



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA**

**USO DE INTERNET Y REDES SOCIALES EN UN GRUPO DE ADOLESCENTES
DE NIVEL SECUNDARIA, UN TEMA A ATENDER DESDE LA TUTORÍA**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADAS EN PEDAGOGÍA**

PRESENTAN:

**ANA KAREN AGUILAR GÓMEZ
PATRICIA LÓPEZ MARTÍNEZ**

ASESORA:

MTRA. DOLORES GUADALUPE MEJÍA RODRÍGUEZ

CIUDAD DE MÉXICO, JULIO DE 2025



Secretaría Académica
Área Académica 5
Teoría Pedagógica y
Formación Docente
Programa Educativo:
Licenciatura en Pedagogía
Ciudad de México, marzo 28 de 2025.

TURNO MATUTINO
F(01) S(11)

DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **ANA KAREN AGUILAR GÓMEZ Y PATRICIA LÓPEZ MARTÍNEZ**, pasantes de esta Licenciatura, quienes presentan la **TESIS** titulada: **"ADICCIÓN A INTERNET Y REDES SOCIALES EN LA ADOLESCENCIA, UN PROBLEMA A ATENDER DESDE LA TUTORÍA"**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y dictaminación. Se le recuerda que con base en el Artículo 37, numeral V del Reglamento general para la obtención del título de licenciatura de la Universidad Pedagógica Nacional deberá entregar su dictamen por escrito en un plazo de 20 días hábiles, contados a partir de la recepción del trabajo de titulación y enviarlo a la Comisión de titulación.

JURADO	NOMBRE
Presidente (a)	MARÍA DEL CARMEN MÓNICA GARCÍA PELAYO
Secretaria (o)	DOLORES GUADALUPE MEJÍA RODRÍGUEZ
Vocal	JUAN HERNÁNDEZ FLORES
Suplente	PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

Atentamente
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

GEORGINA RAMÍREZ DORANTES
Presidente de la Comisión de Titulación
Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía

2º. Actualización del oficio de designación de sinodal en jurado de examen profesional, con base en el reglamento de titulación vigente publicado en la Gaceta UPN, No. 139, abril-mayo, 2019, aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía y por la Comisión de titulación el 21/03/25.

c.c.p.- Comisión de Titulación.

Alumnas.

GRD/eco

AGRADECIMIENTOS

Primeramente, agradezco a Dios por darme el valioso privilegio de entrar a esta carrera tan maravillosa que es la Pedagogía, por permitirme llegar hasta este día que es muy importante para mí, dándome las herramientas necesarias para culminar con éxito mi trabajo de investigación y hacerme entender que los sueños si se hacen realidad cuando los deseas con todo el corazón. Asimismo, por haberme guiado desde siempre y ser mi fortaleza en los momentos más difíciles.

A lo largo de este duro proceso de investigación, he tenido la suerte de contar con el apoyo de muchas personas que han contribuido de diferentes maneras a la culminación de esta tesis.

Me gustaría expresar mi más profundo agradecimiento a la Universidad Pedagógica Nacional, por ofrecerme la oportunidad y los recursos necesarios para llevar a cabo este gran proyecto.

Agradezco de todo corazón a mis maestros y maestras, las enseñanzas brindadas a lo largo de estos 4 años que estuve en la carrera, por transmitirme los conocimientos necesarios para hoy poder estar aquí, dé todos me llevo un gran aprendizaje y sé que lo aprendido jamás lo olvidaré.

Quisiera expresar mi más sincero reconocimiento a mi asesora de tesis, la profesora Dolores Guadalupe Mejía Rodríguez, por su paciencia, orientación y consejos durante este tiempo de investigación. Su amplia experiencia en el ámbito y dedicación han sido clave para el desarrollo de este proyecto.

A mi compañera de tesis, Patricia López Martínez, quien con su dedicación y trabajo en equipo hizo posible este trabajo. Gracias por cada conversación, cada idea compartida y por ser un apoyo constante. Juntas hemos crecido profesional y personalmente, estoy agradecida por cada momento compartido espero que sigamos cosechando éxitos juntas en el futuro.

Así mismo, a mi familia por ser un apoyo y motivación, siempre alentándome a seguir mis sueños y alcanzar mis metas académicas.

Y por último siendo la persona más importante mi novio Edgar San Martín Araujo, a ti, mi compañero de vida, mi confidente y mi mayor fan, dedico este logro. Tu amor ha sido el regalo más grande en mi vida, no hay palabras suficientes para agradecer la paciencia, el amor y la constante motivación que me has brindado. Eres la razón por la que perseguí mis sueños hasta el final. Cada día me inspiraste a ser mejor, a estudiar más duro y a no rendirme.

Esta celebración es tan mía como tuya, mi amor. Detrás de cada logro mío, está tu inmenso amor y apoyo. Gracias por ser mi motivación constante, en los días buenos y en los malos.

Finalmente, agradezco a todos los que han sido parte de mi formación. Su influencia ha reafirmado mi convicción de que Educar para Transformar es esencial para el desarrollo humano y social. Que este trabajo sirva como un pequeño aporte a la gran tarea de transformar nuestro entorno a través de la educación.

AGRADECIMIENTOS:

Quiero expresar mi más sincero y profundo agradecimiento a mi Santo Niño Dulce Nombre de Jesús, a Dios y a las personas más importantes en mi vida que han sido fundamentales en la culminación de mi tesis.

A mi mamá: Paula Martínez Reyes, gracias por ser mi modelo a seguir, mi inspiración y apoyo. Tu sabiduría, experiencia y consejos han sido fundamentales para mí en este proceso. Gracias por ayudarme económicamente. Tu amor y orgullo han sido un gran motivador para mí. Estoy eternamente agradecida por tener una madre como tú.

A mi papá: Faustino López Martínez te agradezco por ser mi apoyo y mi guía en todo momento. Tu confianza, paciencia y sacrificio han sido la fuerza que me ha impulsado a seguir adelante. Gracias por ayudarme económicamente, por creer en mí y darme la mejor de las herencias, mis estudios. Tu influencia en mi vida ha sido invaluable, y estoy eternamente agradecida por tener un padre como tú.

A mis hermanos: Rogelio y Ruben, gracias por ser mis compañeros de vida. Su apoyo, comprensión, amor y ayuda han sido fundamentales para mí en este proceso.

A mis sobrinas: Vane y Fati quiero agradecerles por ser una fuente de inspiración y alegría en mi vida. Gracias por ser mis pequeños ángeles, por llenar mi vida de risas y de amor. Su presencia en mi vida, su curiosidad, energía y entusiasmo han sido una gran motivación para mí en este proceso. Agradezco por recordarme la importancia de la curiosidad y la creatividad en la vida.

A mi compañera de tesis y amiga: Ana Karen Aguilar Gómez gracias por ser mi compañera de aventuras, mi confidente y mi apoyo en este proceso. Tu amistad, colaboración y motivación han sido fundamentales para mí. Gracias por estar siempre dispuesta a escucharme, aconsejarme y a trabajar juntas para alcanzar nuestros objetivos. Tu influencia en mi vida ha sido invaluable, y estoy eternamente agradecida por tener una amiga y compañera como tú.

A mi amiga Airam Aseret y mi amigo José Eduardo: gracias por ser una fuente de apoyo, consuelo y alegría, por estar siempre ahí para mí, por escucharme y hacerme reír en los momentos más difíciles. Su amistad es un regalo invaluable que atesoro profundamente. Su presencia en mi vida ha sido un faro de luz en momentos de oscuridad, y un recordatorio constante de que no estoy sola. Gracias por ser mi confidente, mi consejer@ y amig@.

A mi asesora: Dolores Guadalupe Mejía Rodríguez, deseo expresar mi más sincero agradecimiento por su guía, apoyo constante, escucha, retroalimentación constructiva y sobre todo por su dedicación en la dirección de nuestra tesis. Gracias por creer en mí y en mi capacidad para realizar este trabajo. Su experiencia, sabiduría y consejo han sido fundamentales en este proceso. Su influencia académica desde 1er y 2do semestre, así como en la opción de campo procesos psicosociales ha sido invaluable, estoy eternamente agradecida por tener una asesora y maestra como usted.

A los sinodales: Gracias por su tiempo, dedicación y retroalimentación en este proceso. Sus comentarios y sugerencias han sido fundamentales para mejorar en el trabajo y para asegurarnos que nuestra tesis sea lo mejor posible. Gracias por su profesionalismo y compromiso con la excelencia académica.

A la Universidad Pedagógica Nacional Unidad Ajusco quiero expresar mi más sincero agradecimiento a esta casa de estudios por brindarme la oportunidad de culminar mi licenciatura y brindarme una formación de alta calidad que me ha permitido crecer como persona y como profesional. Ha sido un espacio de aprendizaje y crecimiento que me ha permitido desarrollar mis habilidades y conocimientos en el campo de la educación. Gracias por la dedicación de los profesores y la calidad de enseñanza. Estoy orgullosa de ser parte de esta comunidad universitaria “Educar para Transformar” y por haber encontrado mi vocación.

A todos ustedes, gracias por ser parte de este proceso y por ayudarme a alcanzar mi objetivo. Su apoyo, su guía y su influencia han sido fundamentales para mí, estoy eternamente agradecida por tener personas como ustedes en mi vida. Los quiero mucho.

