

**PROYECTO DE INVESTIGACION**  
**ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS DEL USO DE LAS REDES SOCIALES E**  
**INTERNET**

**INTEGRANTES:**

**JUAN GUILLERMO RAVE LOPEZ**  
**NATALIA ANDREA GONZALEZ MONTOYA**  
**JUAN ESTEBAN MACIAS ARROYAVE**

**ASESORES:**

**MARIO ALBA MARRUGO**  
**ANDRES FELIPE VELAZQUEZ PELAEZ**  
**ANDRES FELIPE LONDOÑO**

**FUNDACION UNIVERSITARIA MARIA CANO**

**MEDELLIN/ANTIOQUIA**

**2019**

## **RESUMEN.**

Sin dejar lugar a duda, la internet y las redes sociales ofrecen un sinnúmero de herramientas que (en función de su uso o abuso) pueden generar grandes beneficios o prejuicios. Por todo lo anteriormente mencionado se realizó una investigación documental, con el fin de dilucidar, según la literatura científica, qué efectos (tanto positivos, como negativos) pueden conllevar el uso de la internet y las redes sociales. Se revisaron 49 artículos en las bases de datos de: ScieDirect, Dialnet, Ebsco host, Proquest, Redalyc, Scielo, Oxford, Taylor & Francis, Buscador de Google Académico y Explorador Digital. A continuación, se realizó un análisis de contenido cualitativo. Se identificaron 486 unidades de análisis, que fueron clasificadas en 14 sub categorías: Conexión social y/o comunicación, Herramientas de aprendizaje y obtención de información, Programas de protección y prevención, Cambio actitudinal y de la identidad, Internet como mecanismo de afrontación al rechazo, Entretenimiento, Envejecimiento activo, Efectos sobre procesos de aprendizaje, lectura y escritura, Evitación de la censura a través de las redes sociales e internet, Adicción a las redes sociales y/o internet y comorbilidad a trastornos psicológicos, Afectación en la salud (física y/o mental), Problemas de privación, acoso y falta de confianza, Interferencia en el área de vida, Cambio neurológico. A manera de conclusión se ha de mencionar que se encontraron más beneficios potenciales que riesgos en el uso de la internet y las redes sociales, todo esto varía en función del uso que se le dé a la herramienta.

## **PALABRAS CLAVES**

Internet, red social, aspectos positivos, aspectos negativos.

## **ABSTRACT.**

Without a doubt, the Internet and social networks offer a range of tools that (depending on their use or abuse) can generate benefits or prejudices. For the aforementioned a documentary investigation was carried out in order to elucidate, according to the scientific literature, what effects (both positive and negative) can entails the use of the internet and social networks. 49 articles were reviewed in the databases of: ScieDirect, Dialnet, Ebsco host, Proquest, Redalyc, Scielo, Oxford, Taylor & Francis, Google Scholar and Digital Explorer. subsequently a

qualitative content analysis was performed 486 units of analysis were identified, which were classified into 14 categories:

Social connection and communication, learning tools and information gathering, protection and prevention programs, attitudinal and identity change, internet as a mechanism to face rejection, entertainment, active aging, effects on learning, reading and writing processes, censorship avoidance through social networks and internet, addiction to social networks and / or internet and comorbidity to psychological disorders, health affectation (physical and mental), problems of deprivation, harassment and lack of trust, interference in living areas, neurological change.

By way of conclusion, it should be mentioned that more potential benefits than risks were found in the use of the Internet and social networks, all this depends on the use of the tool, taking into account variables.

**KEY WORDS.**

Internet, social network, positive aspects, negative aspects.

## **INTRODUCCIÓN.**

Muchos interrogantes tendrían que plantarse si una de las herramientas fundamentales del ser humano en su actualidad desapareciera, la Internet: ¿Cómo podrían funcionar los grandes sistemas bancarios del mundo? ¿Tendrían que limitarse las relaciones humanas a un contacto local? ¿Se podrían conocer acontecimientos que pasan al otro lado del planeta? Esta herramienta se concibió en la década del 60 y consistía en la implementación de redes de comunicación alternativas en caso de que las redes centrales fueran destruidas, que posteriormente evolucionaría a una red de intercambio de información mancomunada entre universidades y empresas de todo EE. UU, con el fin de trabajar en pro del avance científico e investigativo (Vega, 2009, P.14-15). Actualmente la internet ha cambiado radicalmente la manera en que la sociedad moderna ha sido concebida, manteniendo estas funciones y adoptando nuevas, por ejemplo, ha revolucionado la manera en la que la gente se comunica, se entera de la información y accede a ella, cómo socializa, cómo realiza compras de bienes y servicios e incluso cómo encuentra pareja.

La internet sin duda alguna ha dado fruto a un sinnúmero de fenómenos sociales que bien podrían ser estudiados; uno de estos son las redes sociales. Espacios de virtualidad en donde se permite a usuarios de todo el mundo afianzar sus relaciones personales y generar nuevos lazos a través de la interacción social; mediante el intercambio de fotos, videos, textos, gustos propios y demás información de interés mutua, haciendo que sea una herramienta capaz de atraer a miles de millones de usuarios.

Las redes sociales se han tomado la internet, generando una serie de consecuencias, como lo son: el Cyberbullying, este consiste en la generación de conductas violentas por y para los usuarios de herramientas o dispositivos digitales; El Grooming, practica online en la cual una persona adulta busca generar una relación con personas más jóvenes usualmente con fines sexuales; El Sexting, mensajes o contenido multimedia de corte sexual por medio de dispositivos móviles; Incluso la generación de una conducta adictiva, definida como la incapacidad de dar un uso responsable moderado y acertado a la internet, (Arab & Díaz 2015). Desde una mirada más optimista, las redes sociales pueden permitir la creación de espacios virtuales de estudios e interacciones en el aula, como lo menciona Torres (2015) “Herramientas de apoyo para ello, fundamentadas y apoyadas en Internet, (...) que está cambiando la manera de acceder a esta

información, la toma de decisiones de acceso, la integración de medios, la multiplicidad de lenguajes, la ubicuidad, la interactividad” (p. 4) o la conformación de comunidades virtuales de apoyo ciudadano según la posición de Sala (2016) “Utilizar las TIC para prevenir la violencia social, articulando los esfuerzos de la ciudadanía” (P. 3). Estas “visiones” de las redes sociales y la internet genera una opinión ambivalente en el público general, que buscan, por un lado, evitar la mayor cantidad de peligros en la internet, y por el otro, sacar su máximo aprovechamiento.

En Colombia para el 2018, según cifras del Ministerio de tecnologías de la información y las comunicaciones (Mintic), hubo un total de 18.338.220 colombianos con acceso a internet, cerca de 15 millones de usuarios tenían un perfil en la red social Facebook y para la red social de Twitter se estiman cerca de 6 millones usuarios. El debate entre los beneficios y perjuicios del uso de la internet y redes sociales debe darse ahora más que nunca, con el fin de poder orientar y generar conocimientos sobre las buenas prácticas y adecuado uso de estas herramientas digitales, tanto entre los usuarios antiguos, como en los nuevos que se sumen a esta tendencia.

En esta línea de debate se encuentra que hay muy poca literatura que indague por los posibles beneficios o riesgos del uso de la internet y las redes sociales, siendo el artículo publicado en Chile por Elías Arab y Alejandra Díaz en 2015 uno de los que mejor retomaba y agrupaba dichas repercusiones. Por otro lado, están Shu-Sha Angie Guana y Kaveri Subrahmanyamb, los cuales hicieron un rastreo bibliográfico en 2009 desde una perspectiva estadounidense, lo cual aporta una mirada cultural más amplia. Es de destacar que ambos artículos retoman aspectos muy parecidos en cuanto a los riesgos de internet, pero presenta propuestas diferentes en cuanto a su aprovechamiento. Teniendo en cuenta la escasa información referente al tema y considerando que van 4 años desde la publicación del último artículo se considera necesario actualizar el estado del arte.

