UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
Fundada en 1952

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

El riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes

The risk of social media addiction in the adolescent behavior

*Cristina Yelena Pacheco Aguayo
Martín Augusto Valdivieso Cobeña

Facultad de Posgrado, Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador, cpacheco3652@utm.edu.ec, martinvaldivieso69@hotmail.com.
*Autor de correspondencia.

Recepción: 19 de enero de 2024 / Aceptación: 8 de agosto de 2024 / Publicación: 28 de octubre de 2024.

Citación/cómo citar este artículo: Pacheco, C. y Valdivieso, M. (2024). El riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes. *Revista PSIDIAL: Psicología y Diálogo de Saberes, 3*(Edición Especial) 95-110. https://doi.org/10.33936/psidial.v1iEspecial.6390

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

e-ISSN 2806-5972

Resumen

La adicción a las redes sociales es un fenómeno significativo y complejo que afecta a la población adolescente, y es esencial abordarla mediante una extensa recopilación de datos bibliográficos y descripción analítica que identifica esta problemática que se desarrolla en la conducta de los adolescentes. A través de una comprensión profunda de los niveles de adicción, los factores contribuyentes y la relación con los patrones de conducta, se pueden diseñar y aplicar estrategias terapéuticas efectivas que ayuden a los adolescentes a desarrollar un uso saludable de las redes sociales y mejorar su bienestar psicológico. El objetivo de esta investigación es describir el riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes, y es justificable debido a que, abordar la adicción a las redes sociales en adolescentes es esencial para proporcionar orientación a padres, educadores, profesionales de la salud y la comunidad en general. Esta investigación parte de una metodología inductiva deductiva con diseño no experimental y enfoque cualitativo. Su alcance fue analítico-descriptivo con asociación entre variables desde el método teórico, lo que permitió describir el riesgo de adicción a las redes sociales y contrastar que este riesgo está vinculado a distintos factores involucrados en la etapa adolescente, como la personalidad, el entorno, el uso inadecuado de redes sociales, la autoestima, la interacción entre pares, la falta de habilidades sociales, el nivel de inteligencia emocional. Concluyendo también, que esta es una problemática a la que todos se encuentran propensos a caer debido a la era digital actual.

Palabras clave

Adicción; adolescentes; conducta; redes sociales.

Abstract

Addiction to social networks is a significant and complex phenomenon that affects the adolescent population, and it is essential to address it through an extensive compilation of bibliographic data and analytical description that identifies this problem that develops in the behavior of adolescents. Through a deep understanding of addiction levels, contributing factors, and the relationship with behavioral patterns, effective therapeutic strategies can be designed and applied to help adolescents develop healthy social media use and improve their well-being. psychological. The objective of this research is to describe the risk of addiction to social networks in the behavior of adolescents, and it is justifiable because addressing addiction to social networks in adolescents is essential to provide guidance to parents, educators, healthcare professionals. health and the community in general. This research is based on an inductive-deductive methodology with a non-experimental design and qualitative approach. Its scope was analytical-descriptive with association between variables from the theoretical method, which made it possible to describe the risk of addiction to social networks and contrast that this risk is linked to different factors involved in the adolescent stage, such as personality, environment, inappropriate use of social networks, self-esteem, interaction between peers, lack of social skills, level of emotional intelligence. Concluding also that this is a problem that everyone is prone to falling into due to the current digital age.

Keywords

Addiction; adolescents; conduct; social networks.

Introducción

En la era digital, las redes sociales se han convertido en una parte integral de la vida de los adolescentes, proporcionando un medio para la interacción social, la información y el entretenimiento. Como señala Boyd (2014) en su obra "It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens," las redes sociales han remodelado la forma en que los adolescentes se relacionan entre sí y con el mundo, convirtiéndose en un espacio esencial para la construcción de identidad y la socialización.

A pesar de la creciente preocupación sobre este tema, la comprensión y el abordaje de la adicción a las redes sociales en adolescentes aún no están adecuadamente definidos ni respaldados por la evidencia científica.

Como apunta Twenge (2017) en "iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood—and What That Means for the Rest of Us," la falta de orientación sólida sobre el uso saludable de las redes sociales en la literatura científica y en la práctica clínica ha dejado un vacío significativo en la atención a la salud mental de los adolescentes. Según refiere la literatura académica, actualmente existe una falta de estudios comprensivos que aborden la adicción a las redes sociales en adolescentes desde una perspectiva científica y terapéutica. La mayoría de la investigación se ha centrado en la descripción del fenómeno, pero hay una necesidad urgente de investigaciones que identifiquen los factores causales, la relación con la conducta adolescente y, sobre todo, propongan intervenciones efectivas basadas en evidencia científica.

La conducta adolescente está expuesta a varios factores biopsicosociales, ya que, esta etapa necesita de todo un proceso en el que se evidencian cambios biológicos, psicológicos y sociales; los cuales por lo general pueden ser bruscos, repentinos o rápidos, inclusive en ciertas personas un poco más lentos.