Con todo mi aprecio y agradecimiento.

ÍNDICE	pág
INTRODUCCIÓN	3
CAPÍTULO 1. METODOLOGÍA	
1.1 Metodología o estrategia de investigación	8
1.2 Estudio de caso	11
1.3 Tipos de muestra	14
1.4 Instrumentos aplicados en la investigación	16
1.5 Simbología	20
CAPÍTULO 2. CONCEPTOS CLAVE: DEFINICIONES DE LA INVESTIGACIÓN	
2.1 ¿Qué es la adolescencia?	22
2.2 ¿Qué es internet?	25
2.2.1 Características de internet	32
2.3 Políticas de privacidad de internet	34
2.4 ¿Qué son las redes sociales?	36
2.4.1 Características de las redes sociales	45
2.5 Políticas de privacidad de las redes sociales	53
2.6 Identidad digital	59
2.7 Huella digital	64
CAPÍTULO 3. ALGUNAS SITUACIONES DE RIESGOS EN LA ERA DIGITAL	
3.1 Situaciones de riesgo	71
3.2 Dependencia y adicción	73
3.3 Adicciones de conectividad	79
3.4 Adicción a internet	85
3.5 Adicción a redes sociales	86
CAPÍTULO 4. LA ORIENTACIÓN Y LA TUTORIA COMO ACOMPAÑAMIENTO	
4.1 Pautas de consumo	89
4.2 Factores de protección	91

4.3 Acerca de la orientación y la tutoría	99
4.4 Principios de la orientación	103
4.5 Áreas de la orientación	109
4.6 Modelos básicos de la orientación	114
CONCLUSIONES	121
REFERENCIAS	126
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

Al ser la adolescencia una etapa crucial en el desarrollo humano, caracterizada por la búsqueda de identidad y la exploración de roles sociales, se ve inmersa en infinidad de experiencias, entre ellas el acceso a entornos digitales. Internet y las redes sociales, herramientas que ofrecen inmensas posibilidades de aprendizaje, conexión y entretenimiento, se han convertido en elementos indispensables en la vida cotidiana de todas las personas, incluyendo a los y las adolescentes. Es una ventaja saber que disponemos de medios casi inmediatos de comunicación y de que con un clic tenemos información variada de todos los temas que necesitemos consultar, sin embargo, esta nueva forma de comunicarnos, relacionarnos e informarnos puede traer consigo riesgos significativos: el ciberbullying, el ciber acoso, el robo de datos personales, la pornografía, la extorsión, el uso indiscriminado de internet y las redes sociales, que puede derivar en una adicción y convertirse en un problema creciente que demanda una atención urgente y estrategias de intervención efectivas.

Los dispositivos electrónicos (celular, tablet, laptop, entre otros), el acceso casi ilimitado a internet y la creciente influencia de las redes sociales han transformado radicalmente la forma en que los y las adolescentes interactúan con el mundo. Mientras que la tecnología ofrece oportunidades inigualables para el aprendizaje, la socialización y el acceso a la información, también presenta desafíos significativos.

El uso constante y permanente a internet y las redes sociales, lejos de ser un fenómeno aislado, se puede convertir en un problema social que afecte a un porcentaje considerable de adolescentes, principalmente si estos dejan de hacer otras actividades por permanecer conectados a la red. El punto extremo sería una adicción, la cual no se limita a un simple uso excesivo de la tecnología; se caracteriza por una dependencia compulsiva, pérdida de control sobre el tiempo dedicado a las actividades online y la aparición de síntomas de abstinencia cuando se limita el acceso a internet o las redes sociales.

Para Echeburúa y Requesens (2012):

(...) cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses (p. 49).

Lo que caracteriza a una adicción, de acuerdo con Gutiérrez y Vásquez (2019), es la pérdida de control y la dependencia, ya que existe una necesidad compulsiva de consumir la sustancia o realizar una actividad adictiva, a menudo sin tener control sobre ello; de esta forma, con el tiempo, se necesita más cantidad de la sustancia o se requiere más tiempo dedicado a la actividad adictiva para lograr los mismos efectos.

Las consecuencias de esta adicción pueden tener un impacto negativo en la vida de los adolescentes, afectando su rendimiento académico (Echeburúa y Requesens, 2012 y Arab, 2015), sus relaciones interpersonales (Gutiérrez y Vásquez, 2019; Cornejo y Tapia, 2011 y Echeburúa y Requesens, 2012), su salud física como lo señala uno de los tutores (T2) en la pregunta 27 del cuestionario que elaboramos dirigido a tutores (ver anexo #4), etc.

En el caso del manejo de redes sociales, la búsqueda constante de validación social a través de un "me gusta" y comentarios favorables, la presión de grupo para mantenerse conectados y la facilidad con la que se puede acceder a contenido, contribuyen a la creación de usos desmedidos de estos recursos, que tendrían que ser vistos como eso, un recurso y no una finalidad.

La baja autoestima, la ansiedad, la depresión y la soledad pueden llevar a los adolescentes a buscar refugio en el mundo virtual, donde encuentran una sensación de pertenencia y aceptación que les falta en la vida real. Los factores sociales, como la presión de grupo, la influencia de los pares, la falta de alternativas de ocio saludables, el acceso fácil y constante a dispositivos móviles, la presión social para mantener una presencia activa en redes sociales y la falta de límites claros por parte

de los padres o tutores pueden contribuir al desarrollo de factores de riesgo que pueden derivar en una adicción.

El uso excesivo de internet y de diversas plataformas (Facebook, WhatsApp, Instagram, TikTok, YouTube, entre otras), puede llevar a un deterioro significativo en el rendimiento académico, debido a la falta de concentración y la disminución del tiempo dedicado al estudio. Las relaciones interpersonales también se ven afectadas, ya que el tiempo dedicado a las redes sociales resta tiempo para las interacciones cara a cara, lo que puede provocar aislamiento social, así como la falta de habilidades para gestionar el tiempo y la falta de alternativas de ocio saludables pueden aumentar la vulnerabilidad de los adolescentes, presentando dificultades para establecer relaciones significativas y problemas en la comunicación familiar.

La exposición constante a imágenes idealizadas y a la presión social en las redes sociales puede contribuir al robo de identidad y robo de contraseñas. De acuerdo con Echeburúa (2000), algunos signos y síntomas de la adicción a internet y redes sociales pueden desencadenar algunos problemas como la ansiedad, la depresión, la baja autoestima, los trastornos del sueño, el descuido de actividades (tiempo con la familia, relaciones sociales, trabajo o el cuidado de sí mismo) y el aislamiento social.

En este contexto digital, la construcción de la identidad adolescente se ve profundamente influenciada por la creación de una identidad digital. Los y las adolescentes construyen una representación de sí mismos en línea, a través de perfiles en redes sociales, imágenes, videos y publicaciones. Esta identidad digital puede generar tensiones y conflictos. Por ejemplo, la presión por mantener una imagen idealizada en línea puede llevar a comportamientos riesgosos, como la publicación de información personal o la búsqueda de la aprobación social.

La identidad digital se entrelaza estrechamente con la huella digital, el rastro que cada individuo deja en internet a través de sus actividades en línea. Esta huella digital, que incluye datos personales, imágenes, videos, publicaciones y búsquedas, puede tener consecuencias a largo plazo en la vida de los y las adolescentes, ya que, la información

publicada en línea puede ser accesible a un público amplio, instituciones educativas y desconocidos, lo que puede tener implicaciones para su futuro profesional, familiar, social y personal. La falta de conciencia sobre la permanencia de la información en línea y las implicaciones de la huella digital puede llevar a los y las adolescentes a tomar decisiones riesgosas que pueden afectar su reputación y su futuro. La gestión responsable de la identidad y la huella digital es, por lo tanto, un aspecto crucial en la prevención de problemas relacionados con el uso a internet y redes sociales.

Es por ello que es fundamental desarrollar estrategias de intervención efectivas que promuevan el desarrollo integral de los y las adolescentes. La tutoría (que es una estrategia de la orientación educativa), puede constituirse como herramienta de orientación y apoyo, porque en la escuela juega un papel crucial en este proceso, ya que la figura del tutor, con su capacidad para establecer una relación de confianza con él o la adolescente, puede ser fundamental para identificar los signos de que se está presentando una problemática y, de esta forma, proporcionar apoyo emocional, desarrollar estrategias de afrontamiento y promover un uso adecuado de internet y las redes sociales. La tutoría, en este contexto, no se limitaría a la simple supervisión del uso de la tecnología; implicaría un acompañamiento integral que aborde las necesidades individuales del y la adolescente, considerando sus fortalezas, debilidades y contexto sociocultural.

Una vez dicho lo anterior, y para comprender mejor el tema, describiremos, de forma general, lo que abordamos en cada uno de los capítulos de este documento.

En el capítulo 1, se presenta la metodología utilizada para llevar a cabo la investigación, en esta investigación utilizamos el estudio de caso, debido a que el caso es único, diferente y, bajo ninguna circunstancia, nos atrevemos a generalizar la información que obtuvimos. Dentro del capítulo 2, se abordan los conceptos clave y definiciones fundamentales relacionados con la investigación sobre el uso de internet y redes sociales, que puede derivar en situaciones de riesgo, entre ellos una adicción, estos términos son esenciales para contextualizar el estudio y facilitar una interpretación adecuada de los fenómenos investigados. Se identifican los factores que

pueden predisponer a los adolescentes a desarrollar distintos comportamientos en el uso de internet y redes sociales.