Es por todo lo anteriormente mencionado pertinente desarrollar un trabajo de rastreo bibliográfico, con el fin de dilucidar, según la literatura científica, qué efectos (tanto positivos, como negativos) pueden conllevar un uso de la internet y las redes sociales, debido que algunos autores la plantean como catastróficas y otros como altamente beneficiosas, siendo necesario crear una postura crítica y objetiva frente a la herramienta. Teniendo como objetivo final, que los

usuarios tengan la información necesaria para que puedan tomar una postura acertada y consiente acerca de cómo pueden las redes sociales afectar o no en el desarrollo de sus vidas o de las personas cercanas.

## METODOLOGÍA.

Se realizó una búsqueda de artículos de revistas indexadas entre el año 2002 y el 2018, en las bases de datos de ScieDirect (9), Ebsco host (5), Proquest (9), Redalyc (3), Scielo (2), Oxford (1), Taylor & Francis (6), Dialnet (8), Buscador de Google Académico (5) y Explorador Digital (1). Se utilizaron los siguientes términos de búsqueda: “aspectos positivos y negativos de las redes sociales e internet”, “aspectos positivos de las redes sociales e internet”, “aspectos negativos de las redes sociales e internet”. Al tener los artículos identificados se realizó una matriz de Excel, en la que se reunieron principalmente todos aquellos fragmentos de texto relacionados directamente con la investigación (es decir aspectos positivos y negativos del uso de las redes sociales e internet.), posteriormente, estos fragmentos de texto fueron asignados en unidades de análisis, que consistieron en oraciones separadas por puntos. A estas unidades se les atribuyeron categorías con la herramienta Atlas.ti. Los documentos encontrados se enuncian en la tabla 1.

**Tabla 1 Artículos de revisión.**

<u>REFERENCIAS APA</u>	<u>BASE DE DATOS</u>	<u>TIPO DE TEXTO</u>
1. Aguirre, J. F. (2016). <i>La aplicación de las tecnologías de información y comunicación en la prevención comunitaria del delito: Los casos de georreferenciación en monterrey, México</i> . Revista De Relaciones Internacionales, Estrategia y Seguridad, 11(2), 239-270.	Proquest.	Documental.
2. Aharony, N & Zion, A. (2018). <i>Effects of WhatsApp's use on working memory performance</i>	Taylor & Francis.	Empírico.

---

<p><i>among youth.</i> Department of Information Science, Journal of Educational Computing Research 0(0) 1–20.</p>		
<p>3. Ant3n, A. M. G. (2012). <i>El fen3meno de las redes sociales y los cambios en la vigencia de los derechos fundamentales.</i> Revista De Derecho UNED, (10), 209-255.</p>	Proquest.	Documental.
<p>4. Arab, E, D3az, A. (2015). <i>Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos.</i> Centro de adolescentes y j3venes cl3nica Las Condes. 26, 1, 7-13.</p>	SciencieDirect	Documental.
<p>5. Arroyo, I., Baladron, A., &amp; Martin, R. (2013). <i>La comunicaci3n en redes sociales: percepciones y usos de la ONG espa3olas.</i> 32, 77-87. ISSN 0719-3661</p>	Dialnet.	Emp3rico.
<p>6. Barrio, A., Ruiz, I. (2014). <i>Los adolescentes y el uso de las redes sociales.</i> Dificultades educativas. 3, 1, 571-576. ISSN 0214-9877</p>	Redalyc.	Emp3rico.
<p>7. Castellana, M., Sanchez, X., Graner, C., &amp; Beranuy,</p>	Buscador de Google Acad3mico.	Documental.

---

---

M (2007). *El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos*. Otras aportaciones, papel del psicólogo. 28, 3, 196-204

8. Chen, Y. Persson, A. Taylor & Francis. Empírico.  
(2002). *Internet use among young and older adults: relation to psychological well-being*. Educational Gerontology. 28:9, 731-744.
9. Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. ScieDirect. Empírico.  
(2018). *Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression*. International Journal of Information Management, 40, 141-152.
10. Dodobara, F. G., & Dialnet. Empírico.  
Mayaute, L. M. (2013). *Hábitos de consumo de Facebook y YouTube: conciencia y estrategias metacognitivas en la lectura y estrategias de aprendizaje y estudio en universitarios*. Persona,
-

---

(016), 29-71.

- |   |           |             |
|---|-----------|-------------|
| <b>11.</b> Domínguez, J. A., & Ybañez, J. (2016). <i>Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada</i> . Propósitos y Representaciones, 4(2), 181-205. | Proquest. | Empírico.   |
| <b>12.</b> Enrique, J., Santander J. (2012). <i>Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia</i> . Artículo de revisión. 50, 3, 181-190.  | Scielo.   | Empírico.   |
| <b>13.</b> Fernández, J., Peñalva, A., & Irazabal I. (2015). <i>Hábitos de uso y conductas de riesgo en internet en la pre adolescencia</i> . Revista científica de educación. 44, 113-120. ISSN 1988-3293        | Dialnet.  | Empírico.   |
| <b>14.</b> Fernández, N. (2013). <i>Trastornos de conducta y redes sociales en internet</i> . Salud mental. 36, 6, 521-527  | Scielo.   | Documental. |
| <b>15.</b> Gandasegui, V. D. (2011). <i>Mitos y realidades de las redes sociales: Información y comunicación en la sociedad de la información</i> . Prisma Social, (6), 1-26.                                     | Proquest. | Documental. |
-

---

<p><b>16.</b> García, C., López, M., &amp; Jiménez G. (2014). <i>Los riesgos de los adolescentes en internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de internet</i>. Revista latina de comunicación social. 69, 462-485. ISSN 1138-5820</p>	Dialnet.	Empírico.
<p><b>17.</b> Garcias, A. P., Ferrer, G. T., Bennàssar, F. N., &amp; Lizana, A. (2017). <i>Factores de éxito de las comunidades virtuales universitarias basadas en redes sociales</i>. Análisis de XarFED. Revista complutense De Educación, 28(2), 497-515.</p>	Proquest.	Empírico.
<p><b>18.</b> Guan, S. S. A., &amp; Subrahmanyam, K. (2009). <i>Youth Internet use: risks and opportunities</i>. Current Opinión in Psychiatry. 22:351–356.</p>	Buscador de Google Académico.	Empírico.
<p><b>19.</b> Homero, P. (2018). <i>Impacto de las redes sociales y sus descontroladas distribuciones masivas</i>. Explorador digital. 2, 2, 47-57. ISSN 2661-6831.</p>	Explorador Digital.	Documental.
<p><b>20.</b> Ladayse, A. (2012). <i>Redes sociales en la educación: desafíos y estrategias</i>.</p>	Dialnet.	Documental.

---

---

Revista ciencia UNEMI.  
7,32-41. ISSN: 1390-4272

- 21.** Lavy, V & Sand, E. (2018). Oxford. Documental.  
*The effect of social networks on students' academic and non-cognitive behavioral outcomes; Evidence from conditional random assignment of friends in school.* The Economic Journal, 129, 439–480.
- 22.** López, C. B., & Rodríguez, D. E. (2014). Proquest. Empírico.  
*Percepción de amistad en adolescentes: El papel de las redes sociales.* Revista Colombiana De Psicología, 23(2).
- 23.** Louis, L (2008). Taylor & Francis. Empírico.  
*Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Honk Kong.* Journal of Children and Media, 2:2, 93-113.
- 24.** Louis, L. (2014). Taylor & Francis. Empírico.  
*Predicting Internet risks: a longitudinal panel study of gratifications-sought, Internet addiction symptoms, and social media use among children and adolescents,* Health Psychology and Behavioral
-

---

Medicine: Open Access  
Journal, 2:1, 424-439.

