

Universidad Latina de Costa Rica
Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela de Psicología

Licenciatura en Psicología

Trabajo Final de Graduación
Modalidad Tesis

Tema:

“Consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes, en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón”

Autor

Helberth Giovanni Mena Garro

Pérez Zeledón, Agosto, 2023



TRIBUNAL EXAMINADOR

Este proyecto titulado: Consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes, en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón, por el estudiante: Herlberth Giovanni Mena Garro, fue aprobado por el Tribunal Examinador de la carrera de Psicología de la Universidad Latina, Sede Pérez Zeledón, como requisito para optar por el grado de Licenciatura en Psicología:



Andrea María Gamboa Mena
Tutor



Rodney Rivera Barboza
Lector 1



María José Hidalgo Fonseca
Lector 2

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Helberth Giovanni Mena Garro estudiante de la Universidad Latina de Costa Rica, declaro bajo la fe de juramento y consciente de las responsabilidades penales de este acto, que soy Autor Intelectual de la tesis titulada:

Consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes, en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón

Por lo que libero a la Universidad de cualquier responsabilidad en caso de que mi declaración sea falsa.

Firmado el 12 de agosto del 2023



Helberth G. Mena Garro

Licencia De Distribución No Exclusiva (carta de la persona autora para uso didáctico)

Universidad Latina de Costa Rica

Yo (Nosotros): Helberth Giovanni Mena Garro

De la Carrera / Psicología

Programa:

Modalidad de Tesis

TFG:

Titulado: Consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes, en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón

Al firmar y enviar esta licencia, usted, el autor (es) y/o propietario (en adelante el "AUTOR"), declara lo siguiente: **PRIMERO:** Ser titular de todos los derechos patrimoniales de autor, o contar con todas las autorizaciones pertinentes de los titulares de los derechos patrimoniales de autor, en su caso, necesarias para la cesión del trabajo original del presente TFG (en adelante la "OBRA"). **SEGUNDO:** El **AUTOR** autoriza y cede a favor de la **UNIVERSIDAD U LATINA S.R.L.** con cédula jurídica número 3-102-177510 (en adelante la "UNIVERSIDAD"), quien adquiere la totalidad de los derechos patrimoniales de la **OBRA** necesarios para usar y reusar, publicar y republicar y modificar o alterar la **OBRA** con el propósito de divulgar de manera digital, de forma perpetua en la comunidad universitaria. **TERCERO:** El **AUTOR** acepta que la cesión se realiza a título gratuito, por lo que la **UNIVERSIDAD** no deberá abonar al autor retribución económica y/o patrimonial de ninguna especie. **CUARTO:** El **AUTOR** garantiza la originalidad de la **OBRA**, así como el hecho de que goza de la libre disponibilidad de los derechos que cede. En caso de impugnación de los derechos autorales o reclamaciones instadas por terceros relacionadas con el contenido o la autoría de la **OBRA**, la responsabilidad que pudiera derivarse será exclusivamente de cargo del **AUTOR** y este garantiza mantener indemne a la **UNIVERSIDAD** ante cualquier reclamo de algún tercero. **QUINTO:** El **AUTOR** se compromete a guardar confidencialidad sobre los alcances de la presente cesión, incluyendo todos aquellos temas que sean de orden meramente institucional o de organización interna de la **UNIVERSIDAD**. **SEXTO:** La presente autorización y cesión se regirá por las leyes de la República de Costa Rica. Todas las controversias, diferencias, disputas o reclamos que pudieran derivarse de la presente cesión y la materia a la que este se refiere, su ejecución, incumplimiento, liquidación, interpretación o validez, se resolverán por medio de los Tribunales de Justicia de la República de Costa Rica, a cuyas normas se someten el **AUTOR** y la **UNIVERSIDAD**, en forma voluntaria e incondicional. **SÉPTIMO:** El **AUTOR** acepta que la **UNIVERSIDAD**, no se hace responsable del uso, reproducciones, venta y distribuciones de todo tipo de fotografías, audios, imágenes, grabaciones, o cualquier otro tipo de

presentación relacionado con la OBRA, y el AUTOR, está consciente de que no recibirá ningún tipo de compensación económica por parte de la UNIVERSIDAD, por lo que el AUTOR haya realizado antes de la firma de la presente autorización y cesión. **OCTAVO:** El AUTOR concede a UNIVERSIDAD., el derecho no exclusivo de reproducción, traducción y/o distribuir su envío (incluyendo el resumen) en todo el mundo en formato impreso y electrónico y en cualquier medio, incluyendo, pero no limitado a audio o video. El AUTOR acepta que UNIVERSIDAD. puede, sin cambiar el contenido, traducir la OBRA a cualquier lenguaje, medio o formato con fines de conservación. **NOVENO:** El AUTOR acepta que UNIVERSIDAD puede conservar más de una copia de este envío de la OBRA por fines de seguridad, respaldo y preservación. El AUTOR declara que el envío de la OBRA es su trabajo original y que tiene el derecho a otorgar los derechos contenidos en esta licencia. **DÉCIMO:** El AUTOR manifiesta que la OBRA y/o trabajo original no infringe derechos de autor de cualquier persona. Si el envío de la OBRA contiene material del que no posee los derechos de autor, el AUTOR declara que ha obtenido el permiso irrestricto del propietario de los derechos de autor para otorgar a UNIVERSIDAD los derechos requeridos por esta licencia, y que dicho material de propiedad de terceros está claramente identificado y reconocido dentro del texto o contenido de la presentación. Asimismo, el AUTOR autoriza a que en caso de que no sea posible, en algunos casos la UNIVERSIDAD utiliza la OBRA sin incluir algunos o todos los derechos morales de autor de esta. **SI AL ENVÍO DE LA OBRA SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA U ORGANIZACIÓN QUE NO SEA UNIVERSIDAD U LATINA, S.R.L., EL AUTOR DECLARA QUE HA CUMPLIDO CUALQUIER DERECHO DE REVISIÓN U OTRAS OBLIGACIONES REQUERIDAS POR DICHO CONTRATO O ACUERDO.** La presente autorización se extiende el día 12 de agosto de 2023 a las 5:00pm

Firma del estudiante(s):



Agradecimientos

Quiero agradecerles a mis padres por cada minuto que han dedicado en mi vida, por apoyarme en cada una de las metas que me he propuesto, a mi madre Norma M. Garro Godínez por cada vez que necesite desahogarme y ella puso toda su atención en mí, también a mi padre Giovanni Mena Picado, por de igual forma interesarse en mi proceso de desarrollo en esta tesis, además de darme el sustento económico que necesite durante todo este tiempo y confiar en mí siempre y finalmente a mi hermano Jean Carlo Mena Garro, por darme ese amor y hermandad para hacerme sentir motivado a seguir siempre adelante.

Le quiero agradecerle a mi Dios, el cual nunca faltó en los mejores y peores momentos, dándome su fuerza y sabiduría.

Agradecimientos a la profesora Andrea Gamboa Mena, por ayudarme cada vez que lo necesite, guiarme y enseñarme cuando era necesario, además de proporcionarme un trato sumamente profesional.

Muchas gracias a todos los padres de familia y adolescentes que permitieron realizar esta investigación, ya que, con su visto bueno, se consiguió desarrollar de la manera adecuada.

Quiero agradecerle cada una de esas personas que me han apoyado durante todo este proceso, dándome sus buenos pensamientos y motivándome a lograr mejorar cada día, como persona y profesional.

Dedicatoria

Quiero dedicarle esta tesis principalmente a mi familia Giovanni, Norma y Jean Carlo, ya que fueron y serán las personas más importantes durante todo este proceso, dándome su amor, apoyo y sustento, además de ser siempre mis pilares fundamentales en mi vida.

Y quiero dedicarle esta tesis a cada persona que haya creído en mí, durante todos estos años, ya que ese apoyo siempre fue tomado en cuenta y me motivo a seguir adelante a pesar de los obstáculos.

Tabla de contenido

Introducción	10
PRIMER CAPITULO: Introducción y Propósito	12
1. Antecedentes	13
2. Formulación del problema de investigación	22
3. Objetivo de la investigación.....	23
3.1 Objetivo general:.....	23
3.2 Objetivos específicos:.....	23
4. Justificación del estudio de investigación.....	24
5. Alcances y limitaciones de la investigación.....	26
5.1 Alcances	26
5.2 Limitaciones.....	26
SEGUNDO CAPITULO: Marco situacional y Teórico.	27
1. Redes sociales virtuales.....	28
Qué son redes sociales horizontales:.....	31
Qué son redes sociales verticales:.....	32
2. Adolescentes en las redes sociales y sus repercusiones	33
2.1 Identidad personal de los adolescentes en las redes sociales	36
2.2 Adicción a las redes sociales y como se involucra en la vida de los adolescentes	38
2.3 Estereotipos negativos en las redes sociales y su vínculo con la adolescencia	42
2.4 Baja autoestima en los adolescentes y las redes sociales virtuales	43
2.5 La depresión en adolescentes con redes sociales virtuales	46
TERCER CAPITULO: Marco Metodológico.....	49
1. Definición del enfoque.....	50
2. Diseño del estudio	51
2.1 No experimental.....	51
2.2 Transversal.....	51
2.3 Correlacional.....	52
3. Tipo de investigación	53
3.1 Tipo de investigación exploratoria.....	53
3.2 Tipo de investigación explicativa	54
4. Sujetos o Fuentes de Información	54
4.1 Sujetos de información	55

4.2 Fuentes primarias	55
4.3 Fuentes secundarias	56
5. Población y Muestra.....	57
5.1 Población.....	57
5.2 Muestra	57
6. Variables	59
6.1 Principales redes sociales virtuales que utilizan los adolescentes	59
6.2 El uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes	60
6.3 Causas del uso excesivo de las redes sociales virtuales por parte de los adolescentes.....	61
6.4 Efectos psicológicos del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes ...	61
7. Instrumentos y técnicas	62
7.1 Entrevista/cuestionario.....	62
7.2 Descripción de los instrumentos	63
8. Confiabilidad y Validez	64
8.1 Confiabilidad.....	64
8.2 Validez	65
9. Tratamiento de la información, procedimiento de recolección y análisis de datos	65
CUARTO CAPITULO: Análisis e Interpretación de Resultados.....	67
1. Análisis de datos	68
1.1 Principales redes sociales virtuales que utilizan los adolescentes	68
1.2 El uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes	69
1.3 Causas del uso excesivo de las redes sociales virtuales por parte de los adolescentes.....	70
1.4 Efectos psicológicos del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes ...	72
QUINTO CAPITULO: Conclusiones y Recomendaciones.....	75
1. Conclusiones	76
2. Recomendaciones.....	80
3. Bibliografía	82

Introducción

Las redes sociales virtuales en la actualidad se han vuelto el método de comunicación más utilizado, ya sea por niños, adolescentes o adultos, sin embargo, el comprender las funciones que estas tienen es de gran importancia, ya que en gran parte del mundo se ha generado una dependencia casi patológica entre los adolescentes, por lo tanto se realizara una investigación con la intención de reconocer como estas redes sociales virtuales generan problemáticas al nivel personal y social entre este grupo etario.

En los últimos años se ha visto un uso elevado de estos medios de comunicación y por tanto se han generado otras investigaciones con el mismo objetivo, reconocer las consecuencias negativas de las redes sociales entre la juventud, de forma que los adolescentes puedan averiguar si realmente el uso constante y descontrolado de estas redes les han causado alguna consecuencia negativa.

Las investigaciones que se han realizado sobre este tema han tenido un énfasis directo en relación con la forma en que un adolescente puede verse envuelto en problemáticas basadas en su autoimagen, adicción a estas redes, cyberbullying, invasión de la privacidad y hasta acoso sexual mediante los chats de las redes sociales.

El desarrollo emocional y la identidad de un adolescente se puede ver interrumpida a causa de las consecuencias generadas por estas redes sociales, donde verdaderamente al nivel emocional existen diversas reacciones frente a este fenómeno, donde genera tristeza, angustia, ira, asco, vergüenza, entre otras emociones o sensaciones que pueden producir las redes sociales.

Frente a las situaciones generadas por las redes sociales se ha visto un desnivel social desde la última década, donde una gran parte de la socialización de los adolescentes se basa en

cómo actúan frente a su dispositivo móvil, que reacción tiene ante una publicación de un amigo o hasta como hablan en un chat grupal o privado, lo cual ha desarrollado una dependencia casi absoluta a siempre estar atento a las redes sociales y por tanto al ser adolescentes que cursan la secundaria, se ven consecuencias en sus calificaciones.

Por lo que esta investigación pretende crear conciencia de como las redes sociales, son causantes de una gran variedad de problemáticas en la población de adolescentes y con ello conseguir identificar de manera científica, cuál es la realidad desde el punto de vista de un adolescente, logrando así reconocer verdaderamente que es lo más adecuado para actuar y recomendar a este grupo etario.

Mediante la realización de encuestas, se conseguirá evaluar los resultados obtenidos, para generar un énfasis de estos y como se vinculan con otras investigaciones que se encontraran en los antecedentes de este trabajo investigativo, de forma que se logre confirmar que podría ser más una realidad y que otras afirmaciones pueden tener un valor menor dentro de la investigación.

En relación con el formato utilizado para el desarrollo de esta tesis, se realizó la siguiente división, en el capítulo I es la formulación de los antecedentes del tema, identificación del problema de investigación, además de la realización de objetivos de la investigación, por otro lado, en el capítulo II se encuentra el marco teórico, donde se fundamenta que es una red social y como la adolescencia está vinculada, en el capítulo III corresponde al desarrollo del marco metodológico y trabajo de campo, el capítulo IV al análisis e interpretación de resultados, donde se logra identificar cuál es la derivación de la realización del instrumento utilizado, el capítulo V las conclusiones y recomendaciones y por último la fundamentación bibliográfica.

PRIMER CAPITULO: Introducción y Propósito

1. Antecedentes

Se entiende una red social virtual donde las personas llegan a observar y conversar con otros internautas, mediante mensajes escritos, mensajes vía audio o hasta imágenes y videos, esto descrito de una forma más directa: “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”(Herrera, 2012, p.3) por otro lado, este mismo autor expone que: “más allá de las definiciones puntuales, de lo que semánticamente represente una red social, lo cierto del caso es que ha sido un espacio creado virtualmente para facilitar la interacción entre personas”.

Según los autores, las redes sociales pueden llegar a verse de la siguiente manera:

El incremento del uso de las redes sociales y la presencia constante de niños y adolescentes en ellas es un hecho constatado por diversas organizaciones globales e investigadores; esta utilización continuada de la tecnología puede conducir a un «uso excesivo», un hecho que ha sido reconocido como problema de salud pública por la Organización Mundial de la Salud en el año 2014 y se puede asociar a serios problemas psicológicos y de relaciones interpersonales como la adicción, la soledad o el ciberacoso. (Malo, Mercedes, Perpiñá y Viñas, 2018, p.102)

La salud mental de los adolescentes desde algunos años hacia la actualidad ha sido un tema que necesita un enfoque casi total hacia las redes sociales, ya que estas son el método más frecuente de comunicación en el siglo XXI, sin embargo, es importante mencionar que los problemas psicológicos tienen un trasfondo más allá de simplemente las redes sociales en sí mismas, son basadas más en un mal uso de estas en el diario vivir. Los autores mencionan que:

La fuerte presencia de adolescentes en las redes sociales les permite expresar y desarrollar su personalidad y sus características personales. Además, la naturaleza social de las redes supone una amplia variedad de interacciones y relaciones entre los adolescentes y los demás, como compañeros, familiares o desconocidos. (Malo et al., 2018, p.102)

Con base a esto se comprende que pueden ser beneficiosas las redes sociales ya que “algunos autores mencionan beneficios del uso de internet en la población adolescente como la obtención de información actualizada, mejoras en los procesos de comunicación e interacción social, siendo estos aspectos importantes para los adolescentes y su curso vital particular”(Rojas, Henríquez, Sanhueza, Núñez, Inostroza, Solís y Contreras, 2018, p.46) sin embargo, esto anterior no llega a ser una justificación a la gran cantidad de consecuencias que llega a tener el mal uso de este medio, además se debe tener en cuenta que en muchas ocasiones las redes sociales virtuales son poco usadas para mantenerse informados.