Como parte del análisis, en el capítulo 3, exploramos la compleja relación entre el uso de internet y redes sociales en la era digital. Se analiza cómo el entorno digital, con sus mecanismos de refuerzo, puede contribuir al desarrollo de un uso excesivo de internet y redes sociales en los y las adolescentes.

Finalmente, en el capítulo 4, nos centramos en el papel fundamental de la orientación y la tutoría en la prevención y el abordaje de la problemática analizada en los capítulos anteriores. Se exploran los principios, áreas, funciones y modelos de la orientación educativa, así como el rol de la tutoría en el acompañamiento de los y las adolescentes. Se describe cómo la orientación y la tutoría pueden contribuir al desarrollo de factores de protección y la construcción de una buena relación con la tecnología.

CAPÍTULO 1 METODOLOGÍA

Este capítulo describe la metodología empleada en la presente investigación, cuyo objetivo es comprender el uso que le dan los y las adolescentes a internet y redes sociales. Para alcanzar este objetivo, se ha optado por un enfoque cualitativo, mediante el diseño de estudio de caso. Para la recolección de datos, se utilizó un cuestionario (ver anexo #1y #2) que es un instrumento de tipo mixto, el cual nos permitió obtener información de la muestra objeto de esta investigación. En las siguientes secciones, se detalla el proceso de selección de la muestra, la descripción de los instrumentos de recolección de datos, el procedimiento de análisis de estos que guiaron la investigación.

1.1 Metodología o estrategia de investigación

El enfoque que guía el presente trabajo de investigación se basa en comprender y explorar los fenómenos desde una perspectiva profunda y contextual. De acuerdo con Sandín (2003), citado en Bisquerra (2009), la investigación cualitativa es “una actividad sistemática orientada a la comprensión en profundidad de fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenarios socioeducativos, a la toma de decisiones y también hacia el descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimiento” (p. 276).

Para Hernández, Fernández y Baptista (2014), el enfoque cualitativo “utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (p. 7). Este enfoque se utiliza con el propósito de examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados.

Para Bisquerra (2009) la investigación cualitativa se caracteriza por:

- a) cuestionar que el comportamiento de los sujetos sea gobernado por leyes generales;
- b) enfatizar la descripción y la comprensión de lo que es único y particular en vez de las cosas generalizables;
- c) abordar una realidad dinámica, múltiple y holística, a la vez que

cuestiona la existencia de una realidad externa; d) proceder a la comprensión y a la interpretación de la realidad educativa desde los significados y las intenciones de las personas implicadas; e) la realidad educativa la analiza el investigador que comparte el mismo marco de referencia que las personas investigadas, en contraposición con el observador externo, objetivo e independiente, propio de la metodología cuantitativa (p. 276).

Mientras que Hernández, Fernández y Baptista (2014), mencionan que las características que posee el enfoque cualitativo es que:

(...) se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos (p. 7).

Con frecuencia, dichas actividades sirven primero para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes y después para perfeccionarlas y responderlas.

Morse (1994), citado en Abero, Berardi, Capocasale, García y Rojas (2015), plantea seis fases de un diseño cualitativo:

Fase 1: De reflexión (planteo del tema, preguntas guía, identificación del enfoque paradigmático).

Fase 2: De planeamiento (selección del contexto y la estrategia metodológica, organización del investigador y escritura del proyecto).

Fase 3: De entrada (selección de los informantes calificados y de los casos a estudiar, concreción de entrevistas y observaciones)

Fase 4: De recogida productiva y análisis preliminar.

Fase 5: De salida de campo y análisis intenso

Fase 6: De escritura (p. 102).

Asimismo, la definición del problema a investigar permitirá que identifiquemos el fenómeno que deseamos estudiar y formular preguntas de investigación, posteriormente revisaremos estudios previos relacionados con el tema de nuestro interés, seguido del diseño metodológico, la recolección y análisis de datos para, finalmente, interpretar y redactar los resultados.

De acuerdo con los autores antes mencionados, el enfoque cualitativo sirve como una herramienta invaluable en la investigación social y humana al permitir una comprensión profunda y contextualizada de fenómenos complejos. A través de métodos como entrevistas, grupos focales y observaciones, este enfoque facilita la exploración de las experiencias, percepciones y significados que las personas atribuyen a sus vidas y entornos. También permite abordar preguntas relacionadas con comportamientos, relaciones y procesos sociales, así como para descubrir patrones y tendencias emergentes en contextos específicos.

Este enfoque es importante para las investigaciones, ya que “los métodos cualitativos no manipulan ni ‘controlan’, sino que relatan hechos, y han demostrado ser efectivos para estudiar la vida de las personas, la historia, el comportamiento, el funcionamiento organizacional, los movimientos sociales y las relaciones de interacción” (Sabariego, Massot y Dorio, 2009, p. 293), puesto que, a través de este, se llevan a cabo observaciones y se evalúa la naturaleza de los fenómenos que involucran una problemática, permitiendo crear hipótesis o ideas, que, a partir de los datos observados, se demuestra si son ciertas.

De acuerdo con Sabariego, Massot y Dorio (2009), los investigadores buscan conocer nuevos aspectos. Es por eso que el enfoque cualitativo es importante, si se quiere realizar una buena investigación es necesario aplicar técnicas o utilizar instrumentos para así conseguir dar la solución y respuesta a preguntas que ya se habían planteado, reuniendo información, de tal modo que cada investigador refleje su manera de pensar y exprese sus conocimientos a partir de observaciones sobre la realidad. Es por ello, por lo que a continuación abordaremos el estudio de caso, ya que a través de este realizamos nuestro trabajo de investigación.

1.2 Estudio de caso

Durán (2012), menciona que “para la investigación cualitativa, el Estudio de Caso ha tenido gran importancia en el desarrollo de las Ciencias Sociales, de la Salud y la Educación” (p. 125). Es por ello que utilizamos esta metodología de estudio de caso, ya que nos permitió explorar y entender las experiencias, comportamientos y usos que los y las adolescentes le dan a estas herramientas tecnológicas. A continuación, se detallan los pasos y elementos clave para implementar esta metodología en la investigación.

Esta metodología es aplicable principalmente en el análisis de fenómenos sociales y educativos. Stake (1998, 1999) menciona en su definición que “es el estudio de la particularidad y de la complejidad de un caso singular, para llegar a comprender su actividad en circunstancias importantes” (p. 11). Esta metodología está diseñada para aquellos investigadores que desean profundizar el estudio de una situación determinada.

Stake (1998, 1999), define tres tipos de estudio de caso:

1.- Intrínseco: en este estudio:

El caso viene dado. No nos interesa porque con su estudio aprendamos sobre otros casos o sobre algún problema general, sino porque necesitamos aprender sobre ese caso particular. Tenemos un interés intrínseco en el caso, y podemos llamar a nuestro trabajo estudio intrínseco de casos (Stake, 1998, 1999, p. 16).

2.- Instrumental: El mismo autor menciona que, “la finalidad de este estudio de casos es comprender otra cosa” (p. 16). Son casos que pretenden generalizar a partir de un conjunto de situaciones específicas.

3.- Colectivo: en este estudio “quizá nos parezca oportuno elegir a varios profesores como objeto de estudio, y no sólo a uno. O quizá decidamos utilizar escuelas como casos, y elegir varias escuelas” (Stake, 1998, 1999, p. 16). Esto quiere decir que se investiga más de un caso siempre con un interés instrumental y para ello se eligen

varios casos porque el estudio de todos estos puede favorecer la comprensión de la teoría.

Por otra parte, Sabariego, Massot y Dorio (2009), definen al estudio de caso como:

(...) un método de investigación de gran relevancia para el desarrollo de las ciencias humanas y sociales que implica un proceso de indagación caracterizado por el examen sistemático y en profundidad de casos de un fenómeno, entendidos éstos como entidades sociales o entidades educativas únicas (p. 309).

Esto quiere decir que el estudio de caso es un método de investigación cualitativa que se ha utilizado ampliamente para comprender en profundidad la realidad social y educativa.

Asimismo, mencionan que “el estudio de caso sigue una vía metodológica común a la etnografía y, de hecho, suele utilizar estrategias etnográficas para el estudio de escenarios igualmente comunes (por ejemplo, el aula)” (p. 310).

Bartolomé (1992), citado en Sabariego, Massot y Dorio (2009), menciona que la finalidad tradicional del estudio de casos es “conocer cómo funcionan todas las partes del caso para generar hipótesis, aventurándose a alcanzar niveles explicativos de supuestas relaciones causales descubiertas entre ellas, en un contexto natural concreto y dentro de un proceso dado” (p. 310).

Dicho lo anterior, el estudio de caso puede funcionar como una herramienta introductoria, para conocer a mayor detalle sobre un tema específico, elaborar hipótesis y, posteriormente, conducir una investigación más profunda para comprobarla.

Green (2011), Robson (2011), Mertler y Charles (2010), así como Armenian (2009), citados en Hernández, Fernández y Baptista (2014), identifican algunas funciones o propósitos de los estudios de caso:

1. Generar descripciones vívidas de individuos o fenómenos.
2. Identificar patrones de un fenómeno en su ambiente natural.