25. Marín, E. (2015). *Redes sociales Educativas: caso Edmodo en Educación Secundaria*. Universidad Nacional de Colombia, sede Medellín, Colombia. 02,4, 12-15
26. Mayer, M. (2011). *La utilización de Internet entre los adolescentes, riesgos y beneficios*. Aten Primaria.43(6):287—288.
27. Medranoa, J. López, F. & Díaz, R. (2017). *Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil*. Acta de Investigación Psicológica 7, 2832–2838.
28. Molero, M., Martos, A., Fernández, F., Barragán, A., Pérez, M., Gazquez J., Roales, J. (2014). *Uso de internet y redes sociales en estudiantes universitarios. universidad de Almeria España*. 2,3, 81-96. ISSN: 2340-924X
29. Moral, M. & Suárez, C. (2016). *Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil*

Dialnet.

Documental.

SciencieDirect.

Documental.

SciencieDirect.

Empírico.

Dialnet.

Empírico.

SciencieDirect.

Empírico.

---

---

*en adolescentes españoles.*

Revista Iberoamericana de  
Psicología y Salud. 7, 69-  
78.

- 30.** Morales, J., & Barroso, J. Dialnet. Documental.  
(2012). *Redes Educativas: La educación en la sociedad del conocimiento. Redes en educación de una perspectiva global a un enfoque nodal.* 2-7. ISBN 978-84940062-0-3
- 31.** Moreno, M. A., Jelenchick, Buscador de Google Empírico.  
L., Cox, E., Young, H., & Académico.  
Christakis, D. A. (2011). *Problematic internet use among US youth: a systematic review.* Archives of pediatrics & adolescent medicine, 165(9)
- 32.** Navarrete, D., Castel, S., Ebsco Host. Empírico.  
Romanos, B., & Bruna, I.  
(2017). *Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica.* Revista Psicología y Salud, 27(2), 255–267.
- 33.** Ortega, R. & Zych, I. ScieDirect. Documental.  
(2016). *La ciberconducta y la psicología educativa: retos y riesgos.* Psicología Educativa 22, 1–4.
-

---

<p><b>34.</b> Panckhurst, R., &amp; Marsh, D. (2011). <i>Utilización de redes sociales para la práctica pedagógica en la enseñanza superior impartida en Francia: Perspectivas del educador y del estudiante: revista de universidad y sociedad del conocimiento</i>. Rusc, 8(1), 233-252.</p>	<p>Proquest.</p>	<p>Documental.</p>
<p><b>35.</b> Peral, B., Gaitán, J., &amp; Ramos, Á. (2015). <i>De la brecha digital a la brecha psico-digital: Mayores y redes sociales</i>. Comunicar, 23(45), 57-64.</p>	<p>Proquest.</p>	<p>Empírico.</p>
<p><b>36.</b> Ramírez, L. (2014). <i>Facultades cerebrales superiores alteradas por el uso inadecuado de internet</i>. Archivos de medicina (col), 14 (1), 150-162.</p>	<p>Redalyc.</p>	<p>Documental.</p>
<p><b>37.</b> Rook, K. S. (2015). <i>Social Networks in Later Life: Weighing Positive and Negative Effects on Health and Well-Being</i>. Current Directions in Psychological Science, 24(1), 45–51.</p>	<p>Ebsco Host.</p>	<p>Documental.</p>
<p><b>38.</b> Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., &amp; Cheever, N. A. (2013). <i>Is Facebook creating</i></p>	<p>Ebsco Host.</p>	<p>Empírico.</p>

---

---

*“disorders”?* *The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety.* Computers in Human Behavior, 29(3), 1243–1254.

39. Sánchez, M & Otero, A. (2009). *Usos de internet y factores asociados en adolescentes de la Comunidad de Madrid.* Aten Primaria.2010;42(2):79–85. ScienceDirect. Empírico.
40. Strom, P., & Strom, R. (2012). *Growing Up with Social Networks and Online Communities.* Education Digest, 78(1), 48. Ebsco Host. Documental.
41. Taberero, C., Aranda, D., & Navarro, J. (2008). *Juventud y tecnologías digitales: espacios de ocio, participación y aprendizaje. juventud y nuevos medios de comunicación.* Universidad Oberta de Catalunya (UOC). 88, 77-95 Buscador de google Académico. Empírico.
42. Torres, J. M. T., Díaz, I. A., & Reche, M. P. C. (2015). *Análisis del uso e integración de redes sociales colaborativas en* Proquest. Empírico.
-

---

*comunidades de aprendizaje de la universidad de granada (España) y John Moores de Liverpool (reino unido).*  
Revista Complutense De Educación, 26, 289-311.

43. Valentine, G, Holloway, S, Taylor & Francis. Empírico.  
(2002). *Cyber kids? Exploring children's identities and social networks in on-line and off-line worlds*, Annals of the Association of American Geographers. 92:2, 302-319.
44. Valerio, G., Leyva, T., Redalyc. Empírico.  
Caraza, R. y Rodríguez, M. C. (2014). *Redes sociales en línea y capacidad de memorización de los estudiantes universitarios*. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 16(3), 118-128.
45. Vernon, L. Modecki, K & Taylor & Francis. Empírico.  
Barber, B. (2017). *Tracking Effects of Problematic Social Networking on Adolescent Psychopathology: The Mediating Role of Sleep Disruptions*. Journal of Clinical Child & Adolescent
-

---

Psychology, 46:2, 269-283.

- |   |                               |           |
|---|-------------------------------|-----------|
| <b>46.</b> Viñas, F., Ferrer, J., Villar, E., Caparros, B., Pérez, I., & Cornella, M (2002). <i>Internet y psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología.</i> Clínica y salud. 13, 3, 235-256. | Buscador de google Académico. | Empírico. |
| <b>47.</b> Vogel, E. A., & Rose, J. P. (2017). <i>Perceptions of Perfection: The Influence of Social Media on Interpersonal Evaluations.</i> Basic & Applied Social Psychology, 39(6), 317–325.   | Ebsco Host.                   | Empírico. |
| <b>48.</b> Woods, H. C., & Scott, H. (2016). <i>Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem.</i> Journal of adolescence, 51, 41-49.                                       | SciecieDirect.                | Empírico. |
| <b>49.</b> Zheng, X., & Lee, M. K. (2016). <i>Excessive use of mobile social networking sites: Negative consequences on individuals.</i> Computers in Human Behavior, 65, 65-76.  | SciecieDirect.                | Empírico. |

---

Fuente: elaboración propia

Para el análisis de la información de los artículos se utilizó el análisis de contenido cualitativo. Martínez (1998; citado en Varguillas, 2006) dice “el procedimiento para análisis de contenidos consiste en seleccionar o extraer unidades de análisis de un contexto, a las cuales el investigador codifica. Posteriormente se analizan los datos de forma simultánea para desarrollar conceptos” (p. 4). Se aplicó esta metodología a 49 artículos, dando como resultado 486 unidades de análisis, las cuales se agruparon en 2 categorías generales que son, aspectos positivos y aspectos negativos del uso internet y redes sociales y en estas a su vez se agruparon en 14 subcategorías, distribuyéndose de la siguiente manera: 9 subcategorías corresponden a aspectos positivos y 7 subcategorías corresponden a aspectos negativos (2 de estas subcategorías cuentan con ambos aspectos, por lo cual se repiten en la clasificación ) las cuales se describirán en la sección de resultados.

## **RESULTADOS.**

Se identificaron 486 unidades de análisis, clasificándolas en 2 categorías principales que son aspectos positivos y aspectos negativos del uso de las redes sociales, de la cual desprenden 14 subcategorías:

Aspectos positivos correspondientes a 9 subcategorías que son: Conexión social y/o comunicación, herramientas de aprendizaje y obtención de información, programas de protección y prevención, cambio actitudinal y de la identidad, internet como mecanismo de afrontamiento al rechazo, entretenimiento, envejecimiento activo, efectos sobre los procesos de aprendizaje la lectura y escritura, evitación de la censura a través del uso de las redes sociales e internet.

