factores, que pueden surgir como resultado del uso inadecuado de las redes sociales en esta etapa de la vida, lo que finalmente podría concluirse como alguno de los riesgos psicoemocionales del abuso de las redes sociales.

7 CONCLUSIONES

Algunos de los aspectos negativos del uso excesivo de las redes sociales por parte de los adolescentes pueden incluir:

Problemas de salud mental: El uso excesivo de las redes sociales puede aumentar el riesgo de ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental en los adolescentes. Esto puede deberse a la presión social, el ciberacoso o la exposición a contenido inapropiado.

Aislamiento social: El uso excesivo de las redes sociales puede llevar a los adolescentes a aislarse socialmente y a perder habilidades sociales importantes. Esto puede tener un impacto negativo en su capacidad para interactuar con los demás y construir relaciones significativas en el mundo real.

Adicción: Las redes sociales pueden ser adictivas y los adolescentes pueden tener dificultades para desconectarse de ellas. Esto puede afectar negativamente su capacidad para concentrarse en tareas importantes, como la escuela o el trabajo, y puede interferir con su sueño y su bienestar general.

Exposición a contenido inapropiado: Los adolescentes pueden estar expuestos a contenido inapropiado en las redes sociales, como imágenes violentas o sexualmente explícitas. Esto puede ser dañino para su desarrollo emocional y psicológico.

Pérdida de privacidad: Los adolescentes pueden compartir información personal en línea sin darse cuenta de las implicaciones a largo plazo. Esto puede llevar a problemas de privacidad y seguridad, y puede hacer que los adolescentes sean vulnerables a la explotación en línea.

Es importante recordar que no todos los adolescentes experimentan estos problemas y que el uso moderado y responsable de las redes sociales puede tener beneficios. Sin embargo, es importante que los padres y tutores supervisen y guíen el uso de las redes sociales de los adolescentes para minimizar los riesgos.

Se debe tener presente que pueden existir efectos psicoemocionales positivos del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, aunque es importante destacar que estos efectos positivos son más comunes en un uso moderado y equilibrado de las redes sociales, según los documentos que a manera de conclusión exponían que existen efectos positivos, se pueden encontrar los posibles efectos psicoemocionales positivos pueden incluir:

Conexión social: Las redes sociales pueden ayudar a los adolescentes a conectarse con amigos y familiares, especialmente aquellos que viven lejos. Esto puede proporcionar un sentido de comunidad y apoyo social.

Acceso a información: Las redes sociales pueden proporcionar acceso a información útil y educativa, como noticias, recursos y oportunidades de aprendizaje.

Autoexpresión: Las redes sociales pueden permitir a los adolescentes explorar y desarrollar su identidad, y pueden ayudarles a expresarse de maneras que tal vez no sean posibles en el mundo real.

Es importante recordar que los efectos positivos del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes pueden variar según el tipo de uso y la cantidad de tiempo que pasan en línea. Por lo tanto, es importante que los adolescentes y sus cuidadores mantengan un equilibrio saludable entre el uso de las redes sociales y las actividades en el mundo real.

8 Referencias

- Aron, A. M., Nitsche, R., & Rosenbluth, A. (1995). Vista de Redes sociales de adolescentes: un estudio descriptivo-comparativo. *Revista disena*.
- ABUSO Menéndez, M. Á., & Moral Jiménez, M. de la V. (2020). Phubbing, Uso Problemático De Teléfonos Móviles Y De Redes Sociales en Adolescentes Y Déficits en Autocontrol. *Health & Addictions / Salud y Drogas*, 20(1), 113–125. <https://doi-org.ezproxy.uniminuto.edu/10.21134/haaj.v20i1.487>
- ALLPORT GW: Personality: A Psychological Interpretation. Holt, Nueva York, 1937. Allport, G. W. (1937). *Personality: a psychological interpretation*. Holt
- https://ia801608.us.archive.org/20/items/in.ernet.dli.2015.155561/2015.155561.Personality-A-Psychological-Interpretation_text.pdf
- Angel Pérez, D. A. (2011). La hermenéutica y los métodos de investigación en ciencias sociales. *Estud. filos*, 7-7.
- Almanza Barros, K., García Lambraño, K. & Zabala Vásquez, D. (s. f.). *Relación entre el nivel de riesgo de adicción a redes sociales (Facebook e Instagram) y los autoesquemas (autoimagen, autoconcepto y autoestima) de 30 adolescentes entre 17 y 20 años de edad de la Universidad de Antioquia (Seccional Bajo Cauca)*. [Proyecto de grado]. Universidad de Antioquia.
- American Psychological Association (APA). (2017). Children and technology tips for parents in the digital age. <https://www.apa.org/topics/kids-media/digital-age>
- Adolescente, D. E., Garzón Clemente, R., León Laredo, K. M., & Trejo Garzón, S. (s/f). *EL IMPACTO DEL USO DE LA RED SOCIAL INSTAGRAM EN LA AUTOESTIMA DEL ESTUDIANTE ADOLESCENTE*. Egora.org. Recuperado el 25 de abril de 2023, de <https://journals.egora.org/revSOCIAL/article/download/2324/1429/8081>