En la actualidad, en un estudio realizado en la ciudad de Lima, autores como Iglesias & Minetto (2022), se empeñan en relacionar la adolescencia y los estilos de personalidad con la adicción a las redes sociales, en donde argumentan de acuerdo a los resultados, que la autoestima como parte de la personalidad del adolescente, está estrechamente relacionada y también actúa significativamente de manera inversa con la adicción a las redes sociales.

Si bien es cierto, se ha evidenciado que las redes sociales han facilitado la interacción entre los seres humanos. Pero existe una problemática que es importante abordar y es qué; cuando esta facilidad de navegar en internet y, por ende, poder contactarse con personas en todo el mundo excede el tiempo de uso de las redes sociales sin limitarlo, puede convertirse en una amenaza para la salud mental del individuo.

Por tanto, la cuestión precisa que motiva esta investigación es conocer: ¿cuál es el riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes?, debido a la creciente importancia de las redes sociales en la vida de los adolescentes y sobre todo, los posibles efectos negativos de la adicción a las mismas. Por ende, comprender en profundidad este fenómeno es fundamental para abordar de manera efectiva los riesgos que representa para la salud mental y emocional de los adolescentes.

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES
e-ISSN 2806-5972

En una investigación realizada en España por Peris, Maganto y Garaigordobil (2018), con el fin de desarrollar una Escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), aplicada a 2417 adolescentes entre 12 y 17 años, encontraron que los resultados confirmaban la consistencia y fiabilidad de la escala, arrojando datos significativos, entre estos, que las mujeres tenían puntuaciones más altas de riesgo de adicción a redes sociales que los hombres. En la misma, se evaluaron otras áreas, en donde se confirmó una relación positiva entre adicción a redes sociales con neuroticismo, extraversión, narcisismo, ansiedad social y estilo de apego ansioso, así como correlaciones negativas con autoestima y apego confiado.

La adicción a las redes sociales es capaz de alterar la conducta en el adolescente y por consiguiente su estilo de vida y hábitos, entre ellos y uno de los más importantes, el desempeño académico. Tal como se comprobó en un estudio realizado en México por Hernández, et al. (2019) dirigido a adolescentes con edades comprendidas entre 12 y 16 años, con el fin de identificar hábitos del uso del internet, lo cual indicó como resultado un alto índice de predisposición de desencadenar una adicción a internet, por consiguiente, mencionando cierta afectación en el contexto social, como falta de lazos afectivos o descuido de las relaciones interpersonales.

En Ecuador, en un trabajo investigativo realizado por Barros, et al. (2017), titulado: Adolescentes de Básica Superior con Adicción a Internet y Redes Sociales y Relaciones Interpersonales, el cual fue dirigido a 202 adolescentes de la Unidad Académica Luisa de Jesús Cordero de la ciudad de Cuenca, se demostró como resultado un consumo elevado de redes sociales en los adolescentes y por consiguiente dificultad para relacionarse, aunque baja proporción de conductas problemáticas.

La importancia de esta investigación radica en la necesidad apremiante de abordar un fenómeno de relevancia creciente en la sociedad contemporánea. La adicción a las redes sociales en la conducta adolescente, es un desafío que afecta no solo a nivel individual, sino también a nivel educativo, social, comunitario, de salud y profesional. La falta de comprensión sólida y de intervenciones acertadas deja a los adolescentes en riesgo de experimentar efectos negativos en su bienestar psicológico, relaciones sociales y rendimiento académico.

El objetivo de esta investigación, se centró en un análisis más profundo sobre el riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta del adolescente, con la finalidad de llegar a la comprensión y correlación entre ambas variables; adicción a redes sociales y conducta adolescente.

Marco referencial

La adicción

La adicción se puede definir de manera general como una dependencia psicológica o física a una sustancia, actividad o comportamiento que tiene un impacto negativo en la vida del individuo y que es difícil de controlar o detener.

Autores como Valdes García & Dominguez Mateos (2023) han propuesto que la adicción debe ser considerada como una enfermedad crónica del cerebro, caracterizada por la búsqueda y el uso compulsivo de una sustancia o actividad, a pesar de las consecuencias adversas; Por otra parte, Prieto Quezada & Romero Sanchez (2023) ha

ampliado la noción de adicción para incluir comportamientos adictivos, como el juego patológico o la adicción a las redes sociales. Define la adicción conductual como la dependencia psicológica hacia un comportamiento específico que resulta en consecuencias negativas para la persona.

Cuando hay adicción, se pierde la noción del tiempo. El ser humano desencadena un sinnúmero de conductas, que llegan a ser perjudiciales para su salud, provocando no solo malestar en sí mismo, sino también en las personas que se encuentran a su alrededor.