Aspectos negativos correspondientes a 7 subcategorías que son: Adicción a las redes sociales y/o internet y comorbilidad con trastornos psicológicos, afectación en la salud física y/o mental, problemas de privacidad acoso y falta de confianza en las redes sociales, interferencia en áreas de la vida, efectos sobre los procesos de aprendizaje la lectura y escritura, cambio actitudinal y de la identidad, cambio neurobiológico.

Cabe aclarar que las subcategorías de cambio actitudinal y de la identidad y afectos sobre los procesos de aprendizaje y escritura son las que presentan tanto aspectos positivos como negativos.

En las tablas 2 y 3 se ilustran las categorías y unidades de análisis con sus respectivos porcentajes (expresado en cantidad de unidades por categoría) y posteriormente la descripción de cada una de ellas.

**Tabla 2 Aspectos Positivos del uso de internet y rede sociales.**

CATEGORIAS	UNIDADES DE ANALISIS	PORCENTAJE
1. Conexión social y/o comunicación.	109	22,43%
2. Herramientas de aprendizaje y obtención de información.	55	11,32%
3. Programas de protección y prevención.	21	4,32%
4. Cambio actitudinal y de la identidad.	15	3,09%
5. Internet como mecanismo de afrontación al rechazo.	12	2,46%
6. Entretenimiento.	9	1,85%
7. Envejecimiento activo.	9	1,85%
8. Efectos sobre procesos de aprendizaje, lectura y escritura.	2	0,41%
9. Evitación de la censura a través de las redes sociales e internet.	1	0,21%
<b>Total</b>	<b>233</b>	<b>47,94%</b>

*Fuente: elaboración propia*

**Tabla 3 Aspectos Negativos del uso de internet y rede sociales.**

<b>CATEGORIAS</b>	<b>UNIDADES DE ANALISIS</b>	<b>PORCENTAJE</b>
1. Adicción a las redes sociales y/o internet y comorbilidad a trastornos psicológicos	103	21,19%
2. Afectación en la salud (física y/o mental.)	67	13,79%
3. Problemas de privacidad, acoso y falta de confianza.	28	5,76%
4. Interferencia en el área de vida.	22	4,53%
5. Efectos sobre procesos de aprendizaje, lectura y escritura.	18	3,7%
6. Cambio actitudinal y de la identidad.	10	2,06%
7. Cambio neurológico.	5	1,03%
<b>Total</b>	<b>253</b>	<b>52,06%</b>

*Fuente: elaboración propia*

## **DESCRIPCIÓN DE LAS CATEGORÍAS.**

### **Conexión social y/o comunicación.**

En esta categoría se encontraron 109 unidades, correspondientes a un 22,43% de todo el análisis, siendo esta la más extensa y da a entender que el uso de internet y/o redes sociales nos permiten facilitar la comunicación y la interacción independiente de las barreras físicas o culturales, desarrollando nuevos modelos de convivencia que permiten el acceso a nueva información y espacios de aprendizaje, que pueden ser aprovechado por personas pertenecientes a diferentes localidades. De igual manera, permite crear contacto con nuevas amistades y sostener los lazos ya generados con amigos que puedan no estar cerca físicamente.

### **Adicción a las redes sociales y/o internet y comorbilidad a trastornos psicológicos.**

En esta categoría se encontraron 103 unidades, correspondientes a un 21,19% de todo el análisis, que da cuenta de cómo un uso inadecuado, desmedido o compulsivo de internet y/o redes sociales puede generar alteraciones en las diferentes dimensiones vitales del ser humano (cognitiva, conductual, biológica, emocional y relacional) que como consecuencia, propicia la aparición de síntomas como: incapacidad de interrumpir la conexión, excusas frente al tiempo de conexión, necesidad de permanencia a internet o redes sociales, agresividad, sensación excesiva de bienestar al ingresar a internet y de igual forma genera cambios de la actividad neuronal y la estructura del cerebro. Dicho abuso puede desarrollar alteraciones en el sueño, trastornos del estado de ánimo, ansiedad, déficits atencionales, abuso del alcohol y trastornos de la conducta alimentaria.

### **Afectación en la salud (física y/o mental).**

En esta categoría se encontraron 67 unidades, correspondientes a un 13,79% de todo el análisis, pudiendo evidenciar como un uso inadecuado, desmedido o compulsivo de la internet y/o redes sociales propicia la aparición de afectaciones en la salud física y/o mental, pudiéndose manifestar una serie de repercusiones como: deterioro en el autocuidado y el cuidado del otro, de igual forma se evidencia una disminución en los procesos atencionales, deficiencia en el pensamiento lineal y afectación en la multitarea y comprensión de contenidos. También, el uso

de esta tecnología podría generar negligencia en el cumplimiento de responsabilidades del día a día.

### **Herramientas de aprendizaje y obtención de información.**

En esta categoría se encontraron 55 unidades de análisis, que corresponden a un 11,32% de todo el análisis, presentando al internet y/o redes sociales como una de las primeras vías de acceso rápido y fácil a la información. También podría decirse que es una de las maneras más eficaces que tienen los usuarios a la hora de aprender, comunicar e informar. Las herramientas de aprendizaje (videos, blog, imágenes, libros pdf y conferencias online) son asequibles desde casi cualquier parte del mundo y generan un multicanal de divulgación de la información como nunca antes se había visto en la historia de la humanidad.

### **Problemas de privacidad, acoso y falta de confianza.**

En esta categoría se encontraron 28 unidades, correspondientes a un 5,76% de todo el análisis, dejando como resultado que en el uso de internet y/o redes sociales pueden aparecer formas de violencia, problemas de privacidad y la veracidad de la información en donde, por lo general, la población más vulnerable son los adolescentes. Podría el auge de las tecnologías virtuales estar facilitando el acceso fraudulento a la información privada de los usuarios, con el fin de obtener algún beneficio (sexual, económico, de aprobación, entre otros) y permitiendo que individuos externos tengan acceso a toda clase de información que en principio debería ser inaccesible para otro que no sea el usuario en cuestión.

### **Cambio actitudinal y de la identidad**

En esta categoría se encontraron 25 unidades, correspondientes al 5,14% de todo el análisis, que explica como el uso de internet y/o redes sociales podría conllevar a generar un cambio actitudinal y/o una adopción de una identidad diferente, fundamentado en que las redes sociales permiten la generación de perfiles que se crean aumentando las cualidades positivas y reduciendo las negativas. Usuarios que terminan incorporando esta nueva y “mejor” identidad como real y como las mismas plataformas permiten tener cierto grado de anonimato se facilita tener relaciones con diferentes tipos de personas (con el riesgo que esto puede implicar).

Sin embargo, en las redes sociales y la internet también permiten la generación de ambientes de socialización y conocimiento propio (como blogs, perfiles o grupos de redes sociales), que ayudan a redefinir y moldear la identidad propia y facilitan la auto presentación, dejando cabida al pleno ejercicio de la libre expresión.

### **Interferencias en áreas de vida**

En esta categoría se encontraron 22 unidades, correspondientes a un 4,53% de todo el análisis, que menciona como un uso inadecuado, desmedido o compulsivo de la internet y/o redes sociales podría llegar a generar alteraciones en las diferentes dimensiones vitales de áreas de vida, repercutiendo en la realidad que percibe la persona, generando cambios de estado de ánimo como sensación de malestar al no conectarse y tener que afrontar la realidad. Incluso dicho malestar podría escalar, afectando también en las áreas afectivas, escolares y/o laborales, puede observarse como efecto secundario un aumento del aislamiento social.