3. Explicar las causas y cómo ocurren estos fenómenos, identificando sus causas.
4. Proveer datos para evaluar procesos, programas, individuos o ambientes.
5. Ilustrar descubrimientos.
6. Resolver problemáticas sociales, industriales, administrativas, económicas, políticas y de otro tipo (p. 2).

Por lo tanto, el estudio de caso se destaca como una herramienta poderosa y versátil en la investigación cualitativa y en la práctica educativa. Su capacidad para profundizar en contextos específicos y explorar fenómenos complejos permite a los investigadores y educadores obtener información valiosa. A medida que continuamos enfrentando desafíos en diversas áreas del conocimiento, el uso del estudio de caso ofrece una vía para entender y abordar problemas complejos de ciertas poblaciones. La población se refiere al conjunto de individuos o elementos que comparten una característica común y que son objeto de estudio en una investigación. Para Zellitz citado en Hernández, Fernández y Baptista (2006) “una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones” (p. 238).

Estos autores también mencionan que “las poblaciones deben situarse claramente en torno a sus características de contenido, de lugar y en el tiempo” (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p. 239).

De acuerdo con lo anterior, la población puede ser de distintos tamaños, desde un grupo pequeño de individuos hasta una población completa. Es importante definir claramente la población de estudio en la investigación, ya que esto determinará el alcance y la generalización de los resultados obtenidos. Además, la selección adecuada es crucial, para garantizar la representatividad de los resultados y la validez de las conclusiones.

La población con la que trabajamos, es un grupo de adolescentes, recordemos que la adolescencia es un momento de transición, descubrimiento, crecimiento y aprendizaje. Durante esta etapa, los adolescentes enfrentan una serie de desafíos y oportunidades

que moldearán su futuro y contribuirán a su desarrollo personal, social, emocional y profesional.

Esta población está integrada por 40 adolescentes de los cuales solo asistieron 36 el día de la aplicación del cuestionario, dando un total de 23 mujeres y 13 hombres; pertenecientes al grupo 2° C de la Escuela Secundaria Técnica y Agropecuaria N° 56 “Enrique Ramírez y Ramírez”, turno matutino. La edad promedio oscila entre los 12 y 14 años. Bosque y Aragón (2008) mencionan que la adolescencia:

(...) representa ese periodo de transición en el cual el individuo pasa física y psicológicamente desde la condición de ser un niño a la de ser un adulto; por lo general se considera su comienzo a los 12 o 13 años y termina alrededor de los 19 o 20 aproximadamente (p. 287).

Mientras que para el Instituto de la Juventud (injuve) la adolescencia es el “período de transición Bio-Psico-Social que ocurre entre la infancia y la edad adulta donde ocurren modificaciones corporales y de adaptación a nuevas estructuras psicológicas y ambientales que llevan a la vida adulta edad 10-20 años” (2007, p. 11). Cabe destacar que la noción de adolescencia la describiremos a detalle en el capítulo 2.

1.3 Tipos de muestra

Es importante mencionar que la técnica de muestreo utilizada para la presente investigación fue un método de muestreo no probabilístico por conveniencia la cual está definida por Otzen y Manterola (2017), como aquella que “permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador” (p. 230).

Para Hernández y Carpio (2019), este método se caracteriza por:

(...) buscar con mucha dedicación el conseguir muestras representativas cualitativamente, mediante la inclusión de grupos aparentemente típicos. Es decir, cumplen con características de interés del investigador, además de seleccionar intencionalmente a los individuos de la población a los que generalmente se tiene fácil acceso o a través de convocatorias abiertas, en el que las personas acuden

voluntariamente para participar en el estudio, hasta alcanzar el número necesario para la muestra (Hernández y Carpio, 2019, p. 78).

Por lo tanto, este método consiste en seleccionar una muestra de la población de manera conveniente para el investigador tal como se muestra en la figura (1), esta conveniencia se da, ya que, al investigador, le resulta más sencillo examinar a individuos, objetos o elementos por proximidad geográfica y economía, por ser sus amigos, o simplemente porque están fácilmente disponibles. Esta técnica de muestreo permite seleccionar una muestra con facilidad (facilidad del reclutamiento), se selecciona según la conveniente accesibilidad y proximidad de los elementos muestrales para el investigador. Es rápida, fácil y, sobre todo, los sujetos están disponibles.

Figura 1. Selección de muestra



Fuente: Elaboración propia con base en Hernández, R., Fernández, C y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. p. 170.

Trabajamos con el muestreo por conveniencia ya que la institución nos facilitó el acceso y la disponibilidad de horario, cabe aclarar que dicha población pertenece a un grupo en específico de nuestro interés, en este caso adolescentes. Es importante mencionar que la elección del muestreo por conveniencia se debe a la necesidad de acceder a una población específica y está fundamentada en consideraciones prácticas y metodológicas que se vinculan con los objetivos de la investigación.

En relación con el muestreo seleccionado para dicho trabajo, las técnicas de investigación son los métodos, herramientas e instrumentos específicos utilizados para obtener y analizar datos en un estudio, y así poder presentar los resultados. En el quehacer investigativo se cuenta con una diversidad de técnicas de investigación, las cuales cumplen la función de enriquecer y ampliar el marco de conocimientos que se poseen al inicio de todo proceso de investigación. De acuerdo con Tamayo (1994), las técnicas de investigación son las distintas formas de llevar a cabo encuestas, con el fin de recoger información y datos. Pueden incluir técnicas cualitativas, como entrevistas en profundidad o análisis de contenido, así como técnicas cuantitativas, como encuestas, experimentos o análisis estadístico.

1.4 Instrumentos aplicados en la investigación

Cabe mencionar que “las técnicas de investigación comprenden un conjunto de procedimientos organizados sistemáticamente que orientan al investigador en la tarea de profundizar en el conocimiento y en el planteamiento de nuevas líneas de investigación” (Maya, 2014, p. 4). Es importante seleccionar las técnicas de investigación adecuadas, para obtener la información representativa que nos acerque al objeto de estudio propuesto.

Por esta razón, decidimos utilizar la técnica por encuesta, para Cea D’Ancona (1999), citado en Abero et al (2015), la encuesta “busca información sobre la conducta, la experiencia de los sujetos, sus valores y actitudes, las características personales y sociales, así como sobre los relacionamientos que los individuos tienen con otro grupo social” (p. 156).

Es decir, una encuesta es una técnica de recopilación de datos que consiste en la formulación de preguntas específicas a un grupo de individuos seleccionados para obtener información sobre sus actitudes, creencias, experiencias, comportamientos u opiniones. Las encuestas pueden llevarse a cabo de forma presencial, por vía telefónica, por correo electrónico o mediante encuestas en línea, entre otros métodos. Para Abero, et al (2015), la encuesta se dirige a un grupo determinado de la población a estudiar, es decir, una muestra representativa de esa población. El propósito de una encuesta es obtener datos cuantitativos y cualitativos sobre determinados temas, lo que permite evaluar y comprender las percepciones y comportamientos de la población estudiada.

Algunas de las precisiones a la hora de elegir una modalidad de encuesta son: “el tema de investigación, la complejidad del cuestionario para aplicar, los sujetos a quien estará destinada, su amplitud y características socio-culturales, el tiempo que pretendemos utilizar en la aplicación y los recursos económicos y humanos que se dispongan” (Abero et al, 2015, p. 156).

La elaboración de la encuesta no empieza con la redacción de las preguntas, sino que requiere una serie de fases:

1. Definición de los objetivos del cuestionario.
2. Planificación del cuestionario, destacando sus diferentes apartados.
3. Elaboración y selección de las preguntas (abiertas, cerradas).
4. Análisis de la calidad de las preguntas.
5. Análisis de la fiabilidad y validez del cuestionario.
6. Redacción final de la encuesta (Torrado, 2009, p. 241).

Para Torrado (2009), la encuesta utiliza como instrumento la recogida de datos, tanto el cuestionario como la entrevista. Ambos, son útiles para las encuestas y la predicción de un fenómeno educativo, pero también son eficientes para una primera aproximación a la realidad o para estudios exploratorios.

Como se aprecia, una encuesta es una técnica de recopilación de datos que implica hacer preguntas a una población para obtener información y opiniones. Se puede llevar a cabo de manera presencial, telefónica o en línea, y puede incluir preguntas abiertas, cerradas o mixtas. Las encuestas permiten recopilar datos de manera eficiente y medir actitudes, comportamientos o características de una población determinada.

En relación con los cuestionarios se distinguen tres tipos, en función del tipo de preguntas que se incluyan: “cuestionarios cerrados, cuestionarios abiertos y cuestionarios mixtos. Este último es aquel tipo de cuestionario que contempla tanto preguntas abiertas como cerradas, de acuerdo con lo que requiere la investigación” (Abarca et al. 2013, pp. 129-130).

“Un cuestionario es un instrumento de recopilación de información compuesto de un conjunto limitado de preguntas mediante el cual el sujeto proporciona información sobre sí mismo y/o sobre su entorno” (Torrado, 2009, p. 240).