La adicción como una enfermedad, debe ser tratada, para ello, existen en la actualidad varios métodos de tratamiento para la misma, que proveen de un mejor desempeño y rehabilitación en la conducta del ser humano, permitiendo que su respuesta al medio que le rodea vuelva a ser adaptativa y sobre todo causando una extinción en la conducta adictiva, sin la necesidad de que el objeto de adicción, se reemplace.

Por otro lado, el modelo propuesto por Andrade Salazar & Hurtado Clavijo (2022) considera la adicción como un fenómeno complejo que involucra factores biológicos, psicológicos y sociales. Destaca que la predisposición genética, los factores psicológicos como el estrés y la influencia del entorno social contribuyen a la adicción. De igual manera, Cango Cobos & Suárez Monzón, (2021) presentaron un modelo que describe la adicción como un proceso que involucra varias fases, que van desde la experimentación inicial hasta la recaída. Este modelo se enfoca en la prevención y la intervención temprana.

Así mismo, autores como AnnMarie Grodin (2018) han explorado la adicción como un mecanismo de afrontamiento ante el estrés y las dificultades emocionales. Sugiere que las personas pueden recurrir a sustancias o comportamientos adictivos para lidiar con el malestar emocional. Y, según Guillermo Anasicha (2020), la adicción se puede entender como un comportamiento reforzado positivamente. Las recompensas obtenidas a través de la sustancia o actividad adictiva refuerzan la tendencia a repetir ese comportamiento, incluso a pesar de las consecuencias negativas. Y, Terence T. Gorski (1989) han propuesto el modelo de la espiral de la adicción, que describe cómo la adicción puede intensificarse con el tiempo, llevando a un aumento en la dependencia y las consecuencias negativas. Estas definiciones y conceptualizaciones proporcionan un marco sólido para comprender la adicción en sus diversas formas y contextos. En el contexto de la investigación sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes, estas perspectivas teóricas ayudarán a contextualizar y analizar los patrones de conducta observados y a futuro, diseñar intervenciones efectivas.

Huamán Moya & Macukachi Garcia (2022), concluye que, la vida de los adolescentes ha experimentado transformaciones notables debido a avances tecnológicos, la proliferación de diversas plataformas de redes sociales y la evolución en las comunicaciones. Estos cambios e innovaciones han dejado una huella significativa en la rutina diaria de los jóvenes, estableciendo una conexión evidente entre la magnitud de la presencia en redes sociales y el potencial problema asociado al uso excesivo del teléfono móvil. Esto ha generado un aumento en múltiples factores de riesgo relacionados con comportamientos poco saludables en la población adolescente.

revista.psidial@utm.edu.ec REVISTA PSIDIAL: PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

e-ISSN 2806-5972 Vol. 3 Edición Especial (95-110) DOI: 10.33936/psidial.v1iEspecial.6390

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES
e-ISSN 2806-5972

Principales Características de la adicción

Las principales características de la adicción, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Asociación Americana de Psiquiatría (APA), se centran en la dependencia de una sustancia o comportamiento y su impacto en la vida del individuo. Aquí están las principales características de la adicción según estas dos organizaciones:

La OMS define la adicción como un conjunto de fenómenos fisiológicos, cognitivos y comportamentales en los que el uso de una sustancia o una clase de sustancias adquiere una prioridad mucho mayor para un individuo que otros comportamientos que antes tenían un mayor valor". Las principales características de la adicción según la OMS incluyen:

Compulsión a Consumir: La persona siente una fuerte necesidad o compulsión de consumir la sustancia o llevar a cabo el comportamiento adictivo.

Pérdida de Control: La incapacidad de controlar o detener el consumo o comportamiento adictivo, a pesar de los intentos por hacerlo.

Síntomas de Abstinencia: La aparición de síntomas físicos o psicológicos desagradables cuando se intenta reducir o dejar la sustancia o comportamiento adictivo.

Tolerancia: La necesidad de aumentar la cantidad o frecuencia del consumo para lograr el mismo efecto deseado.

Negligencia de Actividades Importantes: La dedicación excesiva de tiempo y energía al consumo o comportamiento adictivo, a menudo a expensas de actividades importantes, como el trabajo, las relaciones y las responsabilidades.

Deseo Persistente: La presencia de un deseo persistente o ansia por la sustancia o comportamiento adictivo.

La APA clasifica la adicción bajo el trastorno por consumo de sustancias en su Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM-5). Las principales características de la adicción según la APA incluyen:

Patrón de Consumo Disfuncional: Un patrón de consumo de sustancias que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativo, expresado por al menos dos de los siguientes en un período de 12 meses:

1. Consumo en cantidades mayores o durante un período más largo de lo previsto.
2. Esfuerzos infructuosos por controlar o reducir el consumo.
3. Mucho tiempo dedicado a obtener, consumir o recuperarse de los efectos de la sustancia.
4. Deseo persistente o esfuerzos infructuosos por reducir o controlar el consumo.
5. Uso continuado a pesar de problemas interpersonales o sociales causados o exacerbados por el consumo.