En todo caso, las redes sociales tienen un vínculo muy importante, ya que se entiende que:

La presente revisión tiene por objetivo analizar el uso excesivo de internet y uso de sitios de redes sociales (SRSs) en la población adolescente, determinar si puede considerarse una nueva forma de adicción, y los riesgos y consecuencias asociados. Nuestra hipótesis preliminar al respecto es que existiría en la adolescencia una asociación importante entre el uso excesivo de redes sociales y la adicción a internet. (Rojas et al. 2018, p.41)

Una de estas consecuencias se basa principalmente en la adicción que llega a desarrollar las redes sociales virtuales en la juventud desde hace unos 10 años hacia el presente, es crucial entender que los adolescentes tienen consecuencias sociales, físicas y hasta psicológicas, esto anterior basado en la propia cita mencionada.

Los adolescentes en una gran variedad de casos tienen una mentalidad más basada en la opinión ajena, donde se entiende que:

La identidad es un aspecto esencial en el desarrollo de los adolescentes y su construcción finaliza con la configuración de una personalidad sólida y estable en el tiempo, que aspira a un buen acoplamiento entre el ideal de vida para el individuo y la sociedad en la que vive. (Arab y Díaz, 2015, p.8)

Las redes sociales han tenido un impacto en relación con la dependencia de las redes sociales en los adolescentes, donde se ha desarrollado diversas situaciones, con repercusiones como la falta de interés de socializar de manera personal y creando una burbuja donde los adolescentes se concentran en una realidad virtual, según menciona Mendoza basándose en lo descrito por la Lic. Mendía se entiende que:

Respecto al tema, Eliane Mendía Piaba, psicóloga, indicó que debido a la adicción a las redes sociales que existe en los niños, jóvenes y adultos se ha convertido en una dependencia de los mismos, por lo que se ha perdido la comunicación con las personas. “Claro ejemplo de la adicción a las redes vemos en los almuerzos, cenas, o juntas familiares, ya que los jóvenes prefieren aislarse en su teléfono u otro aparato en vez de conversar y compartir un momento agradable al lado de sus familiares”. (Mendoza, 2018, p.60)

Según la descripción más socialmente reconocida de un adolescente adicto a las redes sociales es la siguiente:

Es aquel que se conecta a las redes siempre que sea posible y no puede estar donde no hay WiFi. Además, entra en Internet nada más levantarse y es lo último que hace antes de acostarse. Su mundo cambia y reduce el tiempo de las tareas habituales, tales como comer, dormir, atender las obligaciones o charlar con la familia por estar en las redes. (Arén, 2021, p.47)

La existencia de diversas situaciones donde los adolescentes se ven involucrados en persecuciones vía virtual, llega a ser preocupante, ya que existen muchos jóvenes los cuales viven constantemente con la presión social y en ocasiones se suma la presión de personas con fines maliciosos, las cuales acosan y desarrollan miedos, traumas y ansiedad en estos grupos de jóvenes, esto anterior se le conoce como stalking, mejor descrito por parte del siguiente autor donde explica que “el término stalking se puede traducir como una conducta intencionada y maliciosa de persecución obsesiva (obsessional following), acecho o acoso respecto de una persona a la que se convierte en objetivo”(Escamilla, 2013, p.1)

La desinformación llega a ser una de las mayores causantes de situaciones poco morales, además de contradecir esa popular creencia de que todo lo que está en internet es real, lo cual llega a ser falso, por la existencia de falsas noticias y diversas estafas que se crean, esto afecta a los adolescentes, en el área del desconocimiento y la inocencia, donde pueden caer en un engaño, ya sea monetario, de información o simplemente versen en vuellos en problemas jurídicos.

Se pueden entender que:

El mal uso de las redes sociales va unido a una falta de criterio a la hora de recibir información. Concienciar sobre la responsabilidad en la viralización de (fake news) y la responsabilidad de la difusión de estos mensajes falsos es de todos. Cada vez que desde WhatsApp alguien reenvía este tipo de contenidos contribuye a su viralización, con todo lo que ello conlleva. Uno de los objetivos del que desinforma es conseguir una difusión amplia y rápida. Por eso tomar conciencia como ciudadanos sobre la importancia de no participar en estas cadenas de desinformación es fundamental para evitar ser víctimas de su manipulación. (Arén, 2021, p.51)

Uno de los puntos más importantes a tener en cuenta es la facilidad de los adolescentes en verse envueltos en una falsa idea de quienes son y porque están en esta realidad, ya que las redes sociales crean estereotipos que en ocasiones son imposibles a causa de edición u otros métodos de modificación corporal, esto anterior se refuerza:

Al saber la importancia que ejerce la autoestima en las redes sociales es necesario definirla, se conoce como la valoración que se tiene de sí mismo en donde se ven involucrados los pensamientos, emociones, sentimientos, experiencias y actitudes que la persona recoge a lo largo de su vida y que influirán en su modo de relacionarse con los demás. Este es un proceso que se desarrolla en el ciclo vital del individuo a raíz de las interacciones que este tiene con los demás que posibilita el adecuado desarrollo del “Yo” gracias a la aceptación de los otros. (Doménica y Tobar, 2023, p.851)

Estos problemas relacionados con la autoestima, se puede observar en gran cantidad de adolescentes alrededor del mundo; sin embargo, esto tiene diversas ramas que vinculan el punto central, donde encontramos el área afectiva, conductual y cognitiva, lo cual genera diversas situaciones poco agradables ante las ideas impuestas del adolescente. Donde se entiende que existen:

Diferentes elementos configuran la autoestima mismos que han sido enunciados por Martínez (2010); componente afectivo: respuesta afectiva que se percibe de sí mismo; componente conductual: intenciones que se tienen al momento de actuar, acorde a las opiniones que se tengan de sí y lo que se esté dispuesto a realizar; componente cognitivo: representaciones, creencias, ideas y descripciones que se hacen de sí mismo en diferentes aspectos de su vida. La convergencia de estos tres componentes en cada individuo son los que permiten la existencia de la autoestima establecida dentro de cada ser humano. (Doménica y Tobar, 2023, p.852)

Se puede mencionar como el uso de las redes sociales tiene con consecuencia el encontrarse en un sitio donde existe la posibilidad de que haya diferentes eventos que lleguen a causar problemas emocionales y sociales, como lo es el cyberbullying, esto anterior se menciona de una forma más directa:

La ciberviolencia o violencia virtual se refiere a la forma en que los medios de comunicación (internet, telefonía móvil, sitios web y/o videojuegos online) pueden favorecer la violencia e incluso ejercerla sobre distintos grupos de personas. Los niños y jóvenes vinculados al fenómeno del matonaje escolar utilizan los medios de comunicación como otra forma de ejercer violencia hacia sus pares, especialmente desde el anonimato. Suele ser una extensión (virtual) del maltrato realizado

presencialmente. Implica un daño recurrente y repetitivo que tiene un impacto significativo en la o las víctimas. (Arab, 2015, p.10)

Además, hay que mencionar que también existen individuos los cuales pueden manipular a los adolescentes, con intenciones sexuales, esto anterior puede llegar a desarrollarse por la presión social, la cual siempre llega a verse en los grupos de jóvenes, esto anterior se le llama sexting y esta es muy utilizada desde hace unos años hacia la actualidad, esta se puede definir como:

Una práctica que consiste en compartir imágenes de tipo sexual, personal o de otros, por medio de teléfonos o internet. El riesgo, es que las imágenes sean publicadas y viralizadas sin permiso. Con ello la intimidad queda expuesta a la mirada pública, con todas las consecuencias a corto y largo plazo de este hecho. (Arab, 2015, p.10)

Los trastornos alimenticios en los adolescentes también tienen un espacio en esta investigación, ya que los seres humanos desde tiempos inmemoriales, han tenido un estatus o una ideología que el físico es una parte esencial en la identidad individual, sin embargo, esto se ha visto más marcado con base a los diferentes sitios webs que existen, pero principalmente las redes sociales virtuales, donde en general la idea de tener ese cuerpo perfecto es algo tan humano como perjudicante para cada adolescente, esto lo menciona expresando que:

A lo largo de la adolescencia hay una preocupación por la imagen corporal, generalmente los varones tienen un interés por su fuerza física y a las mujeres les preocupa su aspecto físico. El problema se expresa cuando estas preocupaciones se llevan a un extremo, pudiendo causar trastornos alimentarios como Anorexia Nerviosa. Esta etapa se caracteriza por la relevancia que adquieren los pares y la

necesidad de su validación como refuerzo identitario. En la actualidad la interacción con los pares ocurre en espacios reales y en los espacios virtuales de las redes sociales. (Lucciarini, Losada, Moscardi, 2021, p.37)

Esto anterior se logra observar más fácilmente si prestamos atención a diversas redes sociales virtuales las cuales son más populares, ya que normalmente entrar en una “moda” es algo que crea una disociación negativa, en relación sobre el propio físico, como menciona el autor:

Las más RSV populares para los adolescentes son Facebook, Instagram y YouTube, cuyo contenido se expresa en la publicación de imágenes atractivas, la mayoría con filtros, edición, y videos. El problema se presenta cuando a partir del contenido publicado, la persona comienza a recibir comentarios dañinos que repercuten negativamente en la percepción de su imagen corporal. (Lucciarini et al. 2021, p.37)

Es importante mencionar diversos estudios realizados durante los últimos años, los cuales ayudan a tener un mejor entendimiento y una base más sólida, de las problemáticas relacionadas a las redes sociales virtuales y como estas si conviven en gran medida con los adolescentes actualmente.

Según el artículo realizado por parte de Doménica Collantes y Andrea Tobar en el año 2023, donde se indago sobre el tema de la adicción a las redes sociales y como se ve afectada la autoestima de los jóvenes de la institución, se logró observar cómo con base a una investigación que se les realizo mediante una entrevista a una muestra de 280 alumnos, donde una minoría del 25.3% fueron hombres y donde por mayoría un 74.7% fueron mujeres, se determinó que un 37% de los alumnos consideran tener una adicción moderada a las redes sociales virtuales y por tanto

esto deja en evidencia, la susceptibilidad de los adolescentes en la actualidad hacia estas redes, además de exponerse como un 82.5% de los jóvenes exponen tener una autoestima ligeramente baja, por lo que se comprende cómo es de importante el reconocer e indagar en que es lo que ven los adolescentes en la actualidad.

Según el artículo realizado por Rodrigo Moreira, Thaisa Carvalho, Juce Lopes, Jennifer Silva, Kísia Oliveira y Samara Fontes en el año 2021, donde se expuso la percepción de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental, se entiendo que mediante el uso de encuestas virtuales, se entrevistaron a 71 adolescentes los cuales obtuvieron resultados relevantes, por ejemplo algunos de los riesgos más grandes de las redes sociales virtuales según estos jóvenes son, 17% consideran el cyberbullying y hasta un 34% la divulgación de datos personales, además de que un 23% menciona la invasión de la privacidad, por tanto dentro de los grupos de adolescentes, se podría considerar que ya se está formando un criterio más sólido sobre las consecuencias que puede ocurrir por un mal uso de las redes sociales virtuales.

Con base la investigación de Jesús Plaza de la Hoz en el año 2016, donde expone el impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes; mediante una muestra de 1032 alumnos de una secundaria, consiguió determinar algunos resultados los cuales son de gran importancia, como por ejemplo mediante una encuesta se determinó que un 51.50% de los encuestados considera que critica sin pensar en el prejuicio, por otro lado un 37.20% piensa que otras personas no la pasan mal en relación con las redes sociales virtuales y en todo caso hasta un 35.10% considera personalmente que se confían subiendo información personal a la red. Sin embargo, es importante mencionar que hasta un 53.14% les mencionan a sus padres si se ven envueltos en una problemática relacionada a las redes sociales, ya sea cyberbullying u otro tipo

de acoso, este mismo porcentaje mencionó también comentárselo a sus amigos, esto anterior es importante integrarlo, ya que también se debe mencionar los puntos positivos de la investigación.

2. Formulación del problema de investigación

Las problemáticas vinculadas a las redes sociales virtuales, tienen en una gran cantidad de ocasiones el factor de ser la consecuencia de un mal uso de estas durante la etapa de la adolescencia, donde se debe entender las distintas situaciones que pueden conllevar el uso indebido de estos métodos de comunicación actuales, además de indagar en como el desarrollo psicosocial de un adolescente tiene un deterioro significativo al considerar la redes sociales como su único método de contacto social, esto anterior ocurrió en gran medida durante la pandemia del COVID-19.

En todo caso, los factores emocionales también tienen un espacio en esta investigación, donde el desarrollo emocional de un adolescente se ve distorsionado por el observar a modelos estereotipados, los cuales en ocasiones no llegan a ser reales, determinando en ocasiones una autoestima personal en los adolescentes deteriorada, por un uso indebido de las redes sociales virtuales, indagando en el tiempo de utilización y como este llega a determinar una posible necesidad o adicción a estas redes.

Además, entender como los adolescentes son expuestos a miles de personas en las redes sociales, donde puede recibir desde acoso virtual, hasta encontrarse en peligro físico, por los diversos sistemas de manipulación que son utilizados por parte de algunas personas con intenciones maliciosas hacia otras, en este caso se debe indagar cuando y con qué razón llegaron a verse acosados, ya sea por cyberbullying o también por sexting, esto anterior siendo algunos de los métodos de acoso e intimidación más utilizados.

A partir de los párrafos anteriores donde se explican las problemáticas principales del tema en cuestión, se puede entender que la interrogante principal sería la siguiente:

¿Cuáles son las consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro de Pérez Zeledón, durante los meses de enero a agosto 2023?

3. Objetivo de la investigación

Para el desarrollo de la presente investigación se formulan los siguientes objetivos:

3.1 Objetivo general:

Determinar las consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro de Pérez Zeledón, durante los meses de enero a agosto 2023.

3.2 Objetivos específicos:

3.2.1. Identificar las principales redes sociales virtuales que utilizan los adolescentes.

3.2.2. Conocer la opinión de los adolescentes sobre el uso excesivo de las redes sociales virtuales.

3.2.3. Establecer las causas del uso excesivo de las redes sociales virtuales por parte de los adolescentes.

3.2.4. Analizar los efectos psicológicos del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes.

4. Justificación del estudio de investigación

La realidad de las redes sociales virtuales es poco conocida por gran parte de los adolescentes del planeta entero, donde se busca el romanticismo de las redes sociales solo por lo positivo y no se llega a indagar en gran medida sobre todas aquellas desventajas reales que causan las redes sociales virtuales, donde el simple hecho de crear una red social significa exponer gran parte de tu vida personal olvidando la gran variedad de personas con intenciones maliciosas que existen en el mundo. Por lo que se entiende que:

Uno de los riesgos internos o inherentes al usuario, es la exposición de la intimidad, generada por la delgada línea entre lo público y lo privado, de tal manera que la gente da a conocer información personal, que en el momento que cae en manos de delincuentes, acosadores sexuales, gente chismosa, entre otros; sin darse cuenta de que la información suministrada puede ser alterada o utilizada para su perjuicio. (Sierra del Valle, 2011, p.13)

Los seres humanos necesitan de la aceptación social de manera casi instintiva, sin mencionar, el derecho a exponer sus gustos y necesidades con otros, pero en la adolescencia existe un factor poco mencionado, la falta de capacidad para la toma de decisiones que puede tener un joven en la actualidad, donde existe una facilidad de manipulación y control sobre los adolescentes muy grande. Las redes sociales virtuales causan una adicción casi total y consumo del tiempo de los adolescentes, esto anterior entendiéndose, que los jóvenes en el colegio tienen una responsabilidad y en ocasiones esta se ve opacada por una necesidad casi fuera de los límites personales de la persona en cuestión, por tanto, es necesario actuar para evitar dichas consecuencias de ese mal uso de las redes sociales. Según el autor se logre comprender que:

Las redes sociales por la necesidad de gustar y tener seguidores, hacen que cada vez se compartan más contenidos de la intimidad y vida de las personas. Vamos a desgranar una serie de conceptos y delitos que pueden afectar a nuestros pacientes adolescentes y debemos tenernos claros. (Arén, 2021, p.4)

El enfrentar estas problemáticas de manera correcta, no es sólo un deber de los seres humanos, si no una necesidad, si realmente no queremos recibir una mayor cantidad de casos de pacientes adolescentes, con situaciones psicológicas que afectan su estilo de vida, ya sea desde el punto de vista cognitivo o el conductual, ya que en la actualidad a causa de estas redes sociales, los adolescentes han tenido la presión de "mejorar" su imagen sin tener en cuenta que llegan a desarrollar trastornos o patologías psicológicas en el camino a su meta. Entendiéndose que:

Si bien las redes sociales son herramientas favorables, también hay que tener en cuenta que repercuten en la vida social y emocional de los usuarios, por lo cual deben ser utilizadas de manera prudente, de lo contrario podría desencadenar estados de ansiedad, depresión, estrés, TCA o dificultad la manera de comunicarse de una persona. (Lucciarini et al. 2021, p.37)

Finalmente esta investigación tendrá un gran impacto en la área de la psicología, ya que la intención principal es dar a conocer a la sociedad, las diversas consecuencias que puede llegar a tener los adolescentes en la actualidad, en relación al uso indebido de las redes sociales virtuales, ya que una persona dentro del rango de edad de los 13 a 18 años puede verse envuelto en una gran variedad de trastornos psicológicos, como lo son la depresión, la ansiedad o hasta la anorexia, entre otros; donde la problemática debe primeramente ser entendida y evaluada, para lograr un cambio dentro de la sociedad actual, la cual necesita de una mejora sobre el control del uso de estas redes.