### **Programas de protección y prevención**

En esta categoría se encontraron 21 unidades, correspondientes a un 4,32% de todo el análisis, que señala que las redes sociales propenden por crear un desarrollo de competencias y habilidades para los usuarios, generando interacción social y por ende un bienestar psicológico por medio de programas de protección. La utilización de estos sitios puede ser beneficioso en el tratamiento de trastornos de ansiedad y como herramienta canalizadora de energía. Los sitios web pueden presentar riesgos serios como el Cyberbullying, el Grooming o el Sexting, llegar a incitar a los usuarios a tener prácticas poco sanas como la bulimia o la anorexia, incluso llegan a fomentar las prácticas de retos que podrían (o no) poner la vida en riesgo. Por todo lo anterior mencionado es que algunas organizaciones promueven un uso responsable, sano y adecuado de la internet, trabajando en la prevención de prácticas nocivas.

### **Efectos sobre procesos de aprendizaje, lectura y escritura**

En esta categoría se encontraron 20 unidades, correspondientes a un 4,12% de todo el análisis, indicando que un uso inadecuado, desmedido o compulsivo de la internet y/o redes sociales puede estar incidiendo en los procesos de aprendizaje, enfáticamente en los de lectura y escritura, ya que los mensajes que se envían en la red tiene varias particularidades, son de rápida

expansión, lo que hace que se le reste importancia a la ortografía o al impacto que puede tener en sí la publicación y promueven la lectura apresurada, sin dejar mayor lugar al pensamiento crítico o reflexivo, circunstancias que no permiten generar un ambiente propicio para el aprendizaje.

Sin embargo, dando un uso adecuado y generando espacios, comunidades, foros o blogs en la internet y redes sociales es posible potenciar los procesos tradicionales de enseñanza ya que se puede aprovechar las facilidades para acceder a una gran cantidad de información para la construcción mancomunada de conocimiento o para el intercambio cultural y la expresión de la diversidad y personalidad. En general las redes de aprendizaje en redes sociales facilitan la generación de múltiples competencias.

### **Internet como mecanismo de afrontación al rechazo.**

En esta categoría se encontraron 12 unidades, correspondientes a un 2,46% de todo el análisis, en la que se muestra como las plataformas virtuales que brinda la internet ofrecen la sensación de seguridad, ya que al estar tras una pantalla las personas no sienten que puedan ser rechazadas directamente; en estas también se puede hacer cualquier actividad sin tener miedo a mostrarse, creando un escape de la realidad. Aunque la sensación de bienestar por no ser rechazado tiene repercusión en las preferencias de los usuarios de no tener relaciones sociales en la cotidianidad, lo que de ser llevado al extremo podría terminar en un aislamiento social.

### **Entretenimiento**

En esta categoría se encontraron 9 unidades, correspondientes a un 1,85% de todo el análisis, presentando como uno de los objetivos de los usuarios de redes sociales e internet el poder entretenerse. Dentro de las actividades de ocio más frecuentes que se realizan en las plataformas online están: el compartir contenido multimedia (fotos, videos, canciones, escritos, memes) y el mantenerse en contactos con personas conocidas y a su vez conocer nuevas amistades. Es notable que el uso de las tecnologías digitales puede aportar nuevas experiencias y facilitar en gran medida algunos de los aspectos de la vida diaria.

### **Envejecimiento activo**

En esta categoría se encontraron 9 unidades, correspondientes a un 1,85% de todo el análisis, evidenciando que la internet y/o las redes sociales son una ayuda valiosa en cuanto a el

envejecimiento activo se refiere, ya que permite que los adultos mayores mantengan una comunicación constante con sus familiares y favorece la participación de grupos en los cuales se pueden compartir gustos e interés en común para los usuarios, lo que impacta positivamente en los sentimientos de auto percepción y autoeficacia, ya que se dan sensaciones de inclusión y valía por sí mismos. Otra de las ventajas es que al hacer uso de dispositivos multimedia se favorecen algunos procesos cognitivos, propiciando una buena salud mental.

### **Cambio neurobiológico**

En esta categoría se encontraron 5 unidades, correspondientes a un 1,03% de todo el análisis, lo que sugiere que un uso inadecuado, desmedido o compulsivo de la internet y/o redes sociales puede generar alteraciones o cambios neurobiológicos (iguales a otras sustancias adictivas), sustentados en cambios en las estructuras del cerebro como el sistema límbico, estructuras subcorticales y de la corteza pre frontal, además de una disminución de la segregación de neurotransmisores

### **Evitación de la censura a través del uso de las redes sociales e internet**

En esta categoría se encontró 1 unidad de análisis, correspondiente a un 0,21% de todo el análisis, dejando en evidencia un punto no tan evidente de las redes sociales e internet, el cuál es su gran capacidad de ser usados como medios de prensa, permitiendo dar a conocer acontecimientos de relevancia, que por otros medios de comunicación están siendo censurados, tergiversados o ignorados.

## DISCUSIÓN

Como se ha mencionado anteriormente la internet y las redes sociales ofrecen un sin número de aplicaciones y herramientas que (en función de su uso o abuso) pueden generar grandes beneficios o prejuicios. La literatura encontrada corrobora dicha ambivalencia y dificultad en su categorización, sin embargo, para la realización del artículo se hizo necesario puntualizar cuales era los aspectos positivos y negativos más comunes referentes al uso de las redes sociales y la internet.

Las actividades más realizadas en redes sociales y la internet son las dirigidas al ocio y la conexión social; en donde los usuarios de internet pueden tener acceso a videos, fotos, canciones, memes y demás formas de entretenimiento, igualmente pueden ingresar a las redes sociales para mantener relaciones con sus amigos y familiares e interactuar con desconocidos en todas partes del mundo, ampliando su círculo social; siendo importante para los usuarios poder compartir sus gustos, actividades, pasatiempos y contenido multimedia con todas las personas pertenecientes a su red. Siendo esta dinámica de interconexión en última instancia benéfica, ya que genera redes de apoyo para sus usuarios. Algunas de estas ideas también son ilustradas por Arab y Díaz (2015) los cuales enuncian:

El uso de redes sociales muestra otros múltiples aspectos positivos: creación de blogs, videos y páginas web que pueden desarrollar sentimientos de competencia, generación de elementos educativos, reforzamiento de relaciones creadas offline, educación sexual, promoción y prevención en salud (tabaco, alcohol, drogas, hábitos alimentarios, conductas sexuales) (P.11)

De igual forma, el poder tener acceso a grandes cantidades de información es otro de los fuertes motivantes para ser partícipe de este entorno virtual, información con la cual se pueden conocer temas desconocidos, afianzar saberes adquiridos, generar nuevas herramientas de aprendizaje (videos, blogs, PDF, conferencias) y crear espacios, comunidades o foros que potencialicen la forma tradicional en la que se imparte la educación.

Es precisamente el potencial en el área de la educación lo que muchos autores resaltan a la hora de hablar de los beneficios de las herramientas virtuales, tenemos el ejemplo de Panckhurst

y Marsh (2011) que consideran que: “Las redes sociales pueden resultar beneficiosas para el aprendizaje individual y en colaboración, ya que no sólo proporcionan una mayor sensación de libertad (...) sino que además animan a los estudiantes a ser más independientes y a asumir una mayor responsabilidad en su propio aprendizaje.” (P.6) También destacan Garcias, Ferrer y Lizana (2017) quienes plantean que “Las comunidades virtuales son la herramienta más potente para incrementar el éxito entre la educación formal e informal.” (P.3) Y por último están Dodobara y Mayaute. (2013) que sostienen que se encuentra múltiples beneficios a la hora de agrupar la tecnología digital y la educación, propiamente dicen: “1) ayudan a compensar desventajas en el aprendizaje, 2) permiten nuevos resultados en el aprendizaje, y 3) ayudan al aprendizaje tradicional.” (P.6).