Síntomas de Abstinencia: La presencia de síntomas de abstinencia cuando se reduce o se interrumpe en este caso el uso de las redes sociales o la conexión a internet.

Tolerancia: La necesidad de permanecer una mayor parte de tiempo en las redes sociales sin presenciar algún tipo de malestar físico, por el contrario, perdiendo la noción del tiempo e interrumpiendo las horas de sueño.

Dedicación de Tiempo: va de la mano con lo anterior, un gran tiempo dedicado a actividades relacionadas con las redes sociales, dejando de lado quehaceres o actividades de mayor relevancia.

Reducción de Actividades Sociales y Laborales: Una reducción significativa en las actividades sociales, laborales u ocupacionales debido a mantenerse conectado a las redes sociales.

Consumo a Pesar de Consecuencias Negativas: El consumo continuado de sustancias a pesar de la conciencia de las consecuencias negativas para la salud física o mental, las relaciones interpersonales o las responsabilidades laborales.

Estas características proporcionan más un marco para el diagnóstico de trastornos por consumo de sustancias, puesto que, incluyen la adicción a sustancias como el alcohol y las drogas. Sin embargo, las características generales de la adicción, como la compulsión, la pérdida de control y la dependencia, son aplicables a una variedad de comportamientos adictivos más allá de las sustancias, como el juego patológico o la adicción a las redes sociales, de hecho, los últimos cinco puntos, se ha tratado de explicar desde dicho contexto.

Adicción a las redes sociales y la conducta adolescente

La adicción a las redes sociales es una problemática, que, pese a que en la actualidad pasa desapercibida, o no se identifica como un factor que requiera de atención directa, es importante que sea abordada, para disminuir la falta de conocimiento de la misma. Ya que, este déficit en el conocimiento limita la capacidad de profesionales de la salud y educadores para abordar adecuadamente la adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes. Como sugiere Young (1998) en "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder," la investigación sólida es fundamental para desarrollar estrategias terapéuticas efectivas y políticas de prevención que puedan proteger la salud mental de la generación adolescente que crece en la era digital.

La adicción a las redes sociales se relaciona con el uso excesivo y compulsivo de plataformas de medios sociales en línea. Aunque no hay un autor específico, investigadores como Kuss, y Griffiths, (2017) han estudiado este fenómeno, identificando síntomas de adicción a las redes sociales en adolescentes, incluyendo la pérdida de control sobre el tiempo dedicado a las redes y la interferencia con las responsabilidades diarias.

De manera que, el adolescente pierde control sobre sus decisiones para elegir lo que es importante sobre lo que es necesario. Es decir, su conducta está direccionada a lo que él mismo cree que necesita en el momento; en este caso, si hablamos de adicción a redes sociales, saciar esa necesidad de placer al permanecer horas conectado antes que

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES
e-ISSN 2806-5972

decidirse por lo que es importante, como, por ejemplo: la realización de sus tareas, ordenar su cuarto o inclusive compartir tiempo con su familia, lográndose identificar una modificación negativa en la conducta del ser humano.

Sucede que, esta problemática o tipo de adicción, también, está camuflada por la necesidad intermitente de utilizar el internet y mantenerse comunicado a través de las redes sociales. Existe una justificación de alto nivel que podría simular que no hay una adicción como tal, sino que, este medio de comunicación es de por sí de uso obligatorio, debido a la era moderna. Lo que es preocupante, porque, como se explica anteriormente, la adicción empieza cuando pese a que ya no hay una necesidad, se pierde la noción del tiempo dejando de lado otras actividades que sí son necesarias e importantes, como el trabajo, el compartir cara a cara con la familia o en el caso de estudiantes, las responsabilidades educativas.

La adicción a las redes sociales también puede verse reflejada en la manera en que interactúan los adolescentes y cómo se desempeñan en sus habilidades sociales, ya que, esta adicción disminuye la posibilidad de una interacción más directa con el otro, manifestando así, la persona, carencias a nivel interactivo o comprensivo, por el hecho de que no existe un encuentro cara a cara con el otro, afectando a la comprensión del lenguaje corporal o la correcta manera en que se comunican las cosas.

De acuerdo con la investigación del autor Amador Ortiz (2021) mencionan que, a mayor adicción a redes sociales, se refleja un menor rendimiento o capacidad de habilidades sociales en los adolescentes.

La conducta adolescente en la actualidad, es estimulada por varios factores internos y externos, que intervienen en el crecimiento y desarrollo del ser humano. Esta conducta, es influenciada por las distintas interacciones o relaciones sociales, en donde el adolescente logra adaptar ciertos comportamientos que terminan brindando una explicación de la misma.