En otras palabras, un cuestionario es un instrumento que se utiliza para recoger información a través de una serie de preguntas estructuradas y estandarizadas. Los cuestionarios suelen contener una variedad de tipos de preguntas, como preguntas de opción múltiple, preguntas de escala Likert, preguntas abiertas, entre otro. Con él se pretende conocer lo que hacen, opinan o piensan los encuestados mediante preguntas realizadas por escrito.

Por tal motivo, en la presente investigación elaboramos y aplicamos un cuestionario mixto que incluyó tanto preguntas con respuestas predefinidas como preguntas que requerían una respuesta libre. Esto permite recopilar datos tanto cuantitativos como cualitativos. Los cuestionarios mixtos son utilizados cuando se desea obtener información sobre variables específicas y medibles, como también opiniones, percepciones y experiencias subjetivas de los participantes.

Por último, un cuestionario mixto es un tipo de cuestionario que combina preguntas cerradas (de opción múltiple, escalas) con preguntas, éstas últimas permiten que los participantes proporcionen respuestas detalladas y contextualizadas. Esta

combinación lleva a una recolección de datos más completa y profunda, ya que aborda tanto las respuestas cuantitativas como las cualitativas, proporcionando una visión detallada del tema bajo análisis.

El presente cuestionario fue de elaboración propia (ver anexo #1) diseñado para recopilar información sobre el uso de internet y redes sociales en adolescentes de la Escuela Secundaria Técnica y Agropecuaria N° 56 “Enrique Ramírez y Ramírez”, ubicada en la Ciudad de México específicamente en la Alcaldía Tlalpan durante el ciclo escolar 2024-2025, del turno matutino, específicamente con el grupo de 2°C, el cual está integrado por 40 adolescentes de los cuales 27 son mujeres y 13 son hombres. Así como analizar su conocimiento de los términos huella e identidad digital.

El objetivo del cuestionario es identificar el uso de internet y las redes sociales en la vida diaria de los adolescentes, Dicho cuestionario se aplicó el 16 de octubre de 2024, en un horario de 9:30 a 10:20 am.

A continuación, se describen los elementos clave del cuestionario:

Datos personales: Edad, género (masculino/femenino), grado y grupo, institución educativa.

Cuestionario sobre el uso a internet y redes sociales dirigido para los adolescentes. Está integrado por 38 ítems y consta de cinco dimensiones: internet (pregunta 1 a 12), redes sociales (preguntas 13 a 22), huella digital (preguntas 23 a 28), identidad digital (preguntas 29 a 34), internet y redes sociales en pandemia Covid-19 (preguntas 35 a 38), la mayoría de las preguntas tienen cuatro opciones.

El cuestionario sobre el uso a internet y redes sociales dirigido a tutores, está integrado por 29 ítems y consta de cuatro dimensiones agrupadas: internet y redes sociales (pregunta 1 a 17), huella digital e identidad digital (preguntas 18 a 22), internet y redes sociales en la pandemia por Covid-19 (preguntas 23 a 29), a diferencia del cuestionario dirigido a los adolescentes, en esta ocasión, la mayoría de las preguntas son abiertas.

Asimismo, decidimos elaborar tablas para concentrar la información (ver anexo #3), tomamos como referencia a los autores Taguenca, J y Vega, M (2012). Para el vaciado de la información del cuestionario, agregamos otros datos como sexo, e incluimos las respuestas de los y las adolescentes, así como las respuestas de los tutores.

La simbología que utilizamos en la investigación y que se ve reflejada en este escrito es la siguiente:

Símbolo	Género
F	Femenino
M	Masculino

Simbología para el vaciado de información de los y las adolescentes en las tablas (anexo 3)				
Adolescente	N°	Combinación	Tablas	Título
A	1	A1	1	Internet
A	2	A2	2	Redes sociales
A	3	A3	3	Huella digital
A	4	A4	4	Identidad digital
A	5	A5...	5	Internet y redes sociales en pandemia covid-19

Simbología para el vaciado de información de tutores en las tablas (anexo 4)				
Adolescente	N°	Combinación	Tablas	Título
T	1	T1	6	Internet y redes sociales
T	2	T2	7	Huella digital e identidad digital
T	3	T3...	8	Internet y redes sociales en pandemia covid-19

Como se aprecia, la metodología empleada en la presente investigación, tiene un enfoque cualitativo, a través del diseño de estudio de caso, complementado con la aplicación de un cuestionario. Se ha detallado el proceso de selección de la muestra, la descripción de los instrumentos utilizados (cuestionario), el procedimiento de recolección y análisis de datos que han guiado el desarrollo de la investigación. La combinación de estas estrategias metodológicas permitirá obtener una comprensión del fenómeno estudiado. La metodología empleada asegura la validez y confiabilidad de los resultados que se presentarán en los siguientes capítulos.

CAPÍTULO 2. CONCEPTOS CLAVE: DEFINICIONES DE LA INVESTIGACIÓN

En este capítulo nos adentramos en el análisis del contexto en el que se desarrolla la adolescencia en la era digital, explorando las situaciones de riesgo en esta etapa del desarrollo y su interacción con el uso de internet y las redes sociales. Examinaremos las características propias de la adolescencia, destacando su búsqueda de identidad, para luego contextualizarlas dentro del entorno digital. Se analizará el fenómeno de internet, describiendo sus características principales, sus riesgos y las políticas de privacidad, a menudo complejas y difíciles de comprender para los y las adolescentes. Posteriormente, profundizaremos en el impacto de las redes sociales en el desarrollo adolescente, examinando sus características y sus implicaciones para la construcción de la identidad. De igual manera, abordamos las políticas de privacidad en las redes sociales, así como la seguridad y privacidad de los datos personales de los y las adolescentes, así como la importancia de la educación en este ámbito. Finalmente, describimos los conceptos de identidad y huella digital, cruciales para comprender la experiencia de los y las adolescentes en el mundo digital.

2.1 ¿Qué es la adolescencia?

La adolescencia es una etapa de tránsito entre la infancia y la vida adulta. Durante esta etapa, el adolescente experimenta cambios físicos y psicológicos que afectan en todos los aspectos de su personalidad como cambios corporales, cambios en su estructura intelectual, en su mundo afectivo donde experimenta nuevas emociones y sentimientos, en su imagen del mundo y en su propio sentido de la existencia.

Bosque y Aragón (2008) mencionan que:

La palabra adolescente proviene del verbo latino *adolescere* que significa crecer hacia la madurez. Así también, la adolescencia es un constructo social ya que implica algunas costumbres, tradiciones y formas de concebir a quienes transitan en edades que van después de la niñez y antes de la adultez, por lo que representa ese periodo de transición en el cual el individuo pasa física y psicológicamente desde la condición de ser un niño a la de ser un adulto; por lo general se considera su comienzo a los 12 o 13 años y termina alrededor de los 19 o 20 aproximadamente (p. 287).

Mientras que el Instituto de la Juventud (injuve) menciona que la adolescencia es el “período de transición Bio-Psico-Social que ocurre entre la infancia y la edad adulta donde ocurren modificaciones corporales y de adaptación a nuevas estructuras psicológicas y ambientales que llevan a la vida adulta edad 10-20 años” (2007, p. 11).

Dicho lo anterior, Bosque y Aragón (2008), hacen referencia a que la adolescencia es una construcción social ya que implica algunas costumbres, tradiciones y formas de concebir a quienes transitan en edades que van después de la niñez y antes de la adultez, por lo que representa ese periodo de transición en el cual el individuo pasa física y psicológicamente desde la condición de ser un niño a la de ser un adulto.

La adolescencia es una etapa más de la vida de cada persona que comienza con la pubertad, y es el paso de la infancia a la vida adulta. En general, se acepta que el inicio de la adolescencia está señalado por los cambios anatómicos y fisiológicos que se producen en el organismo y que suelen ser progresivos.

Papalia, Wendkos y Duskin (2009) menciona que durante la adolescencia:

Cambia la apariencia de los jóvenes; debido a los sucesos hormonales de la pubertad, sus cuerpos adquieren una apariencia adulta. También cambia su pensamiento; son más capaces de pensar en términos abstractos e hipotéticos. Y sus sentimientos cambian acerca de casi todo. Todas las áreas del desarrollo convergen a medida que los adolescentes enfrentan su principal tarea: establecer una identidad, en la que se incluye la sexual, que llegará hasta su adultez (p. 457).

Por lo tanto, la adolescencia es un período complejo y multifacético, marcado por cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales. Es un momento crítico en el desarrollo humano, en el que los individuos buscan encontrar su identidad y un lugar en el mundo.

Aunado a lo anterior, la autora Luciana Volco (2016), propone la idea de que la tecnología puede ocupar distintas funciones, individual o socialmente en la vida de los y las adolescentes:

- La de una herramienta: es decir, que se puede pensar en juego virtual como una forma particular de juego y utilizarlo, tanto en la práctica clínica como en la vida cotidiana con niños y adolescentes y la computadora puede en esos dos contextos ser un mediador o un facilitador de intercambios y relaciones.
- La de una droga: si la utilización es excesiva, desconectar imposible o existe una ausencia de ritmo entre conexión y desconexión.
- La de un escudo de protección: cuando la pantalla protege de los intercambios potenciales o los impide.

Así mismo, menciona que:

(...) para 'arrancar' a un adolescente conectado de su pantalla, hay que desplegar una energía con la que no contamos siempre, la tentación de servirnos de la tecnología como 'niñera virtual' de nuestros niños y adolescentes es muy fuerte tanto como las presiones que sufrimos para cumplir con nuestras múltiples obligaciones de adultos (p. 3).