Otra característica clave en estos espacios de interacción y aprendizaje online es la inclusión, ya que los adultos mayores, personas con discapacidades espaciales o con algún tipo de limitación tienen la oportunidad de acceder al internet, ingresar a una red social, crear un perfil y participar en grupos de su interés. Chen y Persson (2002) recapitulan un estudio realizado en 1999 con una comunidad de ancianos a los cuales se les enseñó a usar la internet (específicamente el correo electrónico) siendo el resultado final fue reportes de una menor sensación de soledad entre los ancianos y aumento en la autoestima al sentirse competentes para usar internet.

Las plataformas virtuales también han propiciado ambientes en los cuales los usuarios tienen la posibilidad de redefinir su propia identidad, en el sentido de que pueden proyectar una autoimagen mucho más confiada de sí mismos. Siendo la práctica más común dentro de las redes atenuar las características negativas potenciando las positivas, dando como resultado un incremento a en la autopercepción y la autoestima. Arab y Díaz (2015) consideran que los adolescentes generan estrategias de adaptación o desadaptación en pro de la construcción de su propia identidad. Sin embargo, se debe evitar proyectar una autoimagen desproporcionada, ya que es posible generar o desarrollar patrones de conductas narcisistas- Rosen, Whaling, Carrier y Cheever (2013) han recapitulado investigaciones realizadas en las que se sugieren que las redes sociales estimulan o exacerban los síntomas narcisistas, incluso se establece un patrón; los usuarios que más tiempo pasan en las herramientas digitales tienden a puntuar más alto en test de narcisismo. Indiscutiblemente los usuarios se muestran de la manera en que quieren ser vistos,

sin miedo y sin prejuicios en la web, con la creencia de ser invulnerables, generando una sensación de bienestar dejando la idea de ser “posiblemente rechazados”.

Es importante destacar uno de los usos menos mencionados (y con alto beneficio para la sociedad) de la internet y las redes sociales, la evitación de la censura en cualquier entorno que se esta se pueda dar, bien sea una persona, organización o incluso un gobierno quien la ejerza. Siendo la internet y las redes sociales de tan amplia cobertura se hace difícil poder evitar la difusión de noticias, hechos de relevancia u acontecimientos de interés general, que bien sea por omisión, coerción o miedo otros medios de comunicación tradicionales no informan. Siendo gran ejemplo de esto lo que menciona Gandasegui (2011) el cual alude a el rol que tuvieron redes sociales como Facebook y twitter a la hora de informar a la población sobre los hechos sucedidos en las revueltas sociales ocurridas en el medio oriente, llegando al punto de substituir en cierta medida a los medios de comunicación tradicionales que se veían en algunos casos censurados por el régimen. Gran parte de este fenómeno se debe primero a la hiperconexión de la red de internet, lo que permite que se sepa con mucha mayor facilidad datos de relevancia y segundo que los usuarios de las redes son libres de compartir contenido en sus perfiles, siendo estos dos factores decisivos para desarrollo de la libre expresión y por ende la lucha contra la censura.

No obstante, el uso inadecuado de las plataformas digitales trae consigo posibles efectos nocivos, entre ellos una afectación en la salud, que puede manifestarse con un deterioro tanto en la parte física como mental, que en casos severos puede desembocar en una posible adicción. Fernandez (2013) considera una serie de 7 síntomas como signos de alarma de un posible abuso de las redes, y estos son:

1. Es dominado en sus pensamientos, sentimientos y conducta por su uso (saliencia).
2. Invierte grandes cantidades de tiempo y esfuerzo en la actividad e incremento de ésta.
3. Altera sus estados emocionales (ansiedad, enojo) como consecuencia de implicarse en la actividad (modificación del humor).
4. Se perturba cuando es interrumpido en la actividad o se le reduce el acceso (abstinencia).
5. Comienza a enfrentar problemas con las personas que le rodean o consigo mismo, so motivo de la persistencia de la actividad o deja de atender las responsabilidades asumidas o impuestas en el trabajo, la escuela o el hogar (conflicto).

6. Reanuda la actividad de manera persistente una vez que, aparentemente, la ha dejado o la ha reducido (recaída).
7. Niega tener consecuencias por la actividad y se jacta de poderla abandonar en cualquier momento (y no lo demuestra o efectúa) (P.5)

Estas actitudes se asemejan a los síntomas que se desarrollan durante una adicción a sustancias psicoactivas (como lo pueden ser los opioides) pero no solo esto, se han realizado estudios que sugieren que la adicción a las redes sociales y la internet pueden estar asociadas con otros trastornos, en relación a esto Homero (2018) dice: “El abuso de las redes sociales ha mostrado una asociación con depresión, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, insomnio, disminución de horas total de sueño, disminución del rendimiento académico, repotencia y abandono escolar.” (P.5)

Estas plataformas digitales han escalado tan alto en la dinámica personal y social que las repercusiones pueden evidenciarse no solo de manera física como ya se mencionó, sino también de manera neuroanatómica, El uso excesivo de la internet ha conllevado que de manera biológica el cerebro este adquiriendo cambios relevantes, alterándose en función de su conexión neuronal y en la segregación de neurotransmisores como la dopamina. (Medranoa, López, y Díaz, 2017)

De esta manera las repercusiones nocivas de la internet y las redes sociales llegan a afectar en las diferentes áreas y dimensiones de vida (cognitiva, conductual, biológica, emocional y/o relacional) si el usuario no da un manejo correcto, produciendo malestar e interferencias en la consecución de las actividades del día a día. Moral y Suárez (2016) sustentan esta idea y dicen: “Se están produciendo cambios operativizables en la forma de concebir las relaciones humanas, de modo que algunas personas se muestran incapaces de controlar semejantes usos y desarrollan hábitos que interfieren en sus vínculos, su trabajo y/o su rendimiento académico. De tales usos problemáticos se derivan diversas alteraciones afectivas y psicosociales, como desajustes del estado de ánimo, aumento del aislamiento social y deterioro de las relaciones más cercanas” (P.2)

Un ejemplo de esta de estos cambios se está dando en el ámbito educativo, en el cual las plataformas online han generado una transformación en los procesos de escritura y lectura, en función de los micro mensajes tan populares en las redes, los cuales cuentan con dos

características: son de la rapidez de publicación y por ende de rápida lectura, lo que hace que se les reste bastante importancia a aspectos como la ortografía, puntuación o sintaxis, omisiones que se extrapolan al contexto educativo.

Siendo las consecuencias anteriormente presentadas afirmadas por Gandasegui (2011). “Los micro mensajes, la rapidez y la funcionalidad de las comunicaciones que se intercambian en las redes sociales han afectado a la escritura de estudiantes cursando títulos universitarios.” (P11) y de igual forma por Ramírez (2014). “La atención, la memoria, las actividades integrativas y cognoscitivas (el lenguaje, cálculo numérico, planeación y razonamiento abstracto), el aprendizaje (...) pueden sufrir alteraciones o trastornos por el uso indebido o excesivo de Internet (...) o herramientas de las redes sociales.” (P. 5)

Otro de los grandes problemas radica en la falta privacidad, situaciones de acoso y falta de confianza en las redes sociales, falencia con la cual parece estar de acuerdo Morales y Barroso (2012) argumentando:

Las redes sociales tienen un lado negativo es innegable, ciberacoso, publicación de fotos poco recomendables, pérdida de datos por virus, fallos en los sistemas que entregan nuestros datos personales por cientos de miles a terceras personas sin autorización, y un largo etcétera del que cada uno tenemos una experiencia distinta (P.8)

Es fundamental atender a las problemáticas dadas, porque permite evidenciar y tener un panorama claro de cuáles pueden ser las consecuencias negativas más comunes y que curso de acción tomar para evitarlas.