Lozano, et al. (2022), menciona que las redes sociales, modifican en cierto grado la conducta del adolescente, en este caso, la proyección constante de los cánones de belleza basados en la delgadez, alteran la percepción del adolescente sobre su cuerpo, lo cual actúa en la búsqueda de un parecido aproximado al que se presenta en redes sociales, desencadenando así trastornos en la conducta alimentaria, por la necesidad de querer cumplir con estos esquemas.

En una investigación realizada por Crespo, et al. (2021), se explica cómo la importancia del comportamiento del adolescente, desajustado en las redes sociales, se ve implicado en el contexto educativo, relacionando el uso o dependencia de estas redes con una limitada interacción entre los estudiantes en el ámbito escolar.

Es decir que, en este contexto, se podría entender la adicción a redes sociales como la respuesta de la correlación entre interacción social y adicción a redes, llevando a la comprensión de que ambas pueden ser causa y consecuencia de cada una, por ejemplo: es posible que la limitada interacción entre adolescentes en el contexto educativo sea un factor que predisponga a la adicción a las redes sociales, así como también, la adicción a las redes sociales predispone a una limitada interacción entre los adolescente, interacción que va más allá de la comunicación; que implica el uso y comprensión del lenguaje verbal y no verbal, y sobre todo el desarrollo de una conducta más adaptativa.

Factores que intervienen en el riesgo de adicción a redes sociales en la conducta de los adolescentes

Existen varios factores que pueden intervenir en el riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes. La literatura menciona que de por sí, la etapa de la adolescencia es un proceso de vulnerabilidad y cambios, mismos que requieren de habilidades de adaptación. Para Palencia Cuadrado (2023), un factor que puede intervenir en la adicción a las redes sociales en los adolescentes es el comenzar una nueva etapa en el marco educativo, ya que, la misma requiere de mucha interacción social, y sobre todo la búsqueda de pertenencia en un mismo entorno; por lo que, las redes sociales juegan un papel fundamental porque se requiere de una gran conexión a internet para mantenerse en constante comunicación entre sí. El adolescente considera que el estar conectado, le permite la actualización de distintos temas, que pueden quizá ser una brecha para lograr encajar con los demás.

Por otro lado, Klimenko, et al. (2021), afirma que el desempeño deficiente de las habilidades blandas en los adolescentes podría verse relacionado con un alto riesgo de adicción a las redes sociales en los adolescente, por lo que es importante que también, en todo este proceso de crecimiento, y exactamente en esta etapa, se logre identificar qué tipo de carencias a nivel conductual y también afectivo poseen los adolescentes, para intervenir de manera que se pueda prevenir este riesgo de adicción.

Sin embargo, de manera inversa, otros adolescentes pueden tomar el uso de las redes sociales a manera de escape, ya que se carece del correcto desempeño de habilidades sociales y relaciones interpersonales, cara a cara con el otro. Y se busca de una manera menos personal el interactuar con los demás, refiriéndose al hecho de no tener ningún tipo de contacto físico o visual con el otro.

El riesgo de adicción a las redes sociales también se puede identificar mediante el tipo de personalidad que padece el ser humano, o en este caso el adolescente, tal como señalan Muñoz y Ramírez (2016), en su estudio "Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes", indicando que los resultados de dicho estudio, arrojaban como dato interesante que las personalidades introvertidas, están más expuestas a desarrollar adicción a redes sociales, trayendo consigo un sinnúmero de conflictos y afectaciones, tanto en los ámbitos social, educativo y familiar.

Otro aporte significativo, que brindan Rivera & Araujo (2021), en cuanto al riesgo de adicción a las redes sociales en los adolescentes, relacionando esta problemática con la inteligencia emocional, indican que la relación entre una variable y otra no es tan alta, sin embargo sí existen probabilidades de que el bajo desempeño en la inteligencia emocional, aporte a distintas afectaciones que podrían desencadenar en el adolescente una adicción a las redes sociales y por consiguiente modificar la conducta en el individuo.

El riesgo de adicción a las redes sociales en adolescentes, se puede ver involucrado también, en la búsqueda de aceptación, en donde la pérdida de la autoestima sea un reforzador de dicha adicción. Los adolescentes son quienes en la actualidad consumen muchísimo más las redes sociales, modifican su conducta dependiendo del tipo de información que consumen en la red, obteniendo un sentido de identificación que les exige mantener una imagen o en este caso perfil que se actualiza constantemente de acuerdo a la misma interacción que desarrollan.

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES
e-ISSN 2806-5972

Los autores Varchetta & Fraschetti (2020) manifiestan, que un factor que puede poner en riesgo de adicción a las redes sociales la conducta de los adolescentes, es precisamente la baja capacidad de autoestima y autocontrol, agregando que los resultados de su investigación, arrojaron diferencias significativas entre adolescentes que poseen mayor autoestima y capacidad de autocontrol, a diferencia de aquellos que carecen de los mismo y se muestran con inseguridad y poco dominio de sus conductas.