La tecnología ofrece diversas opciones de entretenimiento que pueden mantener a los niños y adolescentes ocupados mientras los padres realizan otras tareas, aunque, el uso excesivo de dispositivos puede llevar a que los niños pasen menos tiempo interactuando cara a cara con sus pares. Sin una supervisión adecuada, pueden acceder a contenido que no es apropiado para su edad. Los niños aprenden observando a sus padres. Si ven a sus padres usando la tecnología constantemente, pueden imitar ese comportamiento.

Asimismo, podemos destacar que los autores Claudio Rojas Jara, José Ramos Vera, Elizabeth Pardo González y Fabián Henríquez Caroca (2018) mencionan que:

Internet se ha transformado en un recurso indispensable en nuestras vidas, puesto que permite acceder a distintos contenidos de recreación y ocio, instrumentales y académicos, comunicacionales y sociales, entre muchos otros. Uno de los grupos etarios que mayormente utilizan dicha herramienta son los adolescentes, por lo que existe la preocupación por el uso que este público pueda darle al recurso (p. 267).

Es por ello que la creciente prevalencia en el uso excesivo de redes sociales, lleva a promover estrategias de prevención para prevenir e intervenir en sus efectos negativos.

2.2 ¿Qué es el internet?

Sain (s/f), menciona que la historia de Internet se inicia durante la etapa de desarrollo de la Gran Ciencia norteamericana de los años 50, en el marco de la batalla tecnológica librada entre el gobierno de los Estados Unidos y la Unión Soviética durante la Guerra Fría. Tras el lanzamiento del Satélite Sputnik en 1957 por parte de la administración soviética, el presidente norteamericano Dwight Eisenhower ordenó al Departamento de Defensa la creación de una agencia de investigación avanzada que realizara estudios acerca de material bélico y de comunicaciones.

Así nació el internet, como una red global de computadoras interconectadas que permite la comunicación, el intercambio de información, el acceso de servicios y recursos, y la distribución de contenidos a través de protocolos estandarizados. Es una herramienta fundamental en la era moderna para la educación, el trabajo, el entretenimiento y la interacción social.

La Universidad de Alicante menciona que el internet:

[...] es una red de ordenadores conectados en todo el mundo que ofrece diversos servicios a sus usuarios, como pueden ser el correo electrónico, el chat o la web. Todos los servicios que ofrece Internet son llevados a cabo por miles de ordenadores que están permanentemente encendidos y conectados a la red, esperando que los usuarios les soliciten los servicios y sirviéndose una vez son solicitados. Estos ordenadores son los servidores, los hay que ofrecen correo electrónico, otros hacen posible nuestras conversaciones por chat, otros la transferencia de ficheros o la visita a las páginas web y así hasta completar la lista de servicios de Internet (p. 3).

Internet facilita el acceso a la información a nivel mundial, la red es capaz de transmitir la información de manera inmediata. A través de éste, las personas pueden acceder a una amplia variedad de recursos y servicios en línea, como sitios web, correos

electrónicos, redes sociales, aplicaciones, entre otros. Así mismo, posibilita la conexión y la interacción entre individuos, empresas, instituciones, gobiernos y organizaciones de todo el mundo, facilitando la difusión de información, compras en línea, la educación a distancia y muchas otras actividades.

El INEGI (2022), presentó estadísticas de la población joven mexicana en donde señala, con base en la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH, 2021), que 35.3 millones son usuarios de Internet. Del total de hombres jóvenes, 92.2% (17.7 millones) emplea dicha tecnología; en el caso de las mujeres, 90.8% (17.6 millones) la usa (INEGI, 2022).

El doctor Agustín Morales (2025), menciona que hasta abril del año en curso (2025) existen alrededor de 5,640 millones de usuarios de internet a nivel mundial. En cuanto a México respecto al uso de internet datos de la INEGI arrojan que poco más de 100.2 millones de usuarios destinamos 4.5 horas a navegar en internet.

La ENDUTIH (2021), proporcionó información sobre los temas que las personas jóvenes usuarias de internet buscan y consultan. Un 74.6 % consultó tutoriales sobre temas de interés y 42.7 % lo ocupó como una herramienta para complementar su educación. Esta tendencia se mantiene en cada uno de los grupos de edad

A su vez, menciona que los tres temas más buscados en internet por las personas jóvenes fueron: información para actividades escolares (educación, investigación y tareas), con 71 por ciento (24.9 millones); temas de salud, con 64 por ciento (22.8 millones) e información sobre rutas y ubicación de lugares (GPS), con 57 por ciento (20.2 millones).

El uso de Internet en los adolescentes es cada vez más común en la sociedad actual. Esta herramienta les brinda acceso a una cantidad de información y les permite conectar con personas de todo el mundo. Sin embargo, también conlleva ciertos riesgos y desafíos que es importante tener en cuenta.

En el estudio realizado en esta investigación se preguntó a los participantes ¿Qué es para ti internet? Los resultados muestran que el 80% de los estudiantes encuestados

piensa que internet es una fuente de información, un lugar donde se pueden conectar a las redes sociales y un medio de comunicación. Tal como lo mencionan Martínez de Morentín y Medrano (2012), citados en Villanueva (2018), los adolescentes indican:

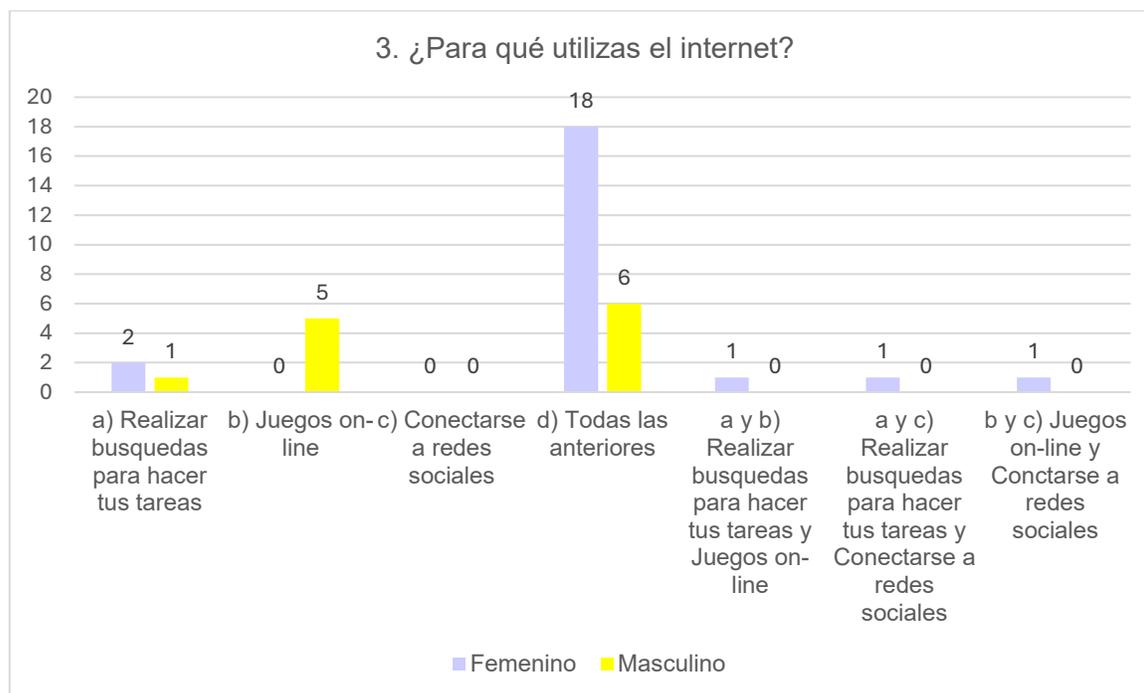
(...) que la función de internet más relevante es la comunicativa, permitiendo una comunicación continua, sin límites territoriales/geográficos, así como la posibilidad de crear planes o resolver conflictos, y todo esto, junto a la facilidad de comunicación que permite internet, es lo que hace que su uso se encuentre tan extendido y normalizado (p. 5).

Aunado a esto, algunas de las respuestas de las y los adolescentes encuestados que podemos encontrar en la tabla del apartado de internet (anexo 1), son las siguientes: A2 menciona que para ella internet es un medio de comunicación, mientras que para A4 es un medio para buscar información. Para otras adolescentes como A9 es para poder abrir redes sociales y comenta que sin Internet simplemente “no se podría”.

Es un hecho que internet proporciona una gran cantidad de información sobre cualquier tema, permite mantener el contacto con amigos y familiares a través de redes sociales, aplicaciones de mensajería y facilita la comunicación entre personas de diferentes partes del mundo. Internet está produciendo grandes cambios. Para la mayoría de las personas, internet es una herramienta que trae grandes beneficios, sin embargo, “se suelen encontrar usuarios que hacen un uso desmedido de este recurso informático, a tal punto, que esta conducta tiene efectos negativos en su persona” (Ruvalcabar y Hernández, 2022, p. 51).