De esta forma el lector lograría empezar a reflexionar sobre cuantas horas les dedica personalmente a las redes sociales virtuales y en caso de padres de familiar con adolescentes en el hogar, cuanto tiempo pasa su hijo o hija en estas redes, indagar más y conocer mejor a su propio hijo o hija, de esta misma forma, se lograría que se evite mal entendidos dentro del hogar y así mismo, conseguir que los jóvenes en la actualidad no necesiten de las redes sociales virtuales para todo en su vida.

5. Alcances y limitaciones de la investigación

5.1 Alcances

En esta investigación se desea lograr identificar y dar por entendido la veracidad de los problemas vinculados al uso indebido de las redes sociales, donde se logre concluir algunas de las causas y como estas pueden deteriorar las áreas, sociales, emocionales y familiares, además de determinar qué tan real son algunos de los mitos que actualmente son tomados como reales.

Por otro lado, otra de las áreas de interés son identificar las diversas consecuencias vividas en relación al mal uso de las redes sociales, por adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón; tomando en cuenta sus opiniones y experiencias mediante encuestas y entrevistas dirigidas específicamente con este objetivo en común.

5.2 Limitaciones

Que existan situaciones donde los adolescentes prefieran no responder las preguntas que se les expondrá, además de posibles manipulaciones en las respuestas que lleguen a dar, donde esto pueda afectar los resultados de la investigación.

SEGUNDO CAPITULO: Marco situacional y Teórico.

1. Redes sociales virtuales

Inicialmente se debe empezar mencionando cuales son las herramientas que se utilizan para la interacción en redes sociales, mediante la definición de tecnología del internet y como está a logrado cambiar el mundo por completo, según afirma que:

A través de la historia de la humanidad, el hombre ha utilizado diferentes formas de comunicarse, desde la comunicación con señas, hasta la comunicación a distancia por medio de dispositivos tecnológicos avanzados. Los avances logrados en el área de las telecomunicaciones han permitido que el hombre se desempeñe de una manera más eficiente, y es esta eficiencia lo que en gran medida ha motivado a las empresas a establecer mayores retos entre sus trabajadores. De esta forma, se ha llegado a alternativas de gran impacto a través del tiempo como son el Internet, los trenes de alta velocidad, medios aéreos sofisticados, cables de comunicación, la telefonía celular, la televisión por cable, y un largo etcétera de mecanismos de última vanguardia. (Rueda, 2007, p.1)

En base a esto también es importante mencionar como las redes sociales virtuales han revolucionado la manera de comunicarse entre los diferentes seres humanos, en forma de reforzamiento de este mismo tema, se menciona que:

Las innovaciones tecnológicas y la nueva sociedad de la información han propiciado el crecimiento de las redes sociales a través de internet. Así, son cada vez más los usuarios que participan en las redes sociales para interactuar con otras personas y las empresas que utilizan este medio para establecer relaciones con las Administraciones Públicas y facilitar el comercio (INE, 2012, citado por Osorio, Molero, Pérez y Mercader, 2014, p.586)

Pero una de las mayores preguntas que se pueden hacer es ¿mediante cuál dispositivo se utilizan las redes sociales virtuales más frecuentemente? Esta cuestión se llega a ver solucionada gracias a los siguientes autores los cuales mencionan que:

Investigaciones más concretas y abiertas acerca del uso del móvil y a los discursos que preforman las mediaciones y relaciones entre sujetos las encontramos en Lasén y Casado (2014), que coordinan investigaciones colectivas sobre las interacciones entre la telefonía móvil, las relaciones de género y los vínculos afectivos íntimos. Haciendo hincapié en lo empírico. Se analiza cómo las subjetividades contemporáneas están constitutivamente mediadas por los usos y prácticas tecnológicas. (García y Bautista, 2015, p.308)

En la actualidad nos encontramos en una sociedad en la cual todo tiene una relación con las redes sociales virtuales, sin embargo, esto es importante saber definirlo, se entiende que: “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, 2008, citado por Manza y Auris, 2021, p.3)

Con base a esto mismo es importante tener en cuenta cuales son estas redes sociales que actualmente dominan el mercado de esta categoría, en relación a esto se menciona que:

Las redes sociales como son Facebook, Twitter, Google +, Instagram, LinkedIn, Tuenti, Bebo, Hi5 (etc.) son redes sociales internacionales o llamadas Redes Sociales de Internet. Son páginas web o aplicaciones que permiten a los usuarios crear páginas personales, que facilitan encontrar otras páginas utilizando su propio buscador y que entienden la necesidad que activamente te comuniqués con otras personas o amistades

incluso familia que no veías hace mucho tiempo pero que tienen algún elemento afín o común contigo. (Ramos, Cruz y Reyes, 2017, p.6)

Es importante reconocer los distintos aspectos que caracterizan a las redes sociales, en ese caso se puede mencionar una de estas, se entiende que:

La posibilidad de interactuar y relacionarse con otros individuos en diferentes partes del mundo dejó de ser un imposible o una utopía sólo al alcance de aquellos con medios económicos para viajar y conocer otras personas y otras culturas. Las comunidades virtuales han logrado, en poco tiempo, sobrepasar las barreras geográficas y han permitido a personas que nunca han salido de sus ciudades natales, la posibilidad de interactuar con personas de otros países, otras culturas, otras lenguas (Frank, 1995; Ma, 1996, citado por Aguilar, Said, 2010, p.5)

Con base a lo anterior se puede reforzar, como las redes sociales tienen una intervención directa en el estilo de comunicación que antiguamente se utilizaba, ya que ahora al tener dispositivos electrónicos, se puede lograr desarrollar un estilo de comunicación más fácil entre distintas personas, esto se menciona de manera detallada:

Parece claro que las TIC se han convertido en el agente de socialización y de transferencia cultural más importante en este nuevo milenio (Vaucheret 2004). A través de estas tecnologías se están modificando hábitos de relación y formas de intercomunicación de las personas. En el caso de los adolescentes, con independencia de donde vivan, de que sean buenos, o no tan buenos estudiantes, o de su origen social, los adolescentes viven “en la Red” y esto tiene sus peculiaridades. (Barrio, Ruiz, 2014, p.552)

Es importante mencionar la gran importancia que existe en reconocer la variedad de elementos que rodean a las redes sociales, dentro de ese lenguaje online, que solo se puede encontrar en medios de comunicación vía internet, esto se refuerza entendiendo que:

Tenemos que mencionar también que hay una serie de elementos propios solamente del lenguaje online, como por ejemplo el soporte visual (fotografías, vídeos, ficheros audio etc.), los efectos gráficos como los emoticonos, los emojis, las imágenes gif (imágenes animadas) y los memes (asociación humorística de imagen y texto), y la presencia de hipervínculos (el link, el tag, el hashtag), que realizan la conexión con la información de otra página Web y que ofrecen la posibilidad de la intertextualidad. (Candale, 2017, p.5)

Es importante entender que existen tipos de redes sociales virtuales, las cuales tienen una dirección específica hacia diferentes ideas, donde se determinan sus modos de acción y además conciben un enfoque hacia diversos usuarios, dependiendo de algunos factores, esto mismo lo describe una página web, mediante un artículo detallado donde expone esto anteriormente mencionado de la siguiente forma:

A pesar de lo que pueda parecer en un primer momento, no todas las redes sociales son iguales, aunque compartan un objetivo común (relacionar a dos o más individuos entre sí) o funcionalidades (todas permiten crear un perfil, compartir contenidos y generar nuestra propia comunidad). Por este motivo, durante las próximas líneas trataremos de clasificar las diferentes redes sociales a partir de diferentes segmentaciones, comenzando por diferenciar entre redes sociales horizontales y verticales.

Qué son redes sociales horizontales: Son aquellas dirigidas a todo tipo de usuario y sin una temática definida. Se basan en una estructura de celdillas permitiendo la

entrada y participación libre y genérica sin un fin concreto. Los ejemplos más representativos son Facebook, Instagram, Pinterest, Twitter...

Qué son redes sociales verticales: Entendemos por redes sociales verticales aquellas cuya actividad gira alrededor de una temática determinada. Son redes mucho más restringidas que las generalistas, ya que algunas de éstas requieren 'invitación' para formar parte de ellas.

Su capacidad de influencia es enorme debido a que el público que las conforma está extremadamente segmentado y realmente interesado en los contenidos que en ellas se comparten. Algunas redes verticales son: TripAdvisor y Minube (viajes y turismo) o Periodistas por el Mundo (periodismo). (The Social Media Family, 2022, parr.12)

Añadir de manera directa ventajas relacionadas a las redes sociales, es importante, ya que, mediante esta misma, existe muchas mejoras en distintas áreas, que antes de la existencia de estos medios de comunicación era muy difícil y hasta impensable, por tanto, determina que:

La participación en las redes sociales permite a las personas aprender las habilidades necesarias para mezclar con eficacia el lenguaje y los medios de comunicación creando finalmente una identidad en línea. La identidad facilita formas de socialización distintas a las formas de comunicación tradicionales. Por tanto, la interacción no es sólo entre el individuo y la herramienta, sino que es una forma de socialización que se sustenta en la decisión del usuario de crear una identidad en línea que es accesible a otros (Young, 2009, citado por Osorio, M. et al. 2014, p.586)

Una vez conceptualizado correctamente, a lo que se refiere una persona cuando se pregunta ¿Qué es una red social virtual? Es importante enfocarnos en un tema el cual es necesario abarcar

como los son las redes sociales en adolescentes, a continuación, se expondrá los diversos conceptos que abarcan este tema.

2. Adolescentes en las redes sociales y sus repercusiones

Primeramente, es importante mencionar cual es la definición de adolescencia, esto ya que para indagar en el tema de las problemáticas de las redes sociales en adolescentes debemos entender, a que se refiere con adolescentes, se comprende que:

La adolescencia es el período de transición entre la niñez y la adultez y en ella se da uno de los más importantes cambios en la vida de la persona: se alcanza la madurez sexual, la antesala de la adultez y la capacidad reproductiva. Esta madurez se inicia con la pubertad, un conjunto de cambios físicos que traen consigo el desarrollo de las características sexuales secundarias, algunas de ellas no directamente relacionadas con el desarrollo de los órganos sexuales, como pueden ser el cambio de la voz en el sexo masculino o el ensanchamiento de las caderas en el femenino. (Montagud, 2020, parr.4)

Entender que el fenómeno de las redes sociales, tiene un vínculo total con los adolescentes, es una realidad, y con ello el reconocer que la manera de comunicación en los jóvenes se ha visto totalmente modificada en comparación con los años atrás, donde los adolescentes tiene redes sociales más como una necesidad que como una herramienta, esto anterior se describe en la cita que se extrajo de los autores “Son millones los individuos en todo el mundo, especialmente adolescentes y jóvenes, que se han dejado seducir por las nuevas tecnologías e internet, incorporándolos en su vida cotidiana, en sus comunicaciones y en sus vínculos” (Arab, Díaz, 2014, p.8)

Entendido esto se logra desarrollar la incógnita más llamativa de este tema, ¿Cuáles riesgos que tienen los adolescentes en la actualidad en relación con las redes sociales? y como estos se vinculan específicamente con el mal uso de estas redes de comunicación, se puede entender que:

Como hemos podido comprobar, internet y las redes sociales ofrecen una multitud de posibilidades, pero también presenta algunos riesgos relacionados con la privacidad, la adicción o el riesgo para los usuarios más jóvenes (Caldevilla, 2010). Los usuarios de las redes sociales hacen públicas informaciones que tradicionalmente pertenecían a la intimidad tales como: los sentimientos, fracasos y acontecimientos personales (Díaz, 2011). Las redes sociales afectan a la intimidad, la vida privada y la imagen de los usuarios que se conectan de forma diaria (Tello, 2013). (Osorio et al. 2014, p.587)

Se debe mencionar las situaciones a las que se enfrentan muchos y muchas adolescentes en la actualidad, donde se desarrollan problemáticas al nivel personal y familiar, con ello determinando en gran medida que tan cómodos estarán con esa red social virtual, a continuación, se abordan algunos de los peligros a los que pueden estar expuestos los adolescentes, esto descrito por autores entendiéndose:

Grooming: Es un conjunto de estrategias que una persona adulta desarrolla para ganar la confianza del/la joven a través de internet, adquiriendo control y poder sobre él/ella, con el fin último de abusar sexualmente de él/ella.

Tiene distintas etapas:

1. Amistad. El abusador se hace pasar por otro joven y se gana la confianza de la víctima, seduciéndola y obteniendo así sus datos personales (¿Qué

edad tienes?, ¿Con quién vives?, ¿Cuál es tu dirección?, ¿Qué hacen tus padres?, ¿En qué colegio estás?).

2. Engaño. El abusador finge estar enamorado de la víctima para conseguir que se desnude y realice actos de naturaleza sexual frente a la webcam, o le envíe fotografías de igual tipo.

3. Chantaje. El abusador manipula a la víctima amenazándolo con que va a hacer público el material sexual, si no continúa enviándoselo.

Las repercusiones del grooming en la víctima están asociadas a depresión, baja autoestima, desconfianza, cambios de humor repentinos y bruscos, bajo rendimiento académico, aislamiento, alteraciones del sueño y de la alimentación, ideas e intentos de suicidio.

Cyberbullying: La ciberviolencia o violencia virtual se refiere a la forma en que los medios de comunicación (internet, telefonía móvil, sitios web y/o videojuegos online) pueden favorecer la violencia e incluso ejercerla sobre distintos grupos de personas. Los niños y jóvenes vinculados al fenómeno del matonaje escolar utilizan los medios de comunicación como otra forma de ejercer violencia hacia sus pares, especialmente desde el anonimato. Suele ser una extensión (virtual) del maltrato realizado presencialmente. Implica un daño recurrente y repetitivo que tiene un impacto significativo en la o las víctimas.

Se puede manifestar de distintas formas: publicar en internet una imagen, video, “memes”, datos privados y cualquier información que pueda perjudicar o avergonzar a alguien o hacerse pasar por otra persona creando un perfil falso, ya sea para exponer aspectos privados de ella o agredir a terceros, entre otros.

Sexting: Es una práctica que consiste en compartir imágenes de tipo sexual, personal o de otros, por medio de teléfonos o internet. El riesgo, es que las imágenes sean publicadas y viralizadas sin permiso. Con ello la intimidad queda expuesta a la mirada pública, con todas las consecuencias a corto y largo plazo de este hecho. (Arab, Diaz, 2014, p.10)

Lo anteriormente conceptualizado, llega a tener una gran importancia ya que mediante el conocimiento básico de cuáles son las principales problemáticas que llegan a vivir los adolescentes en la actualidad, se logra desarrollar un mejor criterio, además de comprender la razón por la cual es importante intervenir en este tema.

2.1 Identidad personal de los adolescentes en las redes sociales

Definir como desde tiempos memorables la identidad personal ha conformado una parte muy importante del desarrollo de cada ser humano es algo de suma importancia y de valor, para conocer el desarrollo de este a lo largo de los años, sin embargo, para confirmar lo anterior mencionado se llega a definir la identidad personal como:

Cuando pensamos en la identidad, generalmente la concebimos como el conjunto de características inherentes a una persona, que posibilitan su diferenciación del mundo, y que es fundamental para la interacción con otros seres humanos.