Entonces, la conducta agresiva en el adolescente, también contiene una estrecha relación con la adicción a las redes sociales. Tal como indica, Roque, et al. (2022), quien, en su trabajo de investigación realizado con el fin de determinar el riesgo de adicción a las redes sociales y su relación con los comportamientos agresivos en los adolescentes, concluyó que los adolescentes que brindaban mayor parte de tiempo al uso de las redes sociales resultaron ser más propensos a manifestar comportamientos agresivos.

Finalmente, todos se encuentran expuestos y vulnerables a desencadenar adicción a las redes sociales, por ello es importante que se reconozca en el ser humano, en este caso, en el adolescente cuáles son esas debilidades que predisponen a una adicción de esta índole por lo que, quizás, también este reconocimiento permita identificación de la conducta que puede también ser influenciada por este medio de comunicación en el adolescente.

Metodología (Materiales y Métodos)

Se llevó a cabo análisis de la información recopilada mediante una revisión bibliográfica y teórica. Estos análisis proporcionaron una comprensión más profunda del riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes. Desarrollándose con el tipo de metodología inductivo-deductivo; inductivo porque implica la recopilación y examinación de datos bibliográficos históricos, que fueron desglosados anteriormente para identificar patrones y tendencias a la adicción a las redes sociales y también, su impacto en la conducta de los adolescentes. Y deductivo, porque se formularon hipótesis basadas en teorías previas y una extensa revisión bibliográfica lo que implica la deducción de cada tema que indujo a la investigación, hasta llegar a un análisis más sintetizado sobre el riesgo de adicción a las redes sociales. Se basó en un modelo teórico, porque debido a la recopilación de datos bibliográficos, se logró analizar y describir cuál es el riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes.

Por ello, el método utilizado es cualitativo con alcance analítico-descriptivo, esto implica que se pretende proporcionar una descripción detallada y precisa del riesgo de adicción a las redes sociales en la conducta de los adolescentes, abordando información extensa y estudios relacionados en los últimos años, en base de datos de Google Scholar, Repositorios de Universidades de Lima, España, Colombia, Ecuador, entre otras y Scielo, aplicando análisis documental de diferentes artículos, libros digitales y tesis o trabajos investigativos relacionados. Se seleccionan un total de 24 documentos, incluidos en esta investigación y citados como encuadre teórico evidenciados en la referencia bibliográfica.

Resultados

De acuerdo a la información recopilada de las aportaciones de los autores Valdes García & Dominguez Mateos (2023), es fundamental considerar la adicción como una enfermedad crónica del cerebro, donde se manifiesta una compulsión persistente en la búsqueda y el consumo de una sustancia o participación en una actividad específica, incluso en presencia de consecuencias adversas

Este enfoque reconoce que la adicción va más allá de un simple hábito y sugiere que implica una alteración duradera en el funcionamiento cerebral. Lo que ayuda a asumir que esta afectación a largo plazo en la estructura y función del cerebro sugiere que la adicción no es simplemente un comportamiento voluntario, sino más bien un desafío que requiere intervenciones clínicas y terapéuticas especializadas

En la investigación de Prieto Quezada & Romero Sanchez (2023), indica que se ha ampliado la concepción de la adicción para incluir no solo el consumo de sustancias, sino también comportamientos adictivos, tales como el juego patológico o la adicción a las redes sociales. La adicción conductual se define como la dependencia psicológica hacia una conducta específica que conlleva consecuencias adversas para la persona involucrada.

Resulta lógico considerar el juego patológico o la adicción a las redes sociales como formas de adicción conductual, debido a que se reconoce la complejidad de los factores psicológicos involucrados en estos comportamientos y se destaca la importancia de abordarlos desde una perspectiva integral de la salud mental. La dependencia hacia ciertos comportamientos puede generar consecuencias negativas para la persona afectada, lo que subraya la necesidad de intervenciones y tratamientos específicos que aborden tanto los aspectos psicológicos como los comportamentales de la adicción conductual.

Para los autores Andrade Salazar & Hurtado Clavijo (2022), las predisposiciones en la adicción, son genéticas, psicológicas y sociales. Si se enfoca en lo psicológico, implicaría que la adicción podría funcionar como una estrategia de autorregulación emocional, donde aquellos que la experimentan buscan alivio temporal de situaciones estresantes, ansiedad u otras tensiones emocionales para poder desglosar cada una de las variables que representan la problemática de la presente investigación, se permite realizar un análisis de manera más orientada sobre el riesgo de adicción a las redes sociales y la conducta de los adolescentes, concluyendo que la adolescencia a parte de ser una de las etapas más largas en la vida del ser humano, también está llena de cambios, tantos físicos como psicológicos, lo que genera una manera un tanto compleja de comprender todo este proceso.