Alcántara, María Rocío; Juan, Facundo Martín. (2020). "El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los adolescentes ". Trabajo Final para optar al grado académico de Licenciatura en Comunicación Social, Universidad Nacional de Córdoba (inédita). Disponible en Repositorio Digital Universitario

Boyd, D. M, Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), article 11.

Bueno, D. (2022, 1 julio). *El Cerebro del Adolescente: Descubre Cómo Funciona Para Entenderlos Y*

Acompañarl OS / The Teenage Brain: Explore Its Workings to Understan and Support Them. Grijalbo.

. Barbosa Flórez, J, Rodríguez Ducuara, Y y Romero Ortiz, M. (2018). Rasgos de personalidad en seis adolescentes de dieciséis años adictos a Facebook.

<https://bibliotecadigital.usb.edu.co/entities/publication/ba8bdd0a-f468-4cf0-be7b-3b283de26d7e>

Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas-Perspectivas en psicología* 2 (2), 311-319. Extraído el 18 de octubre del 2022 desde la base de datos Academia Search Complete en <https://www.redalyc.org/pdf/679/67920210.pdf>

Corona Lisboa, José Luis. (2015). Uso e importancia de las monografías. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 34(1), 64-68. Recuperado en 18 de octubre de 2022, de

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002015000100007&lng=es&tlng=es.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002015000100007&lng=es&tlng=es)

Cossini, FC, Rubinstein, WY y Politis, DG (2017). ¿CUÁNTAS SON LAS EMOCIONES BÁSICAS? ESTUDIO PRELIMINAR EN UNA MUESTRA DE ADULTOS MAYORES SANOS. *Anuario de Investigaciones*, XXIV (),253-257.[fecha de Consulta 25 de Octubre de 2022]. ISSN: 0329-5885. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369155966032>

Consultores, B. (2021, 19 junio). Interpretativismo. Online Tesis. <https://online-tesis.com/interpretativismo/>

Delblanch, M. D. M. (2022, 13 julio). *Problemáticas de las redes sociales en adolescentes*. ISEP. <https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/redes-sociales-adolescentes/>

Dr, L. & Ps, Gayathri. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 26. 10.1016/j.rmcl.2014.12.001.

Díaz Lazo, Juliet, Pérez Gutiérrez, Adriana, & Florido Bacallao, René. (2011). IMPACTO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LAS COMUNICACIONES (TIC) PARA DISMINUIR LA BRECHA DIGITAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL. *Cultivos Tropicales*, 32(1), 81-90. Recuperado en 11 de octubre de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0258-59362011000100009&lng=es&tlng=pt

Durán C., L. E. (2021). *El enfoque interpretativo: Una nueva manera de ver la contabilidad*. Recuperado 18 de octubre de 2022, de <https://www.redalyc.org/journal/257/25767348004/html/>

Duque, M. (s. f.). *PREVALENCIA DE ESQUEMAS MALADAPTATIVOS TEMPRANOS EN LA ADICCIÓN A REDES SOCIALES VIRTUALES* [Proyecto de grado]. Uniminuto. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/20249/1/AlmanzaKatherin_2021_RiesgodeAdicci%c3%b3n_Redessociales_Autoesquemas.pdf

Echeburúa, E. (2015). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes: guía para educadores*. Difusora Larousse - Ediciones Pirámide. <https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/48979?page=51>.

Emociones ¿Qué son y para qué sirven? PLM | Terapia Psicológica Online. (2020, 19 marzo).

Psicologicamente Online | Terapia Psicológica Online.