Usualmente, no pensamos en la identidad más allá de nuestro cuerpo, cuando en realidad se compone de un conjunto de características que permiten al individuo desenvolverse y relacionarse correctamente con los otros en diferentes espacios y situaciones, lo cual implica cambios de comportamientos asociados a éstos. Como dice Erving Goffman «cuando el individuo se presenta ante otros, su actuación

tenderá a incorporar y ejemplificar los valores oficialmente acreditados de la sociedad, tanto más, en realidad, de lo que lo hace su conducta general» (2001, pág. 21). (Restrepo, 2020, p.4)

Una vez entendido esto se logra tener una mejor idea de la importancia que tiene esta en el diario vivir de los seres humanos y más cuando se trata de los futuros adultos y adultas de nuestra sociedad.

La identidad en los adolescentes es un tema que necesita una revisión casi total, ya que en esta etapa de la vida se busca la aceptación personal y moldearse a la sociedad que les espera fuera de los centros educativos o la misma familia, sin embargo, cuando se habla de las redes sociales, se debe mencionar como estas han modificado la manera en que los jóvenes adolescentes se llegan a identificar frente a la sociedad, como mencionan los autores donde hablan acerca de este tema:

Ya se ha mencionado cómo la adolescencia es la etapa clave en el proceso de maduración como persona, en el que se identifican los ejes básicos del yo (como individuo diferente a los demás, con una identidad sexual, cultural, social, etc. definida). Ahora bien, en los entornos digitales este proceso resulta aún más complejo en la medida en que posibilita la opción de “jugar” con diferentes identidades o con el anonimato, con todos los riesgos que esto conlleva. La red, y en especial la participación en redes, promueven un nuevo tipo de identidad, la digital, que se configura a partir de la habilidad de gestionar con éxito la propia visibilidad, reputación y privacidad en la red, y que se va construyendo a partir de la propia actividad y de la de los demás en este entorno. (Ruiz y Juanas, 2013, p.107)

De esta misma forma se comprende que la identidad puede llegar a ser modificada por las redes sociales virtuales, esto descrito por los autores de la anterior cita, sin embargo, entender esto va más allá y por tanto el concepto que proporciona:

Los individuos actúan en distintos espacios, creando diversas identidades que van cambiando a muy rápida velocidad y que pueden generar experiencias interpersonales e intrapersonales enriquecedoras o destructivas, según cómo se utilice la comunicación online (tiempo de uso, tipo de grupo social virtual elegido, entre otros). En la adolescencia el grupo de pares pasa a ser muy relevante en la construcción de la identidad y se transforma en un referente para ir modulando ciertos aspectos personales, dependiendo de la retroalimentación que se reciba. (Arab y Diaz, 2014, p.8)

Una vez comprendido esto, se debe exponer como una de las mayores causas de problemas relacionados a redes sociales, involucra a la adicción a estas redes, por tanto, se conceptualizará detenidamente cada una de las áreas que abarcan este tema.

2.2 Adicción a las redes sociales y como se involucra en la vida de los adolescentes

Primeramente, se debe comprender que es una adicción a las redes sociales y como esta abarca diversas áreas de importancia para el desarrollo de cualquier ser humano, mediante los siguientes escritos se explica que:

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la adicción “es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación”. Las adicciones, se caracterizan por presentar un 8 conjunto de signos y síntomas, en los que intervienen factores: biológicos, genéticos,

psicológicos y sociales. Es una enfermedad progresiva, en la que aparecen episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad. (Romero, 2018, p.7)

Esto teniendo una referencia total a como llega a causar una inestabilidad no solo al nivel personal, sino más allá, llegando a distorsionar su área social, lo que afecta el desarrollo futuro de cada persona que sufra de esta enfermedad, lastimosamente al nivel de la sociedad, no se toma como una problemática y en ocasiones hasta se oculta como un tabú.

Además, es importante añadir cuales son las mayores características de una persona que es adicta y con ello como se lograría identificar, mediante siguiente cita se logra entender que los indicadores más llamativos de una persona adicta son:

- Capacidad para ‘engancharse’ en conductas de las que se derivan consecuencias reforzantes.
- Excesiva preocupación por el consumo, o conductas de las que se desprende un refuerzo positivo.
- Tolerancia o nivel de saciedad temporal.
- Pérdida de control, en donde la frecuencia de la conducta se incrementa haciéndose cada vez más automática.
- Dificultad en detener o evitar dicha conducta, a pesar de la existencia de importantes consecuencias negativas. (Sola, 2014, p.2)

Sin embargo, esto anterior se muestra como una idea general de estos indicadores, pero en los adolescentes existen una gran variedad de características que son necesarias de exponer. Por

tanto, mediante otros autores se logra reforzar aún más este tema, donde con el uso de un listado se puede entender que:

Algunos indicadores de ciberadicción son:

- El tiempo de uso ha ido en aumentos.
- El rendimiento académico ha disminuido notablemente porque dedica demasiado tiempo a estar conectado.
- Manifiesta una gran irritabilidad cuando alguien lo interrumpe.
- Se ve ansioso, nervioso, deprimido o aburrido cuando no está conectado a internet.
- Deja de reunirse con sus amigos por estar frente a la pantalla.
- Se queda hasta muy tarde en la noche navegando, chateando, entre otros.
- Revisa constantemente su teléfono celular para ver si ha llegado un mensaje y presenta vibraciones fantasmas.
- Habitualmente lo primero y lo último que hace al despertar y al dormir, es revisar el teléfono. (Arab y Diaz, 2014, p.11)

Ahora por otro lado se debe exponer como los adolescentes tienen un vínculo con respecto a las adicciones, más específicamente a las redes sociales, donde intervienen diversos factores emocionales y psicosociales, sin embargo, se logra explicar mediante la siguiente cita donde se menciona:

El acceso a internet por parte de los individuos puede estar determinado tanto por factores internos como por externos, es decir, necesidades sociales, mantener contacto y para regular emociones (Bischof-Kastner, Kuntsche, & Wolstein, 2014).

La capacidad reducida de autorregulación en la adolescencia resulta ser un

componente clave para el mantenimiento del UPI (Gómez et al., 2015). Una investigación de Lee, Ho y Lwin, (2017) respalda lo anteriormente referido, demostrando que la autorregulación deficiente se asocia positivamente con el tiempo que los adolescentes destinan a los SRSs. (Rojas, et al. 2018, p.45)

Siguiendo este mismo tema de la adicción en los adolescentes, también se debe mencionar como este puede producir consecuencias relacionadas a un inadecuado tiempo de uso en las redes sociales, según definen los autores, se logra entender que:

Los adolescentes resultan ser una población vulnerable de los efectos negativos del uso de SRSs y podría aumentar significativamente las alteraciones del sueño, impactando en la calidad del mismo, y reducir la evaluación de su satisfacción escolar (Vernon, Barber, & Modecki, 2015). Un estudio reciente de Turel y Bechara (2017) da cuenta de la relación existente entre la mala calidad del sueño, la impulsividad motora y el uso problemático de SRSs. (Rojas, et al 2018, p.46)

Dando a entender que el desarrollo emocional, psicosocial y se nos acercamos más hasta la familia misma, se ven afectados con base a un uso inadecuado y sin control de las redes sociales virtuales, sin embargo, el desarrollo se puede mencionar la pérdida de interés de salir de casa o hasta el desarrollar miedos y fobias a diversas actividades que normalmente no deberían producirla como es hablar en público.

2.3 Estereotipos negativos en las redes sociales y su vínculo con la adolescencia

En la actualidad se llega a observar la existencia de las figuras famosas en las redes sociales y como estas generan un cambio en las modas que están en ese momento vigentes, al igual que estas son positivas, también pueden darse en casos en los que desarrollan algo que se conoce como estereotipos negativos, primeramente, se debe entender que son los estereotipos, según esto se define que:

Representaciones, estereotipos, identidad... todos términos abstractos que forman parte de la mentalidad de cada individuo entendida como algo amplio y vago que engloba todo lo que se siente, ya sea intelectual o afectivo. Otro punto de unión de estos términos es que giran en torno a la relación con el “otro”. Este “otro”, ya sea un individuo o un grupo es percibido por el “nosotros” a través de varios filtros, entre otros, las representaciones sociales, los estereotipos y la identidad (la propia y la atribuida al “otro”).

Las representaciones sociales están socialmente determinadas porque influyen y/o provocan un determinado sentimiento de pertenencia; la relación es de doble dirección, ya que las representaciones sociales pueden ser causa y consecuencia del movimiento (de acercamiento o alejamiento) de un individuo o un grupo hacia un grupo u otro. (Fernández, 2016, p.54)

Esto demostrando el gran poder que tienen los estereotipos en las decisiones que se toman a lo largo de nuestra vida, sin embargo, es importante mencionar como esto se vincula con el tema de interés, ¿Cómo las redes sociales intervienen en los estereotipos de los adolescentes? Y por ello:

Estos estereotipos pueden afectar factores como la autoimagen de los adolescentes, el rendimiento académico y los hábitos alimenticios. También pueden conducir a hostilidad y comportamiento agresivo... Si ellos se dan cuenta que se espera ciertas cosas de ellos que son negativas, ¿para qué esforzarse en hacer algo mejor o más positivo? En este sentido, es necesario tener muy en cuenta cómo la adolescencia es una etapa sumamente importante y cómo los estereotipos pueden perjudicar gravemente su desarrollo.

Los estereotipos tienen una influencia extremadamente poderosa en la sociedad. El comportamiento, las actitudes y las creencias de los adolescentes sobre ellos mismos pueden verse afectados negativamente por los estereotipos sobre ellos. A menudo se cree que los adolescentes son irresponsables, perezosos e incluso agresivos. (Roldán, 2019, parr.1)

Estos estereotipos negativos llegan a desarrollar diversas problemáticas, como bien menciona directamente la baja autoestima se ve desarrollada, ya que estos estereotipos “ideales” que se generan llegan a crear una autoimagen negativa de los mismos jóvenes.

2.4 Baja autoestima en los adolescentes y las redes sociales virtuales

Los adolescentes actualmente llegan a tener una gran cantidad de situaciones negativas relacionadas con la autoestima, sin embargo, se debe entender ¿qué es la autoestima realmente?

Por tanto, se afirma que:

La autoestima tiene una naturaleza dinámica, puede crecer, arraigarse más íntimamente, conectarse a otras actitudes nuestras o, por el contrario, debilitarse y empobrecerse. Es una forma de ser y actuar que radica en los niveles más profundos

de nuestras capacidades, pues resulta de la unión de muchos hábitos y aptitudes adquiridos. (Roa, 2013, p.242)

Por lo tanto, se comprende la autoestima como una parte importante de nuestro desarrollo, por lo que en todo caso los adolescentes viven constantemente desarrollando estas habilidades personales y conocimientos de sí mismos y el uso inadecuado de las redes sociales y sus estereotipos de cuerpos y estilos de vida falsos, puede desarrollar enfermedades psicopatológicas, como lo son los trastornos alimenticios, según lo que llega a exponer los autores donde se entiende que:

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son enfermedades que han despertado en los últimos años un enorme interés. En la actualidad, se habla de auténticas epidemias, donde el diagnóstico es tardío, existiendo múltiples dificultades de manejo y numerosos riesgos en su evolución o como consecuencia de sus síntomas, pudiendo morir un elevado porcentaje de estos pacientes

Una de las principales características de estos trastornos consiste en el miedo a subir de peso y el permanente control en relación a la comida ingerida, asociado a una excesiva valoración de la imagen corporal. (Chinchilla, 2003, citado por Cruzat, Haemmerli y García, 2012, p.54)

Con base a esto se debe integrar como los Trastornos alimenticios se llegan a vincular con los adolescentes en la actualidad, mediante el uso de las redes sociales de manera incorrecta, por lo tanto, se entiende que:

La población con riesgo a desarrollar un TCA corresponde a un 80% de adolescentes, mayoritariamente mujeres, siendo la proporción de, un hombre por

cada diez mujeres quienes relatan insatisfacción con su peso y aspecto corporal, por lo cual se someten a dietas u otras maneras de controlar el aumento de peso. Es un trastorno que mayormente se encuentra presente en la etapa de la adolescencia, etapa caracterizada por una transición, donde se generan cambios físicos, sociales, psicológicos y cognitivos siendo los adolescentes particularmente vulnerables o influenciados por los comentarios que escuchan o reciben.

En los hombres, el ideal de belleza sufrió modificaciones a lo largo del tiempo, actualmente el cuerpo ideal para la mayoría de los hombres es un cuerpo musculoso, con abdominales bien definidos, siendo la musculatura y la grasa corporal las principales preocupaciones que podrían causar insatisfacción corporal, por lo cual muchos de ellos acceden a dieta rica en proteínas y baja en grasas, excesivo ejercicio, sustancias que mejoren su rendimiento y el uso de suplementos quemadores de grasa (Véliz et al., 2019; Dakanalis, et al., 2017, citado por Lucciarini, et al. 2021, p.34)

Ahora bien, si la autoimagen de los adolescentes se ha visto distorsionada y con ello su autoestima también, las redes sociales en ¿Qué intervienen? Para ello estos mismos autores mencionan que:

A lo largo de la adolescencia hay una preocupación por la imagen corporal, generalmente los varones tienen un interés por su fuerza física y a las mujeres les preocupa su aspecto físico. El problema se expresa cuando estas preocupaciones se llevan a un extremo, pudiendo causar trastornos alimentarios como Anorexia Nerviosa (Craig y Baucum, 2009). Esta etapa se caracteriza por la relevancia que adquieren los pares y la necesidad de su validación como refuerzo identitario. En la

actualidad la interacción con los pares ocurre en espacios reales y en los espacios virtuales de las redes sociales, las cuales tienen como objetivo crear un lugar digital en el cual las personas puedan comunicarse, interactuar, compartir opiniones o experiencias (Echeburúa y Requesens, 2012, citado por Lucciarini, et al. 2021, p.37)

Con base a lo anteriormente mencionado se logra identificar que tan importante llega a ser la autoimagen en una persona adolescente y como esto conlleva a diversos grupos minoritarios dentro de esta gran burbuja de adolescentes a sufrir trastornos alimenticios que antes se llegaban a ver menos, por razones de menor difusión de las imágenes o estereotipos deseados físicamente.