Ahora, el desempeño de la conducta del adolescente viene acompañado de todo este proceso de cambio, en donde la persona está expuesta a distintos estímulos y factores que influencian su comportamiento, esta influencia como tal predispone de un sentido de adaptación, aceptación y por consiguiente pertenencia.

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES
e-ISSN 2806-5972

A medida que el adolescente interactúa con sus pares, también es capaz de desarrollar ciertas habilidades que le permiten adaptarse al entorno, sin embargo, esta adaptación suele ser en ocasiones conflictiva y conveniente, es decir, el querer pertenecer provoca en ocasiones que se llegue a modificar la conducta, o inclusive, la percepción o el nivel de importancia que les da la persona a las cosas. He aquí, en donde este adolescente desarrolla una conducta que puede ser conflictiva para su vida diaria, aunque en un principio no sea tan evidente, la necesidad de aceptación de los pares, conlleva a comportarse de manera tal que prefiera pasarse tres horas interactuando en la red antes que terminar la tarea. Y es que, el problema no radica tanto en el tiempo que puedes dedicarle a algo que quizá te cause cierto tipo de distracción, el problema radica en el uso y significado que le da la persona a aquello.

En la actualidad, las redes sociales han sido protagonistas de varios encuentros que parecían imposibles a larga distancia, han permitido plantear un modo más de comunicación e interacción entre los seres humanos, por ello, en esta investigación no se busca satanizar las redes sociales, más bien se pretende promocionar el buen uso de las mismas, proveer de una mejor comprensión, sobre el daño que puede causar un uso inusual.

Es importante que se dé a conocer en cada una de las instituciones educativas las distintas causas y consecuencias del uso inadecuado de las redes sociales, sobre todo, que no sea un tema que solo se trabaje con los adolescentes, sino también con los padres, son ellos quienes deben fomentar esta información, y hacerla parte del estilo de crianza, en donde los hijos aprendan a valorar más el tiempo que puedan pasar desconectados, pero compartiendo con quienes están de manera presencial con ellos, la interacción cara a cara es importante para desarrollar la capacidad de habilidades sociales, una comunicación asertiva, el buen manejo del lenguaje, una excelente comprensión del lenguaje no verbal, y una conducta con respuestas más adaptativas al medio que les rodea.

Sucede que cuando existe una adicción, de cualquier índole, aquellas habilidades antes mencionadas, se pierden, se deterioran y pasan a segundo plano en la vida del ser humano. Es decir, no solo se habla del tiempo que pasas conectado a una red social, sino de todo lo que puedes perder debido a ese tiempo que probablemente no produce algún beneficio en tu vida.

Si bien es cierto, la conducta adolescente es de por sí compleja, por todo el proceso de cambios que conlleva, cuando es afectada por cualquier tipo de adicción, se vuelve en ocasiones imposible, análisis que permite a parte de toda la información recopilada, concluir que sí existe una estrecha relación entre la adicción a las redes sociales y la conducta de los adolescentes, y sobre todo que el riesgo de esta adicción, está más relacionado al tipo de personalidad, autopercepción, nivel de autoestima, o situación de estrés que presente el adolescente. Por lo cual, es importante que más adelante se pueda desarrollar un abordaje más profundo sobre la adicción a las redes sociales, y, por consiguiente, un plan de tratamiento o intervención para este tipo de adicciones, que contenga con más claridad, sus causas y consecuencias.

Conclusión

En la presenta investigación se muestran evidentes resultados que involucran el uso inadecuado de redes sociales, la autoestima, la interacción entre pares, la falta de habilidades sociales, el nivel de inteligencia emocional, etc., modificando su conducta e interfiriendo en varias de sus actividades diarias.

La influencia de las redes sociales en la vida de los adolescentes se manifiesta en la preferencia por la interacción virtual en lugar de compromisos diarios, lo cual puede generar una conducta conflictiva en términos de prioridades y responsabilidades.

El problema no reside únicamente en el tiempo dedicado a las redes sociales, sino en la percepción y significado que los adolescentes les otorgan, siendo crucial considerar cómo afecta sus habilidades sociales, comunicación y manejo del tiempo.

Se debe promover un buen uso de las redes sociales, involucrando tanto a las instituciones educativas como a los padres en la educación sobre las causas y consecuencias del uso inadecuado. Además, señala la necesidad de abordar la adicción a las redes sociales considerando factores individuales psicológicos.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de interés en la presente publicación en ninguna de sus fases.

Referencias Bibliográficas

Amador Ortiz. (2021). *Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura.* Obtenido de Redalyc: https://www.redalyc.org/journal/4419/441970374004/html/

Andrade Salazar, & Hurtado Clavijo. (2022). *Estado del consumo de sustancias psicoactivas en el departamento del Quindío, Colombia (2019-2021).* Obtenido de Redalyc: https://www.redalyc.org/journal/5177/517775534010/517775534010.pdf

Barros B., Hernández R., Vanegas Q., Cedillo M., Alvarado H., & Cabrera., J. (2017). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 20*(3):42-68. https://medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173d.pdf

Boyd, D. (2014). It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press.