Para continuar es importante generar un contraste entre lo realizado por Shu-Sha Angie Guana & Kaveri Subrahmanyamb en 2009, lo hecho por Elías Arab y Alejandra Díaz en 2015 y lo que en el presente artículo se menciona. Debido a que los artículos recopilan aspectos tanto positivos, como negativos del uso de las redes sociales se puede dar paso a la discusión formulada.

Inicialmente se ha de mencionar que los artículos de Guana y Subrahmanyamb y Arab y Díaz destacan 4 fenómenos potencialmente peligrosos, que son:

1. **Ciberbullying:** En este apartado ambos artículos tienen aspectos muy comunes, como lo son la definición y las principales formas de ejercerlo.
2. **Grooming:** El artículo de Arab y Diaz (2015) es más detallado en este concepto, aportando tanto una definición como las diferentes etapas que tiene. Considerando que: “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 (...) Tiene distintas etapas: 1. Amistad. 2. Engaño. 3. Chantaje.” (P.4)
3. **Sexting:** Este fenómeno es abordado por Guana y Subrahmanyam (2009) de manera mucho más amplia, ya que amplían su descripción más allá del sexting, trayendo a colación el término de “solicitud sexual” pudiendo ser entendido como un requerimiento ya sea para sostener solo conversaciones de índole sexual o para avanzar y directamente tener algún tipo de relación sexual.
4. **Ciberadicción o conducta adictiva a internet:** El último de los fenómenos potencialmente nocivos es descrito por Guana y Subrahmanyamb (2009) de manera más concienzuda, definiéndola y exponiendo cifras en cuanto a ciberdelitos se refieren (aspecto preocupante pues se da una cifra de al menos 285 casos de ciberdelitos con menores) y varias perspectivas de cómo afrontar dichas condiciones, concretamente a través de la regulación de inteligencia emocional, la aplicación de la teoría de disonancia cognitiva y la aplicación de la terapia racional, emotiva conductual.

Los tres primeros puntos son retomados en la presente investigación pero nombrados como **problemas de la privacidad, acoso y falta de confianza**, categoría que describe a grandes rasgos como por medio del uso de la internet y las redes sociales se pueden manifestar los comportamientos antes descritos (ciberbullying, grooming o sexting) pero no solo esto, se toman en cuenta elementos como vulneración de datos personales y acceso fraudulento a información privada, (cuentas de correo o redes sociales) con el fin de obtener algún poder sobre la víctima.

En cuanto al punto 4 (Ciberadicción o conducta adictiva a internet), este artículo retoma la adicción a la internet y redes sociales con un enfoque más holístico, ya que también se enuncian

los posibles trastornos comórbidos que se pueden desprender de la adicción a la red social, puntualmente se nombran en la categoría **adicción a las redes sociales y/o internet y comorbilidad a trastornos psicológicos**.

Uno de los aspectos que Guana y Subrahmanyamb y Arab y Díaz pasan de largo o de manera muy somera son los cambios neurobiológicos que se están produciendo a causa del uso excesivo de la internet y las redes sociales, para el presente artículo se generó la categoría de **cambio neurobiológico**, en la cual se dilucida como su nombre lo indica, aquellos cambios que se han presentado en cerebro a causa del uso indebido o excesivo de la herramienta.

En cuanto a los beneficios del uso de la internet y redes sociales Arab y Diaz (2015) dan a conocer aspectos como: Ayuda a la intervención de pacientes con trauma cerebral y niños con parálisis cerebral, estimulación de un mayor número de regiones cerebrales, aumento de la memoria de trabajo, produce una mayor capacidad de aprendizaje perceptual y permite hacer frente a varios estímulos de manera simultánea. Dichos aspectos no se encontraron de manera explícita en el presente estudio, pero son tenidos en cuenta la hora de hablar de capacidad de aprendizaje, memoria y estimulación múltiple, conceptos que se retomados en la categoría de **Herramientas de aprendizaje y obtención de información**.

Por otra parte Guana y Subrahmanyamb (2009) destacan el acceso a la información como punto clave, ya que los usuarios consultan temas concernientes a su salud o la sexualidad, así mismo esta información los puede conducir a ser parte de actividades orientadas a prevención de comportamientos como el tabaquismo, hábitos de alimentación poco sanos o actividades sexuales de alto riesgo, generando un entorno seguro en el cual los adolescentes se sientes más confiados al indagar por temas de los cuales les costaría hablar con un adulto, en el hogar o en su institución educativa. Este punto clave se destaca en el presente artículo, presentado en la categoría de **Herramientas de aprendizaje y obtención de información**, haciendo referencia a la gran cantidad de información de interés a la cual los usuarios pueden acceder para generar nuevas clases de aprendizaje.

Como punto diferenciador el presente artículo de revisión bibliográfica, se retoman dos aspectos que son no son visibilizados en el trabajo realizado por Guana y Subrahmanyamb

(2009) ni por Arab y Díaz, el primero es el uso de la internet y las redes sociales para para evitar la censura de regímenes autoritarios y el segundo la aplicación de herramientas digitales en la inclusión de adultos mayores.

A manera de conclusión se ha de mencionar que se encuentran mayor cantidad de beneficios potenciales que riesgos en el uso de la internet y las redes sociales, pero se han descrito con mayor extensión los usos nocivos.

Todo esto apunta a que debe haber un cambio en el enfoque investigativo frente al uso de estas herramientas, ya que, de haber más aspectos beneficiosos de las mismas, debería poderse aportar más literatura de estos (lo cual no sucede). Claro está que todo el concepto de positivo o negativo está sujeto al propio uso de la herramienta, tomando en cuenta variable como: tiempo de inmersión en las redes sociales, que actividades se desempeñan en las mismas y sobretodo que tan prudente es el usuario en su uso.

## REFERENCIAS

- Aguirre, J. F. (2016). *La aplicación de las tecnologías de información y comunicación en la prevención comunitaria del delito: Los casos de georreferenciación en monterrey, México*. Revista De Relaciones Internacionales, Estrategia y Seguridad, 11(2), 239-270.
- Aharony, N & Zion, A. (2018). *Effects of WhatsApp's use on working memory performance among youth*. Department of Information Science, Journal of Educational Computing Research 0(0) 1–20.
- Antón, A. M. G. (2012). *El fenómeno de las redes sociales y los cambios en la vigencia de los derechos fundamentales*. Revista De Derecho UNED, (10), 209-255.
- Arab, E, Diaz, A. (2015). *Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos*. Centro de adolescentes y jóvenes clínica Las Condes. 26, 1, 7-13.
- Arroyo, I., Baladron, A., & Martin, R. (2013). *La comunicación en redes sociales: percepciones y usos de la ONG españolas*. 32, 77-87. ISSN 0719-3661
- Barrio, A., Ruiz, I. (2014). *Los adolescentes y el uso de las redes sociales*. Dificultades educativas. 3, 1, 571-576. ISSN 0214-9877
- Castellana, M., Sánchez, X., Graner, C., & Beranuy, M (2007). *El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos*. Otras aportaciones, papel del psicólogo. 28, 3, 196-204
- Chen, & Persson, A. (2002). *Internet use among young and older adults: relation to psychological well-being*. Educational Gerontology. 28:9, 731-744."
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). *Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression*. International Journal of Information Management, 40, 141-152.
- Dodobara, F. G., & Mayaute, L. M. (2013). *Hábitos de consumo de Facebook y YouTube: conciencia y estrategias metacognitivas en la lectura y estrategias de aprendizaje y estudio en universitarios*. Persona, (016), 29-71.
- Domínguez, J. A., & Ybañez, J. (2016). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada*. Propósitos y Representaciones, 4(2), 181-205.
- Enrique, J. & Santander J. (2012). *Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia*. Artículo de revisión. 50, 3, 181-190.
- Fernández, J., Peñalva, A., & Irazabal I. (2015). *Hábitos de uso y conductas de riesgo en internet en la pre adolescencia*. Revista científica de educación. 44, 113-120. ISSN 1988-3293
- Fernandez, N. (2013). *Trastornos de conducta y redes sociales en internet*. Salud mental. 36, 6, 521-527