2.5 La depresión en adolescentes con redes sociales virtuales

Se debe dar a entender que es la depresión y como esta llega a afectar a miles de personas alrededor del mundo, mediante una definición precisa se menciona que la depresión es:

La depresión es distinta de las variaciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana. Puede convertirse en un problema de salud serio, especialmente cuando es recurrente y de intensidad moderada a grave. Puede causar gran sufrimiento a la persona afectada y alterar sus actividades laborales, escolares y familiares. En el peor de los casos, puede llevar al suicidio. (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2021, parr.1)

Esto anterior se vincula directamente con los adolescentes, los cuales en la actualidad se ven involucrados en una cantidad de situaciones que dentro de su área cognitiva llegan a ser muy

importante, por tanto, entender que la depresión tiene un vínculo directo con las redes sociales en algunos casos es valioso para la comprensión del tema, se afirma que:

Uno de cada seis jóvenes experimentará un trastorno de ansiedad en algún momento de su vida, y las tasas de ansiedad y depresión en los jóvenes han aumentado un 70%. El estudio ha demostrado que cuatro de cada cinco jóvenes afirman que el uso de las redes sociales provoca que sus sentimientos de ansiedad empeoren. Ver amigos constantemente de vacaciones o disfrutando de las noches, puede hacer que los jóvenes sientan que se están perdiendo cosas mientras que otros disfrutan de la vida. Estos sentimientos pueden promover un "comparar" y un efecto de "desesperación". Las imágenes a menudo poco realistas que se ofrecen en las redes sociales pueden hacer que los jóvenes tengan sentimientos de autoconciencia, baja autoestima y la búsqueda del perfeccionismo que puede manifestarse como trastornos de ansiedad. (Hospital Sant Joan de Déu, 2021, parr.6)

El desarrollo de los adolescentes llega a verse distorsionado con el uso de las redes sociales, de manera inadecuada, donde utilizan una cantidad poco saludable de tiempo enfocados en el uso de estas redes sociales virtuales, las cuales en forma de consecuencia generan diversas situaciones como lo llegan a expresar en la siguiente cita, se entiende que:

Los adolescentes, principales usuarios de estas redes, privados de sueño por una obsesiva práctica de este tipo de comunicación, suelen manifestar síntomas de depresión, tienen problemas para dormir y se desempeñan de manera deficiente en la escuela. En una encuesta aplicada a 3,120 estudiantes de secundaria de Rhode Island (Wolfson y Carskdon, 1998), el periodo total de sueño pasó de 40 a 50 minutos entre los 13 y 19 años, siendo los estudiantes que dormían menos los que

obtuvieron las peores calificaciones (Papalia, Wendkos y Duskin, 2005, citado por Tamayo, García, Quijano, Corrales y Moo, 2011, p.2)

El desarrollo psicosocial vinculado a la depresión, tiene diversas áreas de atención, sin embargo una de las más llamativas se logra identificar con la acoso escolar o fuera de este, mediante el uso de cyberbullying, existen miles de casos donde adolescentes se han visto decaídos emocionalmente y con una actitud poco positiva frente a la vida a causa de este tipo de acoso, el cual utiliza mayormente las redes sociales como medio de maltrato, generando problemáticas en los jóvenes, esto se logra mencionar:

El cyberbullying favorece la aparición de trastornos, como problemas académicos y psicosociales, depresión, baja autoestima y hostilidad exteriorizada, entre otros. Los tipos de cyberbullying vinculados a episodios en los que el agresor era un adulto, en los que fue publicada una foto del niño o adolescente y a episodios acompañados de contactos agresivos offline, como una llamada telefónica o la visita del agresor en el domicilio, generan tres veces más riesgo de angustia emocional. En estos casos, alrededor del 68,5% de los adolescentes experimenta alguna emoción negativa, como ira, malestar, preocupación, estrés, miedo y "sentimientos depresivos", mientras que el 24,5% de los adolescentes no está preocupado por los incidentes. (Moreira, et al. 2021, parr.40)

Finalmente, con esto anterior mencionado, se logra entender que existen una gran variedad de consecuencias, las cuales son causadas por el desconocimiento y la facilidad que existe en las redes sociales de crear situaciones poco favorables para los adolescentes, por tanto, se debe entender que el mal uso de las redes sociales virtuales es una problemática actual entre jóvenes.

TERCER CAPITULO: Marco Metodológico

1. Definición del enfoque

Cuando se menciona enfoque investigativo se refiere al rumbo en que se piensa se va a abordar el trabajo, mediante el uso de una metodología, en la cual se identifica la forma en que se manejan los datos y de esta misma manera como se llega a analizar la información.

Este trabajo investigativo tiene como idea principal utilizar la metodología mixta, entendiéndose como:

Los métodos mixtos o híbridos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos tanto cuantitativos como cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (denominadas meta inferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008, citado por Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018, p.10)

Por lo tanto, esta investigación tiene como enfoque directo una metodología mixta, ya que recopila datos cuantitativos a través de métodos como encuestas, cuestionarios y análisis estadístico, ya que la información que se piensa recolectar tendrá como base un sustento numérico y estadístico, lo que conlleva a tener resultados cuantificables; además se obtienen datos cualitativos a través de entrevistas, grupos focales y observaciones; ya que poseerá de un elemento analítico, donde se hará uso de textos y análisis de estos. Los datos recopilados se analizan y combinan utilizando métodos apropiados para cada tipo de información para obtener una comprensión más acertada en relación con el estudio.

2. Diseño del estudio

En este apartado se explicará cual será el diseño del estudio que se tomará en cuenta para esta investigación, donde “Los diseños son planes y estrategias de investigación concebidos para obtener respuestas confiables a las preguntas de investigación” (Vara, 2012, p.202)

2.1 No experimental

Inicialmente se utilizará el tipo de diseño no experimental, el cual tiene como base lo descrito por siguientes autores donde explican que:

La investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, es investigación donde no hacemos variar intencionalmente las variables independientes. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p.1)

Se utilizará esta ya que la intención es realizar un análisis, sin ningún tipo de manipulación de las respuestas con base a las consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes, en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón.

2.2 Transversal

También se llegará a utilizar un diseño de investigación transversal donde este tiene como propósito utilización de instrumentos, los cuales serán aplicados una sola vez, además no llegará a ocurrir una consecución de mediciones al mismo sujeto u objeto de estudio. Para entender de una mejor forma cual es el concepto de esta se afirma que:

Los diseños transversales suelen incluir individuos con y sin la condición en un momento determinado (medición simultánea) y en este tipo de diseño, el investigador NO realiza ningún tipo de intervención (interferencia). El investigador realiza una sola medición de la o las variables en cada individuo (número de mediciones) (Rodríguez y Mendivelso, 2018, p.142)

Esto anterior describe como se piensa realizar la investigación mediante una única entrevista y cuestionario a cada sujeto en cuestión.

2.3 Correlacional

Finalmente se tomará en cuenta para la investigación el diseño de estudio correlacional, el cual define esta como:

En este alcance de la investigación surge la necesidad de plantear una hipótesis en la cual se proponga una relación entre 2 o más variables. En el nivel cuantitativo surge la aplicación de procesos estadísticos inferenciales que buscan extrapolar los resultados de la investigación para beneficiar a toda la población. (Ramos, 2020, p.3)

Esto anterior mencionado será utilizado para el desarrollo de la investigación, ya que se tomará en cuenta el análisis de diferentes variables existentes en el estudio, para el desarrollo de este mismo, además este método mide componentes que los vinculan entre sí, con un control de variables previsto para lograr los resultados mejorados. Cuando el enfoque experimental no es factible, se llega a utilizar este. Se puede entender la existencia de esta influencia demostrando cómo un hecho afecta a otro y de esta misma forma vinculándose entre ambos.

3. Tipo de investigación

Esta investigación es de enfoque tipo mixto, con base a esto comprendiéndose que la investigación tendrá como objetivo el análisis de todos los datos e información recogida durante el proceso de estudio y por tanto esta tiene las características necesarias para formar parte de la metodología de la investigación. Donde se expresa que “Podemos resumir entonces que el enfoque mixto es un proceso que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio, para responder a un planteamiento del problema o para responder a preguntas de investigación” (Muñoz, 2013, p.219)

3.1 Tipo de investigación exploratoria

Este tipo de metodología para la investigación como lo es la exploratoria tiene un vínculo importante en este estudio, ya que no existe ningún otro estudio realizado en la comunidad de La Palma de Pérez Zeledón, además de que se parte de cero en este proceso, por tanto, se considera que esta es la más indicada a tomar en cuenta, se comprende que “La investigación exploratoria corresponde al primer acercamiento a un tema específico antes de abordarlo en un trabajo investigativo más profundo. Se trata de un proceso para tener información básica relacionada con el problema de investigación” (Ortiz, 2020, parr.1)

Una vez analizado esto, este mismo autor menciona que “A partir de la investigación exploratoria pueden conocerse las verdaderas implicaciones de un problema determinado, así como cuáles son los aspectos más interesantes que es pertinente abordar en una investigación”

3.2 Tipo de investigación explicativa

Este tipo de investigación tiene una metodología, donde el objetivo principal es la búsqueda de correlación entre diversas variables, donde se involucran datos e información relevante del estudio, mediante este método se desea encontrar respuestas a esas incógnitas que nacen a raíz de pensar el porqué de alguna situación y como esta puede tener factores externos que la lleven a cabo, esto se logra reforzar mejor mediante la definición donde se afirma que:

Los estudios explicativos van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos, es decir, están dirigidos a responder por las causas los eventos y fenómenos físicos o sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se manifiesta, o porque se relacionan dos o más variables. (Liñán, 2016, p.6)

Mediante estos tipos de metodología investigativa, se buscará tener como finalidad, la respuesta a diversas incógnitas relacionadas con el tema principal de la investigación, como lo podrían ser: ¿Cuánto tiempo utiliza las redes sociales virtuales? ¿Has llegado a sentirte inferior a causa de alguna publicación ajena? ¿Cuánto tiempo le dedicas a tu familia más cercana? ¿Has tenido algún tipo de afectación en las calificaciones por pasar mucho tiempo frente a las redes sociales virtuales? Entre otras incógnitas a tomar en cuenta durante el proceso de investigación.

4. Sujetos o Fuentes de Información

Durante el proceso de investigación se necesitará tomar en cuenta diversos puntos como lo son los sujetos y las fuentes de información, por lo tanto, el desarrollo de este apartado se basa en la definición de estas mismas y confirmación de su debido vinculo en el estudio realizado.

4.1 Sujetos de información

En este apartado se afirma que:

Los sujetos de información son quienes aportarán la información de la investigación, según Barrantes Echeverría (2002), su selección depende del problema por resolver, los objetivos o hipótesis planteados y las variables por estudiar. Es necesario recurrir a quienes mejor puedan ofrecer la información. (García, 2017, p.64)

En relación con esta investigación los sujetos de información son:

El grupo de personas adolescentes entre los 13 años y 17 años que residen en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón, estas personas son quienes brindaran la información cualitativa y cuantitativa, para el desarrollo del estudio en proceso mediante una entrevista y cuestionario.

4.2 Fuentes primarias

Durante una investigación se debe utilizar diversas fuentes de información, sin embargo, en este apartado se mencionará las fuentes de información primarias, las cuales son aquellas que se obtienen de manera directa, estas no existen de antemano y por lo tanto se logran obtener mediante la utilización de instrumentos o herramientas de manera personal, como lo va ser en esta investigación con el uso de entrevistas y cuestionarios a los sujetos, esto lo define mediante una citación donde se afirma que:

Son todas aquellas de las cuales se obtiene información directa, es decir, de donde se origina la información. Es también conocida como información de primera mano o desde el lugar de los hechos. Estas fuentes son las personas, las organizaciones, los

acontecimientos, el ambiente natural, etcétera (Bernal Torres, 2010, citado por García, 2017, p.62)

En el caso de esta investigación la fuente primaria será obtenida mediante la realización del cuestionario y la entrevista a los adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón, los cuales mediante las respuestas realizadas en estos instrumentos proporcionaran información de primera mano.

4.3 Fuentes secundarias

Finalmente se debe exponer las fuentes secundarias donde mediante una citación se comprende que:

Son todas aquellas que ofrecen información sobre el tema que se va a investigar, pero que no son la fuente original de los hechos o las situaciones, sino que sólo los referencian. Las principales fuentes secundarias, para la obtención de la información, son los libros, las revistas, los documentos escritos (en general, todo medio impreso), los documentales, los noticieros y los medios de información. (Bernal Torres, 2010, citado por García, 2017, p.63)

Por lo tanto, se comprende que estas tienen como característica principal ser un apoyo para la investigación y contener referencias bibliográficas para sustentar el desarrollo del estudio.

Con base a lo anterior en esta investigación se dio el uso de:

- **Internet:** Esta fuente de información, será utilizada como refuerzo, es importante entender que estas se utilizan con el propósito de obtener ciertos datos relevantes para el

trabajo, incluyendo páginas estatales, nacionales y hasta internacionales, así como diversos sitios web vinculados con el tema en cuestión.

5. Población y Muestra

5.1 Población

Inicialmente se debe definir a que hace referencia la población, se afirma que:

La población de estudio es un conjunto de casos, definido, limitado y accesible, que formará el referente para la elección de la muestra, y que cumple con una serie de criterios predeterminados. Es necesario aclarar que cuando se habla de población de estudio, el término no se refiere exclusivamente a seres humanos, sino que también puede corresponder a animales, muestras biológicas, expedientes, hospitales, objetos, familias, organizaciones, etc.; para estos últimos, podría ser más adecuado utilizar un término análogo, como universo de estudio. (Arias, Villasís y Miranda, 2016, p.202)

En esta investigación la población o universo, conforma el grupo de 50 adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón, información obtenida de la escuela Carlos Luis Valverde Vega.

5.2 Muestra

En todo caso de existir una población en ocasiones esta es difícil de abarcar en su totalidad, por tanto, se utiliza un grupo de muestra representativa, para entender esto se explica que una muestra:

Es un subconjunto de la población de estudio, es el grupo de personas que realmente se estudiarán. Debe ser representativa de la población y para lograr esto se debe tener bien definido, los criterios de inclusión y exclusión, así como la realización de una buena técnica de muestreo. (Díaz, 2017, p.5)

Tomando en cuenta esto, la muestra es importante para este proceso de investigación, ya que la población total con base a su tamaño y características dificulta la intervención total, sin embargo, la muestra, gracias a que posee similitudes a la población total, permite hacer inferencias o generalizar los resultados obtenidos hacia el resto de la población con un margen de error para tener en cuenta; por lo tanto, se utilizara un 30% de la población total, lo cual conllevaría en que la muestra de esta población será de 15 adolescentes, a quienes se pretende entrevistar.

5.2.1 Muestreo por conveniencia

Para toda muestra se debe utilizar una técnica de muestreo, en la cual se consigue determinar el total de la muestra. Está la define como: “es un procedimiento de selección en el que se desconoce la probabilidad que tienen los elementos de la población para integrar la muestra.” (Hernández, 2006, p.189)

En este caso se utilizará la técnica de selección de muestreo por conveniencia, la cual se describe como una técnica donde los participantes se seleccionan para el muestreo en función de la disponibilidad, la conveniencia o la facilidad de acceso en el momento de la recopilación de datos. Esto significa que los sujetos se seleccionan por la facilidad de selección o porque están en el lugar y momento correctos para participar en el estudio, más que por el cumplimiento de criterios de selección específicos. Por lo tanto, se entiende que el investigador selecciona

miembros basándose únicamente en la proximidad y no consideran si en realidad son una muestra representativa de toda la población en estudio.

En el caso de esta investigación se utilizara el muestreo no probabilístico por conveniencia, con base a que la población muestra fue escogida por el investigador, ya que la totalidad de la población es de 50 adolescentes y la muestra que se tomara en cuenta posee un grupo de 15 adolescentes entre los 13 años y 17 años de edad, esta selección se basa en lo descrito por Ramírez (citado por Arias, 2012), “señala que son varios los autores que recomiendan trabajar en investigaciones sociales, con aproximadamente, un 30% de la población” (p.87) Por lo tanto, ese fue el porcentaje elegido para la muestra de esta investigación en la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón.

6. Variables

Esta investigación posee cuatro variables, estas basadas en el orden específico de los objetivos, que fueron establecidos con antelación. Cada una de estas tendrá de forma respectiva una conceptualización para mayor entendimiento, además de poseer una definición operacional e instrumental, mediante el uso de la entrevista/cuestionario que se tiene pensada para la investigación.

6.1 Principales redes sociales virtuales que utilizan los adolescentes

Se afirma que “Las redes sociales como son Facebook, Twitter, Google +, Instagram, LinkedIn, Tuenti, Bebo, Hi5 (etc...) son redes sociales internacionales o llamadas Redes Sociales de Internet. Son páginas web o aplicaciones que permiten a los usuarios crear páginas personales” (Ramos, et al. 2017, p.5)

Para esta variable se llegará a utilizar el instrumento N°1: Donde se realizará preguntas relacionadas a este tema de manera escrita en un cuestionario tipo entrevista a los adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón.

El uso de un cuestionario para esta variable es de gran importancia, ya que la intención es recolectar cuales son aquellas redes sociales que utilizan más cada individuo, teniendo en cuenta que el cuestionario es un procedimiento valioso para la obtención y registro de datos.

Con base a esta variable el cuestionario se realizará de forma presencial, por parte de propio investigador, con la intención de obtener la información con una mayor probabilidad de validez por parte de los adolescentes de la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón.

6.2 El uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes

Para efecto de esta variable se debe entender que el uso excesivo de las redes sociales es dañino y perjudicial, como se menciona:

Los medios sociales son un aspecto importante de la vida de muchos adolescentes. Una encuesta realizada en 2018 por el Pew Research Center (Centro de Investigación Pew) a casi 750 jóvenes de entre 13 y 17 años reveló que el 45 % está conectado prácticamente todo el tiempo. (Clinic Mayo, 2022, parr.1)

Con base a esta variable se hará uso de mismo instrumento anteriormente mencionado, donde se concentrarán preguntas directas, las cuales tienen la intención de identificar cuanto tiempo de uso le dan los diversos adolescentes encuestados y además de esto, cuanto de ese tiempo es para cada una de las diferentes redes sociales mencionadas en la anterior variable, todo

esto dirigido a adolescentes entre 13 y 17 años de edad de la comunidad de La Palma, San Isidro, Pérez Zeledón.