Cango Cobos, & Suárez Monzón. (2021). *Consumo de droga en estudiantes ecuatorianos. Una alternativa de prevención y desarrollo resiliente del alumnado desde la escuela.* Obtenido de Redalyc: https://www.redalyc.org/journal/2431/243169780022/html/

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES
e-ISSN 2806-5972

Crespo, S., Vázquez, E., & López, E. (2021). Impacto del contexto educativo en el comportamiento adolescente desajustado en las redes sociales virtuales. *Campus Virtuales*, *10*(2), 69-83.

Cuadrado, A. P., & Cuesta, Concepción, M. (2024). *Trabajo fin de grado: adición a las redes sociales.* Uva.es. Recuperado el 18 de enero de 2024, de https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/62541/TFG-G6448.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Guillermo Anasicha. (2020). *Dimensiones de personalidad, ansiedad y craving en adolescentes con diagnóstico de trastorno de dependencia de sustancias.* . Obtenido de Universidad del Azuay: https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/10160/1/15790.pdf

Hernández, J., Ortiz, M., Martínez, J., Ramírez, A., & Miramontes, A. (2019). Adicción a internet: el caso de adolescentes de cinco escuelas secundarias de méxico. *Enseñanza e investigación en psicología,* (SI), 34-46. Obtenido de: http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/HomRevRed.jsp?iCveEntRev=292

Huamán Moya, & Macukachi Garcia. (2022). *La adicción a las redes sociales en adolescentes: revisión sistemática.* Obtenido de Universidad Nacional del Centro del Perú: https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/reflexiones/article/download/1648/1808/4069

Iglesias, A., & Minetto, A. (2022). Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte. https://hdl.handle.net/11537/32199

Klimenko, O., Cataño, Y., Otálvaro, I., & Úsuga, J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, *24*(46), 123-155. https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(3), 311. https://doi.org/10.3390/ijerph14030311

Lozano-Muñoz, N., Borrallo-Riego, Á., & Guerra-Martín, M. D. (2022). Influencia de las redes sociales sobre la anorexia y la bulimia en las adolescentes: una revisión sistemática. *In Anales del sistema sanitario de navarra 2*(45). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud. Recuperado de: https://dx.doi.org/10.23938/assn.1009

Marlatt, G., & Gordon, J. (1985). *Relapse prevention: A self-control strategy for the maintenance of behavior change.* Guilford.

Muñoz, N., & Ramírez, S. (2016). Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. *PsicoEducativa: Reflexiones Y Propuestas, 2*(4), 46–52. https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/32

Palencia Cuadrado. (2023). Adición a las redes. Universidad de Valladolid: https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/62541/TFG-G6448.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Prieto Quezada, & Romero Sanchez. (2023). Adicción a las TIC. Perspectiva docente desde tres centros universitarios. *Revista de educación, 1*(18). https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.04

Peris, M., Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet, fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes, 5*(2), 30-36. Obtenido de: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399729

Rivera, J., & Araujo, E. (2020). Relación entre inteligencia emocional y riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de educación superior no universitaria de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica Herediana*, *13*(1), 1-11. Obtenido de: https://doi.org/10.20453/rph.v13i1.3848

Roque, D., Álvarez, M., Gastelo, K., Ramírez, C. (2022). Adicción a redes sociales y agresión en los adolescentes de la provincia de San Martín. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, *15*(1), 60-69. Obtenido de: https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1756

Terrell, Amanda. (2019). Twenge, J. M. (2017). iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood and What That Means for the Rest of Us. New York, NY: Atria. ISBN: 978-1-5011-5201-6 paperback. 342 pp.. Family and Consumer Sciences Research Journal. 48. 10.1111/fcsr.12345.

Valdes García, & Dominguez Mateos. (2023). *Consumo de drogas: enfrentamiento a un problema latente.* Obtenido de Redalyc: https://www.redalyc.org/journal/3684/368475187008/368475187008.pdf

Varchetta, & Fraschetti. (2020). *Adicción a redes sociales, Miedo a perderse experiencias (FOMO) y Vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios.* Obtenido de Redalyc: https://www.redalyc.org/journal/4985/498571970005/html/

PSIDIAL
PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

e-ISSN 2806-5972

World Health Organization. (2021). International Classification of Diseases 11th Revision. Retrieved from https://icd.who.int/

Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior, 1*(3), 237-244. https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237

Contribución de Autores

Autor	Contribución
Cristina Yelena Pacheco Aguayo Martín Augusto Valdivieso Cobeña	Toma de los datos, redacción del documento, discusión de resultados, introducción, resumen y revisión