Tal como se muestra en la gráfica 1, la mayoría de las adolescentes encuestadas utilizan internet para realizar búsquedas para hacer sus tareas, se conectan a juegos on-line y lo utilizan para navegar en sus redes sociales. En cuanto a los adolescentes encuestados podemos observar que la mayoría realiza búsquedas para hacer sus tareas, pero, otro tanto prefiere los juegos online a diferencia de las adolescentes.

Gráfica 1. ¿Para qué utilizas el internet?

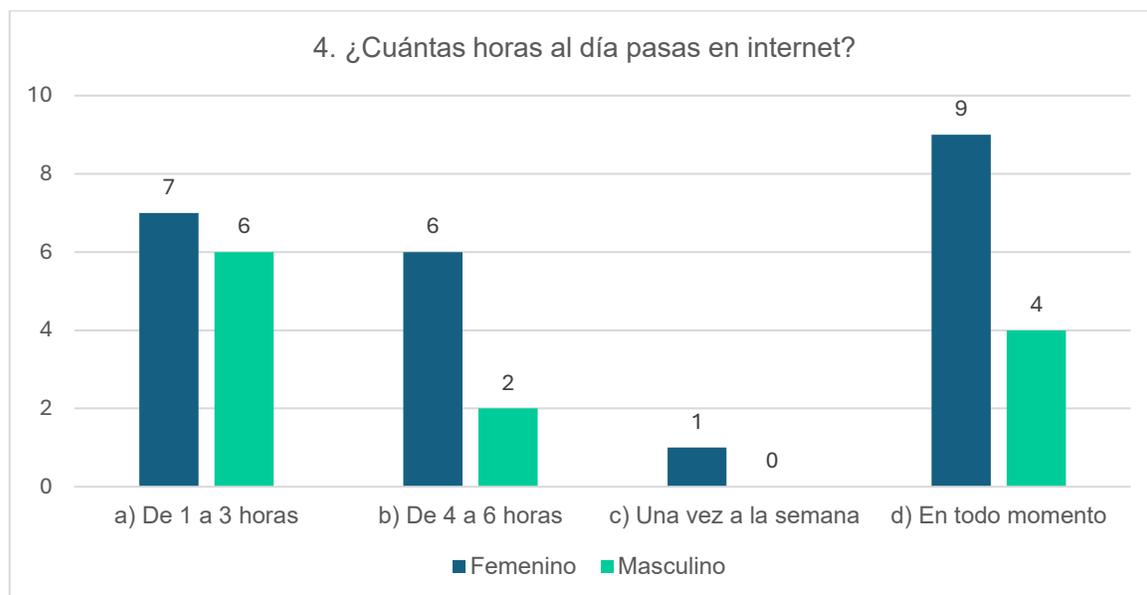


Los y las adolescentes fascinados por el uso de internet, redes sociales y los videojuegos, han encontrado en estas tecnologías un medio de relación, comunicación, aprendizaje, satisfacción de la curiosidad, ocio y diversión.

El uso de Internet que hacen las y los adolescentes es mayormente para el entretenimiento y para estar en contacto y comunicación con otras personas, por lo regular, con familiares y con sus amigos.

Como se observa en la gráfica 2, en relación con la pregunta ¿Cuántas horas al día pasas en internet? Los resultados muestran que la mayoría de las adolescentes encuestadas en todo momento se encuentran conectadas a internet. A diferencia de las adolescentes, los adolescentes dedican de 1 a 3 horas a navegar en internet. La cantidad de tiempo es similar entre las y los adolescentes, sin embargo, ellas mencionan que utilizan este recurso en todo momento.

Gráfica 2. ¿Cuántas horas al día pasas en internet?

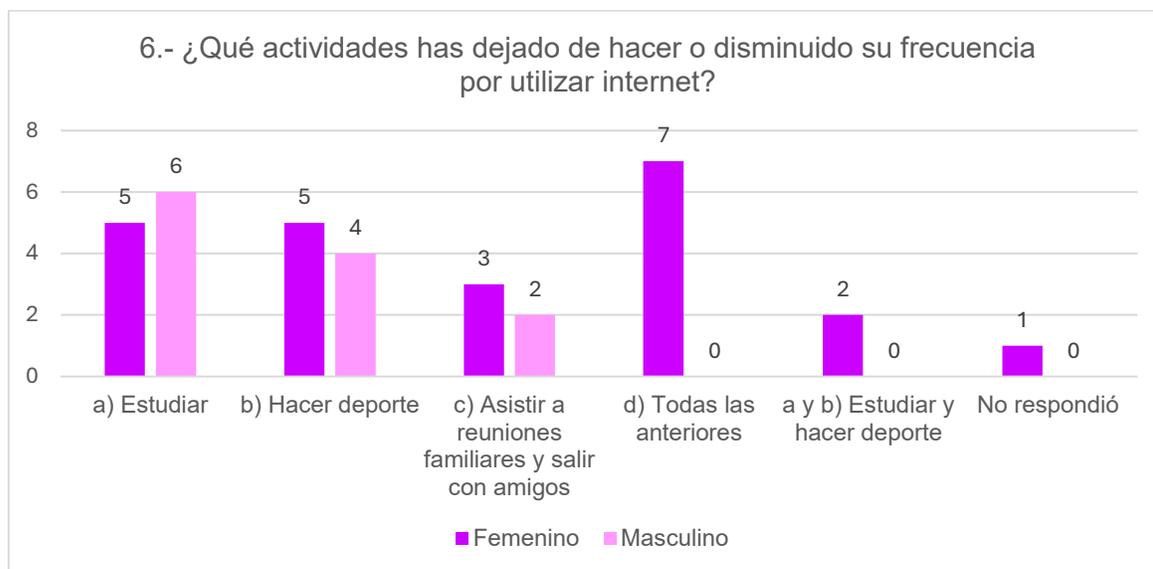


Castellana, Sánchez, Graner y Beranuy (2007), mencionan que:

El uso que el adolescente hace de Internet puede ser problemático cuando el número de horas de conexión afecta al correcto desarrollo de la vida cotidiana, causándole estados de somnolencia, alteración del estado de ánimo, reducción de las horas dedicadas al estudio o a sus obligaciones (p. 198).

Tal como se muestra en los resultados de la gráfica 3, con respecto a la pregunta ¿Qué actividades has dejado de hacer o disminuido su frecuencia por utilizar internet?, las respuestas más frecuentes por la mayoría de las adolescentes encuestadas es estudiar, hacer deporte, asistir a reuniones familiares y salir con sus amigos. En cuanto a los adolescentes, la mayoría respondió que la principal actividad que han dejado de realizar es la de estudiar por utilizar internet.

Gráfica 3. ¿Qué actividades has dejado de hacer o disminuido su frecuencia por utilizar internet?



Tal como lo mencionan Gracia, Vigo, Fernández y Marcó (2002):

(...) la rápida expansión de la red y su uso cada vez más mayoritario, implica también la necesidad de dedicar un espacio de tiempo diario a utilizar Internet, que puede conllevar en algunos casos un reajuste del tiempo dedicado a otras actividades cotidianas (p. 274).

A su vez, García (2008), menciona que:

Los adolescentes pueden tener cambios de conducta relacionadas al uso problemático o compulsivo de la Internet, como la suspensión de actividades anteriormente satisfactorias: deporte, juegos, salir con amigos o su pareja, actividades en familia; aparecen entonces problemas de concentración, bajo rendimiento escolar o aislamiento (p. 275).

Los adolescentes a menudo dejan de realizar diversas actividades debido a la cantidad de tiempo que pasan navegando en Internet. Muchos de ellos y ellas prefieren contenido digital, lo que reduce su interés por la lectura tradicional, además, la comunicación a través de pantallas puede desplazar las reuniones en persona con amigos y familiares. Estos cambios pueden afectar el desarrollo social, emocional y

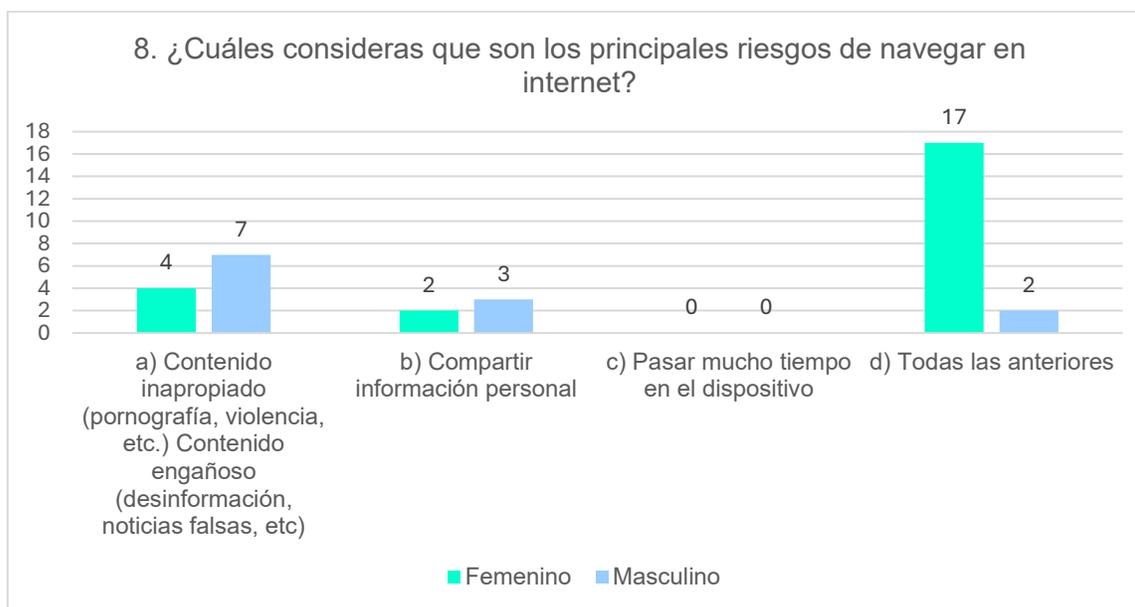
físico de los adolescentes, por ello, es importante tener un equilibrio entre el uso del internet y la realización de otras actividades.