6.3 Causas del uso excesivo de las redes sociales virtuales por parte de los adolescentes

En este apartado se debe entender que adolescentes tiene diversas razones personales y sociales que los incitan al uso de las redes sociales, en todo caso, estas en muchas ocasiones cuando su uso es excesivo tienen vínculos con problemáticas personales, como la pérdida de un ser querido o por otro lado completamente distinto como lo es el tener una pareja sentimental.

En relación con esta variable se hará uso del instrumento N°1 el cual ha sido utilizado con las anteriores variables, tomando en cuenta esto tendrá como objetivo, obtener diversa información, de cuáles son las razones por las cuales utilizan las redes sociales, esto mediante una pregunta donde se deba describir de forma escrita esto anterior.

6.4 Efectos psicológicos del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes

Se entiende que:

Además, un pequeño estudio realizado en 2013 estableció que los adolescentes mayores que utilizaban las redes sociales de manera pasiva, por ejemplo, simplemente viendo las fotografías de los demás, mostraban una menor satisfacción con la vida. Aquellos que usaron las redes sociales para interactuar con otros o publicar su propio contenido no experimentaron estos descensos.

(Clinic Mayo, 2022, parr.7)

Con base a esta variable se utilizará el mismo instrumento N°1 que se ha sido utilizado en la variable 1, 2 y 3.

Para esta variable se realizará una pregunta en el cuestionario en la cual se marcará cuáles son algunos síntomas negativos que han llegado a tener en relación con las redes sociales, como lo puede ser, pensamientos negativos hacia sí mismos, pérdida de interés por la familia, problemas del sueño, entre otros. Además de permitir describir como estos síntomas afectan en su diario vivir, que consecuencias trajeron en sus vidas y como han afectado su desarrollo personal.

7. Instrumentos y técnicas

7.1 Entrevista/cuestionario

Se comprende una entrevista como una técnica, la cual es utilizada para la recolección de datos, según esto se expone que:

La entrevista es una de las técnicas cualitativas más utilizadas en la investigación sociológica y, particularmente en los últimos tiempos, ha cobrado una gran importancia en ámbitos como las ciencias de la salud. (...) La entrevista cualitativa genera una oportunidad para comprender los puntos de vista de los participantes en la investigación acerca de sus mundos tal y como son descritos en sus propias palabras. (Tejero, 2021, p.65)

Es importante tener en cuenta que es un cuestionario, ya que este tiene un valor importante en el estudio y desarrollo de la investigación que se va a realizar, mediante el cuestionario se logra identificar todos esos datos cuantificables que conforman una parte del proceso en desarrollo, según esto se comprende que “Un cuestionario es, por definición, el instrumento estandarizado que empleamos para la recogida de datos durante el trabajo de campo

de algunas investigaciones cuantitativas, fundamentalmente, las que se llevan a cabo con metodologías de encuestas” (Menes, 2016, p.9)

7.2 Descripción de los instrumentos

Tal como se mencionó en el apartado anterior, se hará uso de un cuestionario para recoger la información del proyecto de investigación, planteando una serie de preguntas que indagarán en cada una de las variables propuestas. Por tanto, en la variable N°1 con el tema de “Principales redes sociales virtuales que utilizan los adolescentes”, se harán preguntas de selección múltiple donde se observaran diferentes redes sociales, además se les cuestionará ¿Cuáles son las redes sociales que más utilizan? y por otro lado se les solicitará describir que actividades realizan en las redes sociales virtuales mencionadas.

Por otro lado, en la variable N°2 con el tema de “El uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes”, donde se les solicitará mediante una pregunta ¿Cuánto tiempo le dedican a diario a las redes sociales en promedio? y luego en otra pregunta de manera escrita en la cual se podrá observar el nombre de diferentes redes sociales, se les solicitará mencionar cuanto le dedican a cada una de esas redes sociales; finalmente en este apartado se realizará una pregunta dirigida, con la intención de conocer cuál es el punto de vista en relación con el uso excesivo de redes sociales virtuales.

Además de esto en la variable N°3 con el tema “Causas del uso excesivo de las redes sociales virtuales por parte de los adolescentes”, se les mostrará una pregunta de selección múltiple donde se menciona diversas razones más comunes por las que se les da uso a las redes sociales virtuales, por otro lado, se realizará otra pregunta donde tendrán que describir estas razones.

Finalmente, para la variable N°4 con el tema “Los efectos psicológicos del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes”, se les mostrará una pregunta de selección múltiple en la cual se mencionarán diversos síntomas negativos que han podido llegar a tener en relación con las redes sociales virtuales, además de esto tendrá una pregunta donde se deberán describir como el uso de las redes sociales han afectado en su vida y finalmente se hará una pregunta extra final, donde se les preguntará si han pensado en dejar las redes sociales alguna vez.

8. Confiabilidad y Validez

Es importante tener en cuenta en este apartado confiabilidad y la validez, ya que mediante estas se podrá comprobar la veracidad de los datos obtenidos durante la investigación, mediante el uso de los instrumentos mencionados en el anterior apartado.

8.1 Confiabilidad

Según los estudios que se han realizado con anterioridad se puede considerar que existe un mayor margen de confiabilidad, ya que estas investigaciones que se han realizado respaldan la veracidad de la información que se desarrolla a lo largo de este estudio; en base a lo citado por parte de este autor se entiende que: “la confiabilidad representa el nivel de concordancia interpretativa entre diferentes observaciones, evaluadores o jueces del mismo fenómeno” por lo tanto esto hace referencia al nivel de veracidad que puede llegar a producir los resultados obtenidos durante la investigación. (Hidalgo, 2005, p.3)

8.2 Validez

Por otro lado, se debe mencionar la validez como una parte importante de la investigación, donde se identificará, que tan verdaderos son los resultados de la investigación, donde se deben reconocer los distintos errores que pueden existir durante la elaboración del estudio, esta conlleva diversos requisitos de suma importancia, es importante tener en cuenta la siguiente definición:

El concepto de validez en investigación se refiere a lo que es verdadero o lo que se acerca a la verdad. En general se considera que los resultados de una investigación serán válidos cuando el estudio está libre de errores. Para establecer si un determinado estudio es válido, se debe analizar la presencia de sesgos (errores sistemáticos) como mínimo en los siguientes puntos: el diseño de investigación, los criterios de selección y la forma de llevar a cabo las mediciones, es decir, la manera de registrar y evaluar las variables de estudio. De esta forma, se considera que un estudio tiene validez interna cuando está libre de sesgos. (Villasís, Márquez, Zurita, Miranda y Escamilla, 2018, p.415)

9. Tratamiento de la información, procedimiento de recolección y análisis de datos

Durante la selección de la muestra, se utilizó el muestreo probabilístico aleatorio, con la finalidad de lograr tomar diferentes sujetos a investigar de manera aleatoria y sin ninguna intervención de por medio, ya que la intención es obtener información lo más veraz posible, sin tener criterios que puedan modificar las respuestas a obtener, la muestra seleccionada se obtuvo gracias a la investigación de cuantos adolescentes residen en la comunidad de La Palma, gracias a los datos proporcionados por la Escuela Carlos Luis Valverde Vega, donde se llegó a la

cantidad de posiblemente 50 adolescentes y mediante un cálculo de 30% de esta población se llegó a la cantidad muestral de 15 adolescentes a entrevistar. Esto anterior basado en lo propuesto por Ramírez (citado por Arias, 2012), “señala que son varios los autores que recomiendan trabajar en investigaciones sociales, con aproximadamente, un 30% de la población” (p.87)

Este estudio se realizará mediante el uso de la técnica de la entrevista, en la cual se hará uso de un cuestionario que contendrá preguntas abiertas y cerradas, con selección múltiple y algunas preguntas de respuesta corta; lo anterior mencionado, se realizara de manera individual y sin el conocimiento previo del tema, ya que la intención es la espontaneidad de las respuestas; sin embargo, si se les explicara las instrucciones básicas de esta, y se les aclarara las dudas pertinentes.

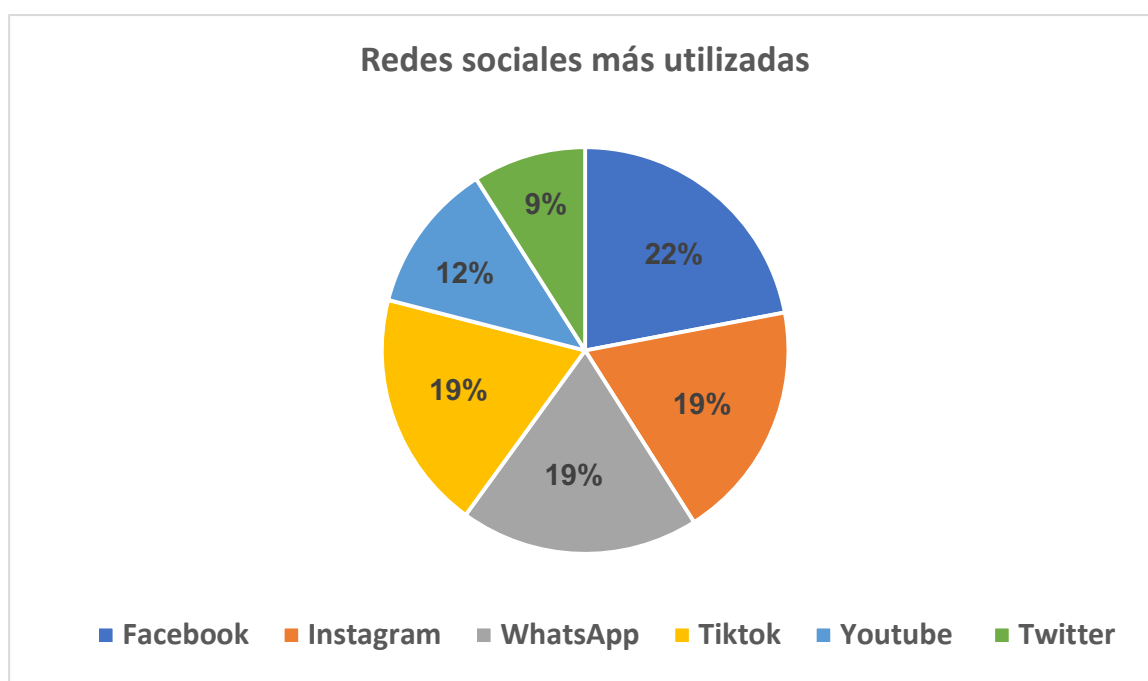
Finalmente, cuando se logre obtener la información requerida, se realizará un análisis total de los datos proporcionados por los adolescentes en los instrumentos, clasificando cada una de las respuestas con base a las variables previamente estipuladas, realizando correspondiente análisis y presentando de manera específica y ordenada los resultados de los análisis en las conclusiones y recomendaciones pertinentes.

CUARTO CAPITULO: Análisis e Interpretación de Resultados

1. Análisis de datos

1.1 Principales redes sociales virtuales que utilizan los adolescentes

En relación con la primera variable se realizó una pregunta de selección múltiple donde se les indicó cuales son las redes sociales que más utilizan actualmente, mediante el cuestionario se logró entender que 10 de los 15 adolescentes entrevistados utilizan Facebook con un 22%, esto mostrando una clara mayoría y por lo tanto encontrándose sobre la media de selección, en relación a la muestra, le siguen Instagram, WhatsApp y TikTok con un 19%, por otro lado, YouTube obtuvo un 12% de uso común entre los adolescentes y finalmente Twitter es la red social menos utilizada con un 9% entre la muestra seleccionada.

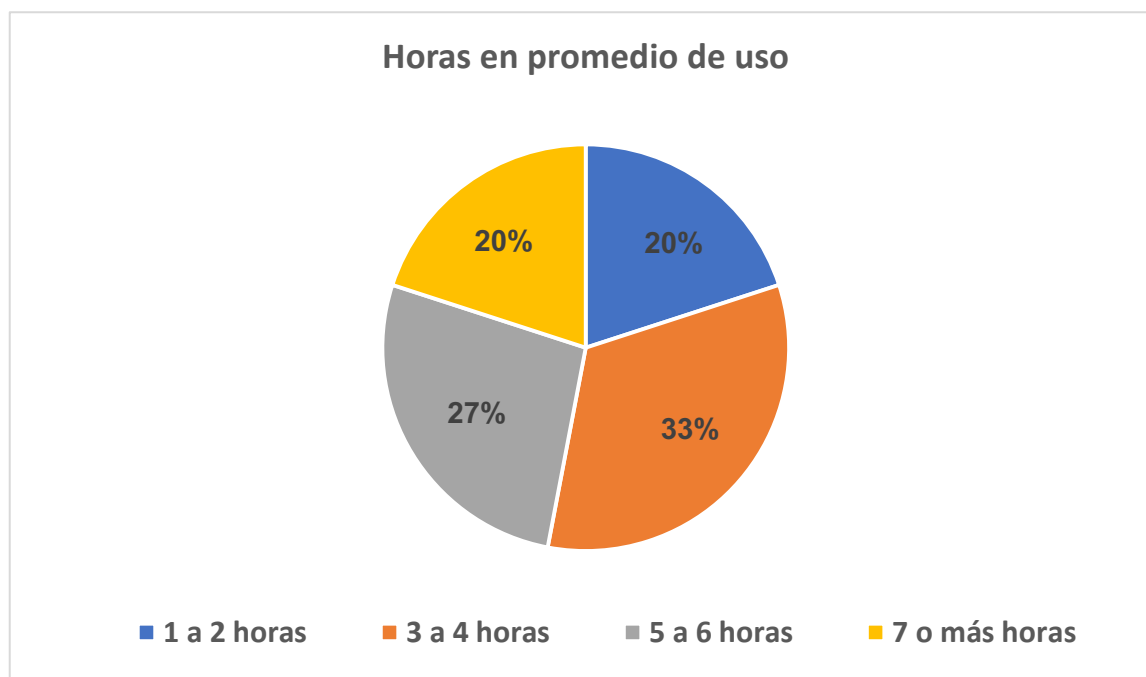


Por otro lado, en relación a esta misma variable, se solicitó que mencionaran cuales son las actividades que realizan durante la utilización de las redes sociales, en la cual una gran parte de los adolescentes entrevistados mencionaron que miran videos de risa, maquillaje o de sus

influencers favoritos; además de esto, mencionaron que utilizan las redes sociales para chatear con sus amigos y amigas, en algunos casos se mencionaron el mantenerse informados de las noticias, ya sean del mundo en general o de fútbol específicamente, finalmente uno de los adolescentes mencionó que también busca apoyo personal por medio de videos motivacionales.

1.2 El uso excesivo de las redes sociales virtuales en adolescentes

En este caso para la segunda variable, se hizo uso de una pregunta dirigida a conocer la cantidad de horas que dedican a diario al uso de las redes sociales los adolescentes de la muestra seleccionada; donde 5 de los 15 entrevistados seleccionaron la opción de 3 a 4 horas, esto siendo un 33% de la muestra. Por otra parte, la opción de 5 a 6 horas tuvo un 27% y finalmente se dio un empate porcentual entre la opción de 1 a 2 horas y 7 o más horas, con un 20% en ambos casos.