<https://www.psicologicamenteonline.com/emociones-que-son-y-para-que-sirven/>

Ekman, P. (1984). Expression and the nature of emotion. En K. R. Scherer y P. Ekman (Eds.), *Approaches to Emotions*. Recuperado de: <https://www.paulekman.com/wp-content/uploads/2013/07/Expression-And-The-Nature-Of-Emotion.pdf>

Fernández-Montalvo, J., & López-Goñi, J. J. (2010). Adicciones sin drogas: características y vías de intervención. FOCAD. Formación Continuada a Distancia. Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos, 8(2)

Federación de Enseñanza de CC.OO. De Andalucía . (2009). Temas para la educación . *Federación de Enseñanza de CC.OO. De Andalucía* , 1-5.

García del Castillo, J. A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y drogas*, 13(1), 5-13. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83928046001>

Gutiérrez, Y. y Vásquez, M.(2019). Dependencia de las redes sociales a través del internet: revisión documental.(Trabajo de grado).Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bello-Colombia.

Griffiths, M.D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191– 197. <http://www.addictionpsychologist.org/wp-content/uploads/2019/03/griffiths-2005-addiction-components.pdf>

Grancolombia, P. (2019). Adicción a las redes sociales en jóvenes con edades entre los 18 a 25. (Trabajo de grado, Politécnico Gran Colombiano)

<https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1496/ADICCI%C3%93N%20A%2>

[0LAS%20REDES%20SOCIALES%20EN%20J%20C3%93VENES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

Iglesias, E. B. (2010). *Manual de adicciones para psicólogos, especialistas en psicología clínica en formación*.

Barcelona: : Socidrogalcohol.

Investigación cualitativa: definición y procedimiento. (2022, 10 mayo). Qualtrics. Recuperado 18 de octubre de 2022, de <https://www.qualtrics.com/es/gestion-de-la-experiencia/investigacion/investigacion-cualitativa/>

Influencia de las redes sociales en la autoestima de los jóvenes. (2020, junio 4). Unab Radio.

<https://unabradio.com/influencia-de-las-redes-sociales-en-la-autoestima-de-los-jovenes/>

Investigación Histórico-Hermenéutico - Investigación en Ciencias Sociales en el siglo XXI. (s. f.). Recuperado 18 de octubre de 2022, de <https://sites.google.com/site/investigacioncsociales/investigacion-empirico-analitica-1>

Junquera, I. (2020, 28 febrero). *Psicoemocional - Qué es, causas, síntomas, tratamiento y consejos*.

Fisioterapia Online. <https://www.fisioterapia-online.com/psicoemocional-psicosomatico-que-es-causas-sintomas-diagnostico-tratamiento>

Linares, Juan Luis. (2007). La personalidad y sus trastornos desde una perspectiva sistémica. *Clínica y*

Salud, 18(3), 381-399. Recuperado en 18 de octubre de 2022, de

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742007000300008&lng=es&tlng=es.

Krauskopof, Dina. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. *Adolescencia y Salud*, 1 (2), 23-31.

Moreno Cámara, Alicia y Prieto Gutiérrez, Juan José (2015). Las redes sociales de internet ¿una nueva adicción?. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIV (2),149-155.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281946783007>

Mamani andrade , x. L. (2018). *Autoconcepto y adicción a las redes sociales en los estudiantes de 16-18 años del colegio la merced*, Umsa (Trabajo de grado) Repositorio Umsa

<https://repositorio.umsa.bo/xmlui/bitstream/handle/123456789/18094/TG-4183.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Marks, I. (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British Journal of Addiction*, 85, 1389-

1394. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01618.x>

Marín, E.C. (2015). Redes Sociales Educativas: caso Edmodo en Educación Secundaria. *Campus Virtuales*, Vol. 4, num. 2, pp. 10-15. Consultado el [dd/mm/aaaa] en www.revistacampusvirtuales.es

Marín-Cortés, A., Betancur-Hoyos, E., Franco-Bustamante, S., & Vélez-Zapata, V. (2020). Miedo y tristeza en adolescentes espectadores de cyberbullying. Vulneración de la salud mental en la era digital. *Revista virtual Universidad Católica del Norte*, 61, 66–82.

<https://doi.org/10.35575/rvucn.n61a5>

Navas, J. J. (1981). Terapia racional emotiva. *Revista latinoamericana de psicología*, 13(1), 75-83.

<https://www.redalyc.org/pdf/805/80513105.pdf>

Ortony, A., Clore, G. L. y Collins, A. (1996). *La Estructura Cognitiva de las Emociones*. Madrid: Siglo Veintiuno.