- Gandasegui, V. D. (2011). *Mitos y realidades de las redes sociales: Información y comunicación en la sociedad de la información*. Prisma Social, (6), 1-26.
- Garcia, C., Lopez, M., & Jimenez G. (2014). *Los riesgos de los adolescentes en internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de internet*. Revista latina de comunicación social. 69, 462-485. ISSN 1138-5820.
- Garcias, A. P., Ferrer, G. T., Bennàssar, F. N., & Lizana, A. (2017). *Factores de éxito de las comunidades virtuales universitarias basadas en redes sociales*. Análisis de XarFED. Revista Complutense De Educación, 28(2), 497-515.
- Guan, S. S. A., & Subrahmanyam, K. (2009) *Youth Internet use: risks and opportunities*. Current Opinion in Psychiatry. 22:351–356.
- Homero, P. (2018). *Impacto de las redes sociales y sus descontroladas distribuciones masivas*. Explorador digital. 2, 2, 47-57. ISSN 2661-6831
- Ladayse, A. (2012). *Redes sociales en la educación: desafíos y estrategias*. Revista ciencia UNEMI. 7,32-41. ISSN: 1390-4272
- Lavy, V & Sand, E. (2018). *The effect of social networks on students' academic and non-cognitive behavioral outcomes; Evidence from conditional random assignment of friends in school*. The Economic Journal, 129, 439–480.
- López, C. B., & Rodríguez, D. E. (2014). *Percepción de amistad en adolescentes: El papel de las redes sociales*. Revista Colombiana De Psicología, 23(2)
- Louis, L (2008). *Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Honk Kong*. Journal of Children and Media, 2:2, 93-113.
- Louis, L. (2014). *Predicting Internet risks: a longitudinal panel study of gratifications-sought, Internet addiction symptoms, and social media use among children and adolescents*, Health Psychology and Behavioral Medicine: Open Access Journal, 2:1, 424-439."
- Marin, E. (2015). *Redes sociales Educativas: caso Edmodo en Educación Secundaria*. Universidad Nacional de Colombia, sede Medellín, Colombia. 02,4, 12-15
- Mayer, M. (2011). *La utilización de Internet entre los adolescentes, riesgos y beneficios*. Aten Primaria.43(6):287—288.
- Medranoa, J. López, F. & Díaz, R. (2017). *Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil*. Acta de Investigación Psicológica 7, 2832–2838.
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones de Colombia (2018). *Total, de suscripciones de internet a nivel nacional*.
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones de Colombia (2018). *Colombia es uno de los países con más usuarios en redes sociales en la región*.

- Molero, M., Martos, A., Fernandez, F., Barragan, A., Perez, M., Gazquez J., Roales, J. (2014). *Uso de internet y redes sociales en estudiantes universitarios. universidad de Almeria España.* 2,3, 81-96. ISSN: 2340-924X.
- Moral, M. & Suárez, C. (2016). *Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles.* Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, 7, 69-78.
- Morales, J., & Barroso, J. (2012). *Redes Educativas: La educación en la sociedad del conocimiento. Redes en educación de una perspectiva global a un enfoque nodal.* 2-7. ISBN 978-84940062-0-3.
- Moreno, M. A., Jelenchick, L., Cox, E., Young, H., & Christakis, D. A. (2011). *Problematic internet use among US youth: a systematic review.* Archives of pediatrics & adolescent medicine, 165(9).
- Navarrete, D., Castel, S., Romanos, B., & Bruna, I. (2017). *Influencia negativa de las redes sociales en la salud de adolescentes y adultos jóvenes: una revisión bibliográfica.* Revista Psicología y Salud, 27(2), 255–267.
- Ortega, R. & Zych, I. (2016). *La ciberconducta y la psicología educativa: retos y riesgos.* Psicología Educativa 22, 1–4.
- Panckhurst, R., & Marsh, D. (2011). *Utilización de redes sociales para la práctica pedagógica en la enseñanza superior impartida en Francia: Perspectivas del educador y del estudiante: revista de universidad y sociedad del conocimiento.* Rusc, 8(1), 233-252.
- Peral-Peral, B., Arenas-Gaitán, J., & Villarejo-Ramos, Á. (2015). *De la brecha digital a la brecha psico-digital: Mayores y redes sociales.* Comunicar, 23(45), 57-64.
- Ramírez, L. (2014). *Facultades cerebrales superiores alteradas por el uso inadecuado de internet.* Archivos de medicina (col), 14 (1), 150-162.
- Rook, K. S. (2015). *Social Networks in Later Life: Weighing Positive and Negative Effects on Health and Well-Being.* Current Directions in Psychological Science, 24(1), 45–51.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). *Is Facebook creating “disorders”? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety.* Computers in Human Behavior, 29(3), 1243–1254.
- Sánchez, M & Otero, A. (2009). *Usos de internet y factores asociados en adolescentes de la Comunidad de Madrid.* Aten Primaria.2010;42(2):79–85.
- Strom, P., & Strom, R. (2012). *Growing Up with Social Networks and Online Communities.* Education Digest, 78(1), 48.
- Tabernero, C., Aranda, D., & Navarro, J. (2008). *Juventud y tecnologías digitales: espacios de ocio, participación y aprendizaje. juventud y nuevos medios de comunicación.* Universidad Oberta de Catalunya (UOC). 88, 77-95.

- Torres, J. M. T., Díaz, I. A., & Reche, M. P. C. (2015). *Análisis del uso e integración de redes sociales colaborativas en comunidades de aprendizaje de la universidad de granada (España) y John Moores de Liverpool (reino unido)*. Revista Complutense De Educación, 26, 289-311.
- Toscano, J. Á. (2012). *Redes sociales y análisis de redes. Aplicaciones en el contexto comunitario y virtual, ser.* Barranquilla, Colombia, 97-199. Corporación Universitaria Reformada.
- Valentine. G, Holloway. S, (2002). *Cyber kids? Exploring children's identities and social networks in on-line and off-line worlds*, Annals of the Association of American Geographers. 92:2, 302-319.
- Valerio, G., Leyva, T., Caraza, R. y Rodríguez, M. C. (2014). *Redes sociales en línea y capacidad de memorización de los estudiantes universitarios*. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 16(3), 118-128.
- Varguillas, C. (2006). *El uso de atlas. Ti y la creatividad del investigador en el análisis cualitativo de contenido upel. Instituto pedagógico rural el mácaro. Laurus*, 12(Ext). ISSN: 1315-883X.
- Vega, A. (2009). *El trabajo colaborativo a través de la historia de las TIC*. Revista Q, 4(7).
- Vernon, L. Modecki, K & Barber, B. (2017) *Tracking Effects of Problematic Social Networking on Adolescent Psychopathology: The Mediating Role of Sleep Disruptions*. Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 46:2, 269-283."
- Viñas, F., Ferrer, J., Villar, E., Caparros, B., Perez, I., & Cornella, M (2002) *Internet y psicopatología: las nuevas formas de comunicación y su relación con diferentes índices de psicopatología*. Clínica y salud. 13, 3, 235-256.
- Vogel, E. A., & Rose, J. P. (2017). *Perceptions of Perfection: The Influence of Social Media on Interpersonal Evaluations*. Basic & Applied Social Psychology, 39(6), 317–325.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). *Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem*. Journal of adolescence, 51, 41-49.
- Zheng, X., & Lee, M. K. (2016). *Excessive use of mobile social networking sites: Negative consequences on individuals*. Computers in Human Behavior, 65, 65-76.