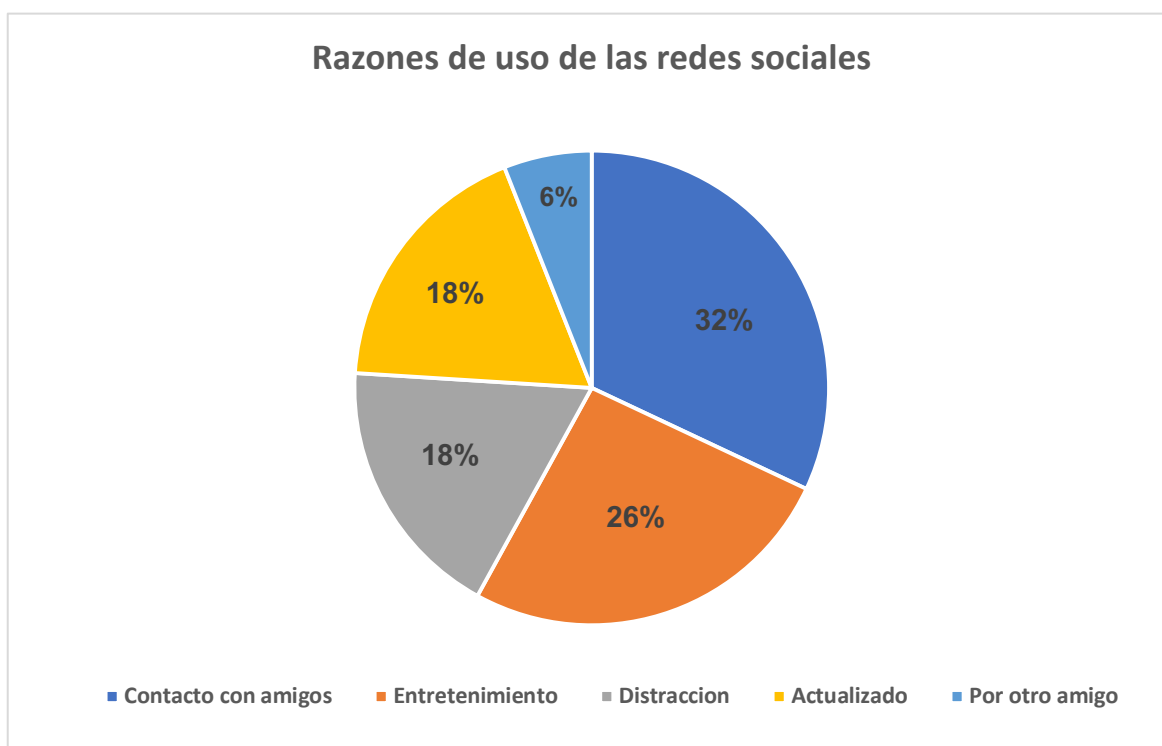
Por otro lado, se indagó en relación con la opinión de los adolescentes sobre el uso excesivo de las redes sociales, donde la mayoría mencionaron que es negativo para la salud pasar mucho tiempo en estas redes, manifestándolo por medio de los siguientes comentarios: es malo porque afecta en las notas del colegio, también porque puede afectar la unión familiar y distanciar a las personas de sus seres queridos. Sin embargo, 3 de los 15 adolescentes explicaron que ellos perciben un punto positivo, porque las personas pueden trabajar de influencers, le pueden ayudar a salir de los problemas y finalmente, resaltaron el gusto y la diversión al estar muchas horas conectados.

Por último, con base a esta variable, se les solicitó a los adolescentes que mencionaran cuantas horas le dedican a cada una de las redes sociales que seleccionaron al inicio de la entrevista, consiguiendo los siguientes promedios de horas en cuanto al uso en general, Tiktok llega a ser utilizado 2 horas en promedio, le sigue Facebook y Twitter con 1 hora y 50 minutos, luego YouTube se obtuvo que se utiliza 1 hora y 40 minutos en promedio, por otro lado Instagram llega a tener una media de uso de 1 hora y 30 minutos, para finalmente mostrarse WhatsApp como la red social menos utilizada con 1 hora de uso en promedio. Toda esta información basada en las respuestas de todo el grupo muestral.

1.3 Causas del uso excesivo de las redes sociales virtuales por parte de los adolescentes

En el caso de la tercera variable, se buscó reconocer mediante una pregunta de selección múltiple las razones principales por las cuáles los adolescentes utilizan las redes sociales. Según las respuestas proporcionadas por los adolescentes se obtuvo que 11 de los 15 entrevistados esto siendo el 32%, utilizan las redes sociales para estar en contacto con sus amigos, lo cual es una razón de uso frecuente ya que durante el periodo de la adolescencia el socializar es un factor de

gran importancia, por otra parte, un 26% cree que utilizan estas redes sociales para encontrar contenido divertido o entretenido. Además de esto, se obtuvo que un 18% de los encuestados utilizan este medio de comunicación porque les ayudan con sus problemas personales, y con un puntaje igual de 18%, responden que utilizan estas para mantenerse informados del día a día con noticias y eventos actuales. Finalmente, un 6% respondieron que utilizan las redes sociales porque algún amigo también tiene una.



Por otra parte, se realizó una pregunta dirigida en justificar las opciones seleccionadas en la pregunta anterior, concluyendo que a la mayoría de los adolescentes encuestados les gusta mucho estar en contacto con sus amigos, además de tener un gran énfasis en sus grupos sociales porque necesitan de las redes sociales para mantenerse en contacto ya sea por la distancia u otras situaciones relacionadas. En todo caso, también una de las encuestadas mencionó que le gusta mucho ver a su influencer favorita, porque le ayuda mucho a sentirse bien consigo misma. Sin

embargo, una gran parte también mencionó que utilizan las redes sociales para ver videos de entretenimiento, más directamente todos aquellos que se vinculen con el humor; incluso uno de los entrevistados mencionó que le ayuda a sentirse mejor luego de tener malas calificaciones en el colegio, aunado a que algunos mencionaron un beneficio positivo en relación con el manejo del estrés y la ansiedad del colegio.

1.4 Efectos psicológicos del uso excesivo de las redes sociales virtuales en los adolescentes

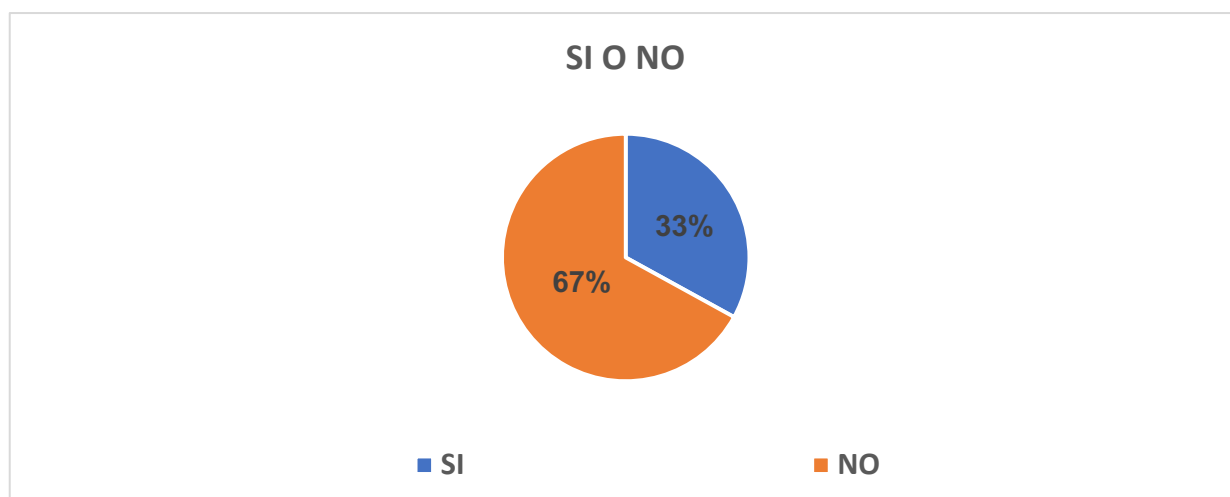
En el caso de la cuarta variable, las preguntas se desarrollaron con un énfasis directo en las problemáticas relacionadas con las diversas reacciones emocionales y psicológicas, que hayan ocurrido durante la utilización de alguna de las redes sociales. Se obtuvieron los siguientes resultados, en relación con la opción más seleccionada se encuentra la “desconfianza” ya que 9 de los 15 entrevistados mencionaron tener esta emoción frecuentemente durante la utilización de las redes sociales virtuales, con un 20% de la muestra, por lo que esta se encuentra sobre la media de selección. Posterior a esto, se observa como la “preocupación” llevo a tener un 16% de elección en general entre los adolescentes entrevistados, de esta misma forma la “tristeza” obtuvo un 16% y “ansiedad” con el mismo valor de 16% de selección entre los encuestados; por otro lado, la “autoimagen deteriorada” obtuvo un puntaje de 11%, este mismo valor tuvo la opción de “vergüenza” con un 11% de elección entre los entrevistados; seguido de estas reacciones emocionales se encuentra la “ira” la cual obtuvo un valor de 6%, y finalmente se puede exponer como la reacción que menos elecciones obtuvo fue el “miedo” con un valor de elección de 4%.



Por otro lado, se indagó en cuáles son aquellas consecuencias negativas que han vivido los adolescentes entrevistados durante la utilización de las redes sociales, donde una gran parte menciona problemas relacionados a las notas del colegio y como éstas han bajado. Sin embargo, dos de los entrevistados mencionaron que les da miedo que les quiten el celular, lo cual está vinculado a las calificaciones bajas. Además, se menciona en gran medida la desconfianza y autoimagen deteriorada, refiriéndose a estas con frases como “me he sentido fea” y “tuve una etapa de inseguridad y moral baja”. Por otro lado, una respuesta llamativa fue que existe el miedo de volverse adicto a las redes sociales; sin embargo, no se sienten capaces de dejar de utilizarlas. Finalmente, otra de las respuestas más frecuentes está relacionada con el estrés y la ansiedad que les produce la utilización de estas, resaltando frases como “me estresa mucho utilizar las redes sociales durante mucho tiempo” y “soy celosa y mi novio tiene muchas amigas en Instagram, lo cual me estresa”.

Finalmente, se propuso la interrogante donde se les exponía si alguna vez han pensado en dejar de utilizar las redes sociales virtuales, ante la cual 10 de los 15 entrevistados selecciono la

opción “NO” dándose a entender que un 67% no tiene intenciones de abandonar el uso de estas mismas y un 33% selecciono la respuesta “SI” dando a lugar un claro desnivel, ya que esto supondría que 5 de los 15 entrevistados aceptarían dejar de usar las redes sociales virtuales, por lo tanto la mayoría de las adolescentes prefiere seguir utilizando las redes sociales virtuales en su vida cotidiana.



QUINTO CAPITULO: Conclusiones y Recomendaciones

1. Conclusiones

En relación con el proceso de investigación realizado a lo largo de estos meses, se puede deducir que la red social con mayor uso entre los adolescentes de la comunidad de La Palma es Facebook, ya que, de acuerdo con el análisis de los resultados obtenidos, esta es considerada la más frecuentada entre la juventud, lo cual resulta llamativo. Esta red social virtual posee diversos apartados como la mensajería, la posibilidad de publicar imágenes o videos en el muro del perfil personal y de ver publicaciones de otros usuarios, lo cual la hace muy completa y, por lo tanto, cobra sentido que esta sea la más utilizada por este grupo etario.

Con base en lo anterior, se desarrolló un apartado sobre el uso que los adolescentes en su mayoría les dan a las redes sociales virtuales, donde se obtuvo información de gran valor, siendo muy frecuente la respuesta relacionada con el uso para el entretenimiento y las conversaciones con amigos, siendo las actividades más frecuentes entre los grupos adolescentes por las principales características que tienen las redes sociales virtuales.

Además de lo anterior mencionado, es importante identificar que las redes sociales virtuales son mayormente dirigidas con base al interés personal de los adolescentes, esto anterior teniendo un énfasis directo en como realizan sus actividades comunes, sin embargo, también algunos de los encuestados comentaron tener otras actividades distintivas como ver videos motivacionales y de apoyo personal, esto siendo llamativo en la actualidad, ya que proporciona una seguridad de que la juventud se preocupa cada vez más por su salud mental.

Por otro lado, se conoció la opinión que tiene cada uno de los encuestados en relación con el uso desmedido de las redes sociales, donde se obtuvo resultados llamativos, demostrando un criterio negativo en contra del uso de las redes sociales por un largo periodo de tiempo, en relación a esto los encuestados mencionaron que está mal para la salud mental y física, además

de comentar acerca de cómo esto afecta también la socialización no solo con amigos, sino también familiar, lo cual crea una idea bastante arraigada a que los adolescentes poseen cada vez más conocimientos acerca de cómo las redes sociales en un uso prolongado pueden afectar en diversas áreas, sin embargo existieron algunos encuestados que mencionaron no tener problema con el uso a largo plazo de las redes sociales y hasta mencionaron sentirse felices al utilizarlo por un largo periodo de tiempo, esto cobrando sentido basándose en que estos encuestados están iniciando recientemente con la adolescencia y por tanto no tienen el conocimiento necesario para poseer un criterio más acorde con la realidad de la cyberadicción.

Además de esto, se dio a conocer con base a los resultados obtenidos de los encuestados si alguna vez llegarían a dejar de utilizar las redes sociales y de manera contundente el "NO" fue el resultado con mayor apoyo, lo cual confirma el punto mencionado anteriormente, ya que en la actualidad el uso constante y la necesidad que se ha creado en todos los adolescentes es una realidad que se debe controlar, ya que esto es causante de diversas problemáticas, como se ha mencionado a lo largo de toda esta investigación.

Por otro lado, se obtuvo resultados en relación con la cantidad de horas que dedican los encuestados al uso de las redes sociales, donde se logró entender de una mejor manera como los promedios de horas de utilización de las redes sociales sobrepasan una hora y media de uso, lo cual es un dato de uso normal, ya que estas redes sociales permiten un uso prolongado y utilizan métodos estimulantes para el uso constante, sin embargo, esto con base en el promedio, pero algunos de los encuestados demostraron tener un uso prolongado, sobrepasando la cantidad de horas adecuadas, donde llegaban a utilizar algunas redes sociales virtuales hasta 7 horas diarias y por tanto rompiendo el esquema, más sin embargo la mayoría poseía una cantidad adecuada de uso.

También se logró identificar las razones que tienen cada uno de los encuestados para utilizar las redes sociales, donde se da a entender que los adolescentes encuestados utilizan mayormente las redes sociales para la comunicación directa entre sus amigos y ellos, esto demostrando que estas son muy importantes para este grupo muestral, además se expuso como las redes sociales al poseer gran cantidad de publicaciones estimulantes generan otra de las razones para que utilicen estas redes los adolescentes, la cual es el encontrar contenido entretenido, sin embargo un dato importante es como un porcentaje menor, pero no insignificante expuso utilizar las redes sociales como un método de escape a sus problemas personales, lo cual es muy frecuente actualmente entre los adolescentes, ya que en el hogar o con sus amigos en ocasiones existen problemas y con ellos se buscan estímulos para olvidar estos mismos y ahí es donde encontramos las redes sociales las cuales permiten que estas situaciones personales se vean opacadas.

Por otra parte, en relación con las razones de uso de las redes sociales, se logró identificar información importante como puede llegar a ser la importancia de mantenerse en contacto con sus amigos, lo cual es esencial para su socialización, ya que en la época actual existen muchos adolescentes que se relacionan con otras personas más en un chat que fuera de este, además se daba a entender que el entretenimiento va más allá de solo humor, es un apoyo general, ya que algunos de los adolescentes mencionaron sentirse más felices durante la utilización de las redes sociales, ya que en ocasiones pueden tener malas calificaciones y con ello sentirse mal anímicamente, pero al utilizar estas redes su ánimo incrementa de manera positiva y les ayuda con el control del estrés y la ansiedad que les produce la vida fuera de las redes sociales.

Comprendido lo anterior también se desarrolló un énfasis en las diversas reacciones emocionales y psicológicas que han ocurrido durante la utilización de alguna red social virtual, donde se encontró como punto principal la desconfianza, lo cual es bastante llamativo tomando en cuenta que existe gran desinformación dentro de las redes sociales, además de usuarios con malas intenciones dentro de estas, todo lo anterior basado en palabras propias de los adolescentes, otras de las reacciones emocionales llamativas que expusieron los adolescentes encuestados fue la tristeza y ansiedad, lo cual llama la atención y cobra sentido al comprender que las redes sociales en ocasiones generan sentimientos que afectan negativamente a sus usuarios, ya que observan estereotipos físicos o económicos los cuales generan una sensación de ansiedad, tristeza y necesidad, por lo tanto es común que estas emociones se generen y con ello de la mano también encontramos la autoimagen deteriorada, lo cual confirma con más seguridad lo anterior mencionado.

Finalmente, siguiendo la línea de las consecuencias psicológicas vinculadas al uso de las redes sociales, se identificó de una mejor forma como una gran parte de los adolescentes han tenido problemas en relación con las calificaciones y por tanto esto les afecta emocionalmente, ya que mencionan tener miedo a que les quiten el celular, por otro lado mencionaron como se autolesionan emocionalmente con pensamientos rumiantes acerca de su físico, esto no sorprende en la actualidad con respecto a las redes sociales, ya que existen modelos a seguir con una realidad distorsionada, finalmente se dieron casos donde algunos adolescentes mencionaron tener miedo a ser adictos a las redes sociales, mas sin embargo no quieren dejar de utilizarlas, lo cual es negativo y frecuente actualmente, ya que estos medios de comunicación promueven su uso y además generan adicción con base en la cantidad de estímulos que pueden proporcionar en poco tiempo.