- Prats, M. A., Torres, A., Oberst, U., & Carbonell, X. (2018, enero). Vista de Diseño y aplicación de talleres educativos para el uso saludable de internet y redes sociales en la adolescencia: descripción de un estudio piloto | Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación. *Revista de Medios y Educación*. 133-8482.e-ISSN: 2171-7966,111-124.
- Packer, M. (1985). La investigación hermenéutica en el estudio de la conducta humana. *American Psychologist*, 40(10), 1-25.
- Pérez Gutiérrez, Adriana, & Florido Bacallao, René, & Díaz Lazo, Juliet (2011). Revisión bibliográfica. Impacto de las tecnologías de la información y las comunicaciones (tic) para disminuir la brecha digital en la sociedad actual. *Cultivos Tropicales*, 32 (1),5-10.
- Quintana, L. & Hermida, J. (2019). La hermenéutica como método de interpretación de textos en la investigación psicoanalítica. *UNIVERSIDAD NACIONAL DEL MAR DE PLATA*, 16(2),
[https://www.redalyc.org/journal/4835/483568603007/html/#:~:text=La%20hermen%C3%A9utica%20ofrece%20una%20alternativa,del%20mismo%20\(c%C3%ADrculo%20hermen%C3%A9utico\).](https://www.redalyc.org/journal/4835/483568603007/html/#:~:text=La%20hermen%C3%A9utica%20ofrece%20una%20alternativa,del%20mismo%20(c%C3%ADrculo%20hermen%C3%A9utico).)
[https://www.redalyc.org/journal/4835/483568603007/html/#:~:text=La%20hermen%C3%A9utica%20ofrece%20una%20alternativa,del%20mismo%20\(c%C3%ADrculo%20hermen%C3%A9utico\).](https://www.redalyc.org/journal/4835/483568603007/html/#:~:text=La%20hermen%C3%A9utica%20ofrece%20una%20alternativa,del%20mismo%20(c%C3%ADrculo%20hermen%C3%A9utico).)
- Royal Society for Public Health. (2016). *Status Of Mind, examining the positive and negative effects of social media on young people's health,relación al Cyberbylling*.
<http://www.infocoponline.es/pdf/SOCIALMEDIA-MENTALHEALTH.pdf>

Riesgo de las nuevas tecnologías e internet. (6 de septiembre de 2022) Riesgo de las nuevas tecnologías e internet, Psiquiatría y salud mental <http://www.psiquiatriaysaludmental.udec.cl/riesgo-de-las-nuevas-tecnologias-e-internet/>

Ron, Rodrigo, Antón Álvarez Ruiz, and Patricia Núñez Gómez. Niños, adolescentes y redes sociales, ¿conectados o atrapados? / coordinadores, Rodrigo Ron, Antón Álvarez y Patricia Núñez. 1a ed. Pozuelo de Alarcón (Madrid): ESIC, 2013. Print.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.ª ed. <<https://dle.rae.es>>

Red de apoyo por la justicia y la paz & Unicef. (2011). *Desarrollo adolescente y derechos humanos*. Unicef.

Recuperado 11 de octubre de 2022, de

<https://www.unicef.org/venezuela/media/921/file/Desarrollo%20Adolescente%20y%20derechos%20humanos.pdf>

R&A Psicólogos. (2022, 3 febrero). *Emociones negativas: cómo entenderlas*. Recuperado 18 de octubre de 2022, de <https://www.ryapsicologos.net/autoayuda/emociones-negativas/>

Ross, P. y Singüenza, S. (2010). Las redes sociales: La problemática familiar. Investigación de la comunicación. Universidad del Valle de México. Disponible en:

<https://es.slideshare.net/isasonrisa/redes-sociales-la-problemtica-familiar-04-lxcompice>

Salud del adolescente. (2019, 26 noviembre). *Salud del adolescente*, Who https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Unicef (2011) Desarrollo adolescente y derechos humanos Primera edición, Caracas, Venezuela. Valdivia, C.

(2008) La familia: conceptos, cambios y nuevos modelos. Universidad de Deusto. La Revue du redif, 2008, vol 1. 15-29

Velthoven, M. H., Powell, J., & Powell, G. (2018). Problematic smartphone use: digital approaches to an emerging public health problem. Digital Health, 4. doi: doi:10.1177/2055207618759167

We Are Social. (2022, enero). Digital report 2022: El informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y mobile. <https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-2022/>