2. Recomendaciones

Se sugiere exponerle al Ministerio de Educación Pública la necesidad de realizar talleres informativos en todos los colegios relacionados con el uso adecuado de las redes sociales y como estas pueden afectar el diario vivir de sus usuarios si se llega a utilizar de manera incorrecta.

Resaltar la importancia de ejecutar talleres de apoyo emocional para los adolescentes, ya que, mediante esto, se conseguirá evitar el uso de las redes sociales como método de escape frente a los problemas personales que puedan vivir cada uno de los jóvenes involucrados.

Sensibilizar al Ministerio de Educación Pública para que se efectúen talleres dirigidos a los adolescentes con la intención de fomentar el control de la cantidad de tiempo que se le dedica a las redes sociales, enfocándose en como estas pueden afectar sus calificaciones y, por tanto, su futuro de manera significativa.

Demostrar a la asociación de desarrollo de la comunidad, la importancia que tiene la actividad física en los adolescentes en la actualidad, ya que se ha visto opacada por la utilización constante de los dispositivos móviles y con ello el uso de las redes sociales.

Motivar a la asociación de desarrollo para llevar a cabo reuniones donde se agrupen los adolescentes de la comunidad y de esta forma generar una motivación para socializar de manera presencial y evitar el uso excesivo de las redes sociales.

Elaborar convivios donde se realicen actividades y charlas que fomenten en las familias el reconocimiento de la importancia del uso adecuado de las redes sociales y de esta forma crear conciencia de las consecuencias negativas que pueden generar al nivel familiar.

Motivar a los adolescentes a investigar más acerca de las redes sociales, con la intención de conocer los puntos positivos y negativos de estas, de forma que se mantengan informados y así evitar las consecuencias al nivel personal en los jóvenes.

Promover la concientización en los adolescentes de la importancia de la privacidad en las redes sociales, ya que en la actualidad existen personas enfocadas en la búsqueda de datos personales que pueden perjudicar a la juventud, por tanto, es necesario incentivar una mayor alerta y seguridad en el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes.

Fomentar en los adolescentes la importancia de recibir tratamiento psicológico en caso de sufrir alguna patología psicológica a causa de las redes sociales, ya sea baja autoestima, ansiedad o depresión y de esta forma concientizar en la importancia de la salud mental.

En el caso de los padres de familia, se les recomienda realizar horarios de uso de los dispositivos móviles en los adolescentes del hogar, para de esta forma evitar la cyberadicción en este grupo etario. Además de mantener un control con mayor seguridad del uso que se les da a las redes sociales.

Motivar a los padres de familia para que mantengan un mayor control del uso que les dan sus hijos e hijas a las redes sociales, conociendo cuáles son las actividades habituales y en caso de existir alguna sospecha de actividades inadecuadas para su edad, que se tomen las medidas pertinentes según sea el caso.

3. Bibliografía

Aguilar, D. Said, E. (2010) Identidad y subjetividad en las redes sociales virtuales: caso de Facebook.

Redalyc. Identidad y subjetividad en las redes sociales virtuales: caso de Facebook

Arab, E. Díaz, A. (2014) Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: Aspectos positivos y negativos.

(PDF) Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos (researchgate.net)

Arén Vidal, E. (2021) Las consecuencias de un mal uso de las redes sociales en los adolescentes.

2021-n2-46_53-Mesa-Las-consecuencias-de-un-mal-uso-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes.pdf (adolescere.es)

Arias, F. (2012). El proyecto de investigación: Guía para su elaboración. (6° ed.)
Venezuela, Caracas: Episteme.

Arias, J. Villasís, M. Miranda, M. (2016) El protocolo de investigación III: la población de estudio.

Redalyc. El protocolo de investigación III: la población de estudio

Barrio, A. Ruiz, I. (2014) Los adolescentes y el uso de las redes sociales.

Redalyc. LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES

Candale, C. (2017) Las características de las redes sociales y las posibilidades de expresión abiertas por ellas. La comunicación de los jóvenes españoles en Facebook, Twitter e Instagram.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6319192.pdf>

Clinic Mayo (2022) Los adolescentes y el uso de los medios sociales: ¿cuál es la repercusión?

Los adolescentes y el uso de los medios sociales: ¿cuál es la repercusión? - Mayo Clinic

Cruzat, C. Haemmerli, C. Garcia, A. (2012) Trastornos de la conducta alimentaria: Reflexionando en torno a las variables socioculturales.

Redalyc.Trastornos de la conducta alimentaria: Reflexionando en torno a las variables socioculturales

Díaz, M. (2017) Población, muestra y muestreo.

Presentación de PowerPoint (uaeh.edu.mx)

Doménica Collantes, K. y Tobar, A. (2023) Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios.

(PDF) Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios: Social Media Addiction and Its Relationship with Self-Esteem in University Students (researchgate.net)

Escamilla, A. (2013) El delito de stalking como nueva forma de acoso. Cyberstalking y nuevas realidades.

Ruiz-Bosch.-Comunicación.pdf (ficip.es)

Fernández-Montesinos, A. (2016) Los estereotipos: definición y funciones.

Pages-from-Iberic@l-no10-automne-2016-Final-4.pdf (sorbonne-universite.fr)

Fernández Sánchez, N. (2013) Trastorno de conducta y redes sociales en internet.

Trastornos de conducta y redes sociales en Internet (scielo.org.mx)

García, J. (2017) Estandarización de la gestión de proyectos para la empresa Constructora Electromecánica COELME S.A.

Estandarización de la gestión de proyectos para la empresa Constructora

Electromecánica COELME S A (1library.co)

García, T. Bautista, J. (2015) Redes sociales y dispositivos móviles en la comunicación de los estudiantes de educación secundaria.

Redalyc.REDES SOCIALES Y DISPOSITIVOS MÓVILES EN LA

COMUNICACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Hernández, R. Fernández, C. Baptista, P. (2006) Diseños de investigación no experimental.

sesión 9.pdf (uladech.edu.pe)

Hidalgo, L. (2005) Confiabilidad y Validez en el Contexto de la Investigación y Evaluación Cualitativas.

Microsoft Word - ARTÍCULO CONFIABILIDAD Y VALIDEZ VERSIÓN FINAL DEFINITIVA.doc (ucv.ve)

Hospital Sant Joan de Déu (2021) Los riesgos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes.

Los riesgos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes | Faros HSJBCN (hsjdbcn.org)

Hütt Herrera, H. (2012) Las redes sociales: Una nueva herramienta de difusión.

LAS REDES SOCIALES: UNA NUEVA HERRAMIENTA DE DIFUSIÓN (redalyc.org)

Liñán, A. (2016) "Investigación Diagnóstica, Descriptiva y Explicativa"

Investigacion Diagnostica, Descriptiva Y Explicativa [ylyx98ggkvn] (idoc.pub)

Lozano Vicente, A. (2014) Teoría de teorías sobre la adolescencia.

Redalyc.TEORÍA DE TEORÍAS SOBRE LA ADOLESCENCIA

Lucciarini, F. Losada, A. Moscardí, R. (2021) Anorexia y uso de redes sociales en adolescentes.

(PDF) Anorexia y uso de redes sociales en adolescentes (researchgate.net)

Malo Cerrato, S. Perpiñá, M. Mercedes, M. y Viñas Porch, F. (2018) Uso excesivo de las redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles.

Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles |
Excessive use of social networks: Psychosocial profile of Spanish adolescents
(mecd.gob.es)

Manza, E. Auris, D. (2021) Las Redes Sociales.

(PDF) Las redes sociales (researchgate.net)

Mendoza Lipa, J. R. (2018) Uso excesivo de redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA.

v5n2_a08.pdf (scielo.org.bo)

Mendoza, R. (2006) Investigación cualitativa y cuantitativa Diferencias y limitaciones.

untitled (insp.mx)

Menes, J. (2016) El cuestionario.

(PDF) El cuestionario (researchgate.net)

Montagud, N. (2020) Adolescencia temprana: qué es y qué cambios producen en ella.

Adolescencia temprana: qué es y qué cambios se producen en ella
(psicologiaymente.com)

Moreira, R. Carvalho, T. Lopes, J. Silva, J. Oliverira, K. Fontes, S. (2021) Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental.

Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental (isciii.es)

Muñoz, C. (2013) Métodos mixtos: una aproximación a sus ventajas y limitaciones en la investigación de sistemas y servicios de salud.

<https://revistas.uchile.cl/index.php/RCSP/article/viewFile/28632/30389>

Organización Mundial de la Salud “OMS” (2021) Depresión.

Depresión (who.int)

Ortiz, J. (2020) Investigación exploratoria: tipos, metodología y ejemplos.

Investigación exploratoria: tipos, metodología y ejemplos (lifeder.com)

Osorio, M. Molero, M. Pérez, M. Mercader, Isabel. (2014) Redes sociales en internet y consecuencias de su uso en estudiantes universitarios.

Redalyc.REDES SOCIALES EN INTERNET Y CONSECUENCIAS DE SU USO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Plaza de la Hoz, J. (2016) Impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes.

(PDF) Impacto de las redes sociales virtuales en estudiantes adolescentes: Informe de investigación (researchgate.net)

Ramos, C. (2020) Los alcances de una investigación.

<https://shortest.link/mGYY>

Ramos, H. Cruz, Y. Reyes, R. (2017) Las redes sociales. Impacto en la sociedad moderna.

(PDF) Las redes sociales. Impacto en la sociedad moderna (researchgate.net)

Restrepo, C. (2020) La identidad personal en las redes sociales. Estudio con adolescentes de la I.E.<< Vida para todos>> en Medellín.

Claudia_RestrepoCuervo_2020.pdf (itm.edu.co)

Roa García, A (2013) La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia.

<https://acortar.link/drqvgY>

Rodríguez, M. y Mendivelso, F. (2018) Diseño de investigación de corte transversal.

(PDF) Diseño de investigación de Corte Transversal (researchgate.net)

Rojas Jara, C. Henríquez, F. Sanhueza, F. Núñez, P. Inostroza, E. Solís, A. y Contreras, D. (2018) Adicción a internet y uso de redes sociales en adolescentes una revisión.

(PDF) Adicción a Internet y uso de redes sociales en adolescentes: una revisión (researchgate.net)

Roldan, M. (2019) Adolescencia y estereotipos; ¿Cómo les afecta?

Adolescencia y estereotipos; ¿cómo les afecta? - Bekia Padres

Romero, L. (2018) Adicción a las redes sociales en adolescentes.

SÍNDROME NEUROLÉPTICO MALIGNO ASOCIADO AL TRATAMIENTO
CON ANTIPSICÓTICOS (uam.es)

Rueda, J. (2007) La tecnología en la sociedad del siglo XXI: albores de una nueva
revolución industrial.

Redalyc.LA TECNOLOGÍA EN LA SOCIEDAD DEL SIGLO XXI: ALBORES
DE UNA NUEVA REVOLUCIÓN INDUSTRIAL

Ruiz, M. Juanas, A. (2013) Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos
educativos para la familia.

(PDF) Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos educativos para la
familia (researchgate.net)

Sierra del Valle, M. A. (2011) Las redes sociales, sus riesgos y la manera de protegerse.

LAS REDES SOCIALES, SUS RIESGOS Y LA MANERA DE PROTEGERSE
q(ces.edu.co)

Sola, J. (2014) ¿Qué es una adicción? Desde las adicciones a sustancias a las adicciones
comportamentales. Evaluación e intervención terapéutica.

Adicciones._Evaluacion_e_intervencion_terapeutica.pdf (psicociencias.org)

Tamayo, W. García, F. Quijano, N. Corrales, A. Moo, J. (2011) Redes sociales en internet, patrones de sueño y depresión.

Redalyc.REDES SOCIALES EN INTERNET, PATRONES DE SUEÑO Y
DEPRESIÓN

Tejero, J. (2021) Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y
socio-sanitario.

ENTREVISTAS ESTRUCTURADAS, SEMIESTRUCTURADAS Y LIBRES.
ANÁLISIS DE CONTENIDO (uclm.es)

The Social Media Family (2022) Redes sociales: Todo lo que debes saber.

Redes Sociales: TODO lo que debes saber [2022] - The Social Media Family

Trujillo, C. Naranjo, M. Lomas, K. y Merlo, M. (2019) Investigación cualitativa.

INVESTIGACION CUALITATIVA | Kennedy Rolando Lomas Tapia -
Academia.edu

Vara, A. (2012) Desde la idea hasta la sustentación: 7 pasos para una tesis exitosa.

01 - 7 pasos para una tesis exitosa - Aristides Vara Horna.pdf - Google Drive

Villasís, M. Márquez, H. Zurita, J. Miranda, G. y Escamilla, A. (2018) El protocolo de
investigación VII. Validez y confiabilidad de las mediciones.

ram2018-4-11-MI-560-protocolo-g.indd (scielo.org.mx)

Anexos

Universidad Latina de Costa Rica
 Curso: Seminario graduación II
 Profesora: MSc. Andrea Gamboa Mena



CUESTIONARIO REDES SOCIALES VIRTUALES

NOMBRE: _____.

EDAD: _____.

GRADO EN CURSO: _____.

INSTRUCCIONES:

- Utilice lapicero azul o negro.
- Lea las preguntas con detenimiento, no deje ninguna sin contestar.
- Se solicita ser lo más honesto, ya que depende de su respuesta la importancia de esta investigación, para dar posibles recomendaciones.
- Cualquier duda o consulta refiérase al aplicador para sea aclarada su consulta.
- No hay tiempo definido, tómese el tiempo prudente para contestar de la forma más sincera cada pregunta que a continuación se le presenta.
- La información aquí presente es estrictamente confidencial, lo cual solo podrá ser utilizada para efectos de esta investigación y ser evaluada por la supervisora del proyecto, lo cual no se podrá replicar para ningún otro fin.

I. APARTADO DE RESPUESTAS.

1. ¿Cuáles son las redes sociales que más utiliza actualmente usted?

Facebook Twitter

Instagram TikTok

WhatsApp

YouTube

2. Describa de forma breve cuales son las actividades que realiza durante la utilización estas redes sociales.

3. ¿Cuánto tiempo le dedicas a diario a las redes sociales en promedio?

1 a 2 horas

3 a 4 horas

5 a 6 horas

7 horas o más

4. ¿Qué opina usted sobre pasar muchas horas en las redes sociales?

5. A continuación, se mencionarán diversas redes sociales más populares en la actualidad, escriba cuantas horas le dedican a cada una de estas y en caso de no utilizarla se puede omitir.

Facebook: _____

Instagram: _____

WhatsApp: _____

YouTube: _____

Twitter: _____

TikTok: _____

6. A continuación, se mencionarán diversas razones por las cuales se puede llegar a utilizar las redes sociales ¿Con cuáles de estas razones te llegas a ver identificado?

- Para estar en contacto con mis amigos.
 - Para encontrar contenido divertido o entretenido.
 - Me ayuda a distraerme de mis problemas personales.
 - Para mantenerse al día con noticias y eventos actuales.
 - Porque todos mis amigos tienen una.
-

7. En este apartado deberás justificar las razones seleccionadas en la pregunta anterior y en caso de que exista alguna más que no se haya mencionado puede explicarla igualmente.

8. Con base en la utilización de las redes sociales virtuales, se mencionarán diversas reacciones emocionales y psicológicas que se han podido llegar a manifestar en relación con estas.

- | | |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ira | <input type="checkbox"/> Desconfianza |
| <input type="checkbox"/> Preocupación | <input type="checkbox"/> Tristeza |
| <input type="checkbox"/> Miedo | <input type="checkbox"/> Ansiedad |
| <input type="checkbox"/> Autoimagen deteriorada | <input type="checkbox"/> Vergüenza |

9. Mencione con sus propias palabras que consecuencias negativas que han surgido en su vida personal desde que inicio con la utilización de las redes sociales.

10. ¿En algún momento de tu vida has llegado a pensar en dejar de utilizar las redes sociales de manera definitiva?

Sí

No