Es fundamental que los adolescentes sean informados y educados sobre cómo utilizar Internet de manera segura y responsable. Esto implica enseñarles sobre la importancia de proteger su privacidad, discernir entre información veraz y falsa, y respetar las normas de convivencia en línea.

Respecto a las respuestas obtenidas de la pregunta número 8 ¿Cuáles consideras que son los principales riesgos de navegar en internet? La mayoría de las adolescentes respondieron que contenido inapropiado (pornografía, violencia, etc.), contenido engañoso (desinformación, noticias falsas, etc.), compartir información personal y pasar mucho tiempo en el dispositivo.

En cuanto a las respuestas dadas por los adolescentes, en primer lugar, está el contenido inapropiado (pornografía, violencia, etc.), contenido engañoso (desinformación, noticias falsas, etc.), seguido de compartir información personal. Podemos observar que, a diferencia de las adolescentes, ellos no consideran un riesgo pasar mucho tiempo conectados en el dispositivo.

Gráfica 4. ¿Cuáles consideras que son los principales riesgos de navegar en internet?



Algunas de las respuestas de los y las tutoras respecto a la pregunta 8. ¿Cuáles son los riesgos específicos de la exposición a contenidos inapropiados o perjudiciales en internet y redes sociales para los adolescentes? de la tabla 1 (ver anexo #4) son las siguientes: T1 que el adolescente tenga información falsa de cualquier tema; T2 violencia, acoso, adicciones y bullying; T5 deserción escolar, embarazo a temprana edad y situaciones de riesgo.

El diccionario de la Real Academia Española citado en Pazmiño (2010), menciona que internet tiene un impacto profundo en el trabajo, el ocio y el conocimiento a nivel mundial. Gracias a la web, millones de personas tienen acceso fácil e inmediato a una cantidad extensa y diversa de información en línea.

Así como lo mencionan los tutores en sus respuestas dadas en el cuestionario (ver anexo #4) respecto a la pregunta 5 ¿Qué impacto considera que tiene el internet y las redes sociales en los adolescentes? T2 “pues un impacto recreativo más que técnico ya que utilizan el internet para revisar videos no para algo didáctico”. T3 “tienen un impacto considerable ya que constituyen un elemento de comunicación e interacción esencial en sus vidas”. T5 “un 100% de impacto, porque nos está robando toda la atención e interés de los alumnos”. T6 “muchos siguen los patrones de conducta y moda que los influencers muestran”.

De acuerdo con lo anterior, es importante fomentar un uso responsable de Internet, ya que el exceso de tiempo frente a pantallas puede afectar su salud física y emocional. Por ello, es recomendable establecer límites y promover actividades no digitales que les permitan desarrollar habilidades sociales, físicas e intelectuales.

2.2.1 Características del internet

Internet es, sin duda, una de las invenciones más revolucionarias de la era moderna. Con su capacidad para conectar a personas de todo el mundo, proporcionar acceso a información y ofrecer infinitas posibilidades comerciales y creativas, internet ha transformado la forma en que vivimos, trabajamos y nos relacionamos.

Koenigsberger (2014), menciona que internet se refiere al sistema global de información y que tiene las siguientes características:

I. Está interconectado a nivel lógico por un único espacio global de direcciones basadas en el Internet Protocol (IP) o sus extensiones/adiciones futuras; II. Es capaz de efectuar las comunicaciones utilizando el Transmission Control Protocol/Internet Protocol (TCP/IP) o sus extensiones/adiciones futuras, y/o otros protocolos compatibles con el IP; y III. Proporciona, utiliza o hace accesible, ya sea en forma pública o privada, servicios de alto nivel que conforman capas superpuestas a la infraestructura de comunicaciones como la aquí descrita (p. 11).

De acuerdo con lo anterior, podemos decir que internet nos brinda la posibilidad de acceder a información, servicios y personas en cualquier parte del mundo ya que la conexión actualmente es más rápida y accesible que nunca, permitiendo la visualización de contenido multimedia y la realización de transacciones en tiempo real. Las tecnologías de comunicación, como correo electrónico, mensajería instantánea y redes sociales, han revolucionado la forma en que nos comunicamos, permitiendo interacciones en tiempo real con personas de todo el mundo y nos facilita la creación y distribución de contenido, lo que permite a los usuarios compartir información, ideas, creaciones artísticas y conocimientos de manera rápida y sencilla.

Internet ha abierto un mundo de oportunidades comerciales, permitiendo a las empresas vender productos y servicios en línea, así como también brinda acceso a una amplia gama de recursos educativos, lo que permite el aprendizaje en línea, la investigación y el acceso a cursos y materiales académicos.

Lo antes mencionado nos permite argumentar que internet es una herramienta poderosa que continúa transformando la forma en que vivimos, trabajamos, nos comunicamos y nos relacionamos, sin embargo, también es importante saber que su uso va generando una huella digital, categoría que trabajaremos más adelante.

2.3 Políticas de privacidad del internet

Para comenzar a hablar de las políticas de privacidad primero comenzaremos diciendo ¿Qué es la privacidad? Dada (2004), menciona que:

(...) la privacidad podría definirse según cuatro criterios de aislamiento: 1) la soledad, que entraña la imposibilidad física de contactos materiales; 2) la intimidad, en la que el individuo, sin hallarse aislado, se encuentra en un grupo reducido en el que se dan relaciones especiales, como por ejemplo en el ámbito conyugal y familiar; 3) el anonimato; 4) la reserva, que consiste en la creación de una barrera psicológica frente a las intromisiones no deseadas (p. 90).

Mientras que La Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN) citada en Piñar y Recio (s/f), se refiere en varias tesis a los rasgos característicos de la noción de lo privado y menciona que:

(...) lo que no constituye a la vida pública; el ámbito reservado frente a la acción y el conocimiento de los demás; lo que se desea compartir únicamente con aquellos que uno elige; las actividades de las personas en la esfera particular, relacionadas con el hogar y la familia; o aquello que las personas no desempeñan con el carácter de servidores públicos (p. 51).

De acuerdo con Piñar y Recio (s/f), la privacidad es el derecho que tiene una persona a controlar la información que comparte sobre sí misma, así como el derecho a mantener esa información en secreto y protegerla de accesos no autorizados. Se refiere a la capacidad de una persona para decidir qué aspectos de su vida privada o personal desea compartir con otros y cuáles prefiere mantener en confidencialidad.

Bartsch y Dienlin, (2016), citados por González, Álvarez, Muñoz y Estevez (2022), mencionan que “regular el acceso a los contenidos constituye un factor clave en la alfabetización de la privacidad y actúa como condición para reducir las amenazas potenciales” (p. 587).

Piñar y Recio (s/f), mencionan que dentro de La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (CPEUM), en los Artículos 6o. y 16, se distingue claramente entre el derecho a la protección de datos personales y el derecho a la privacidad.

Por lo que se refiere al derecho a la protección de datos personales, la CPEUM citada en Piñar y Recio (s/f), lo consagra para el sector público en el Artículo 6o; Apartado A, fracción II, donde se indica que:

(...) la información que se refiere a la vida privada y los datos personales será protegida en los términos y con las excepciones que fijen las leyes'; y para el sector privado en el segundo párrafo del artículo 16, en virtud del cual 'toda persona tiene derecho a la protección de sus datos personales, al acceso, rectificación y cancelación de los mismos, así como a manifestar su oposición, en los términos que fije la ley, la cual establecerá los supuestos de excepción a los principios que rijan el tratamiento de datos, por razones de seguridad nacional, disposiciones de orden público, seguridad y salud públicas o para proteger los derechos de terceros (p. 43).

Aunado a esto, en el contexto de internet, la privacidad juega un papel importante ya que cuando se navega por el mismo, a menudo hay que dejar datos personales como nombre, apellidos, dirección, así como otra información que puede permitir la identificación del usuario y el rastreo de su comportamiento en internet.

La política de privacidad en internet es el documento que todo sitio en internet debe redactar obligatoriamente para especificar de qué modo se gestionan los datos personales. Ésta debe ser lo más detallada posible e ilustrar de forma clara los modos en que se tratan y gestionan los datos personales de los visitantes, de modo que los usuarios puedan, después, expresar libremente un consentimiento explícito e informado.

González (2006), menciona que las políticas de privacidad que asumen los usuarios de Internet como consumidores son:

(...) descriptivas, narran aspectos relacionados a las formas y establece una única obligación para las empresas: que deben poner en un lugar del sitio Web las

declaraciones de sus políticas de privacidad. De esta manera trasladan la responsabilidad a los consumidores, ellos son los que se deben informar acerca de los deberes y obligaciones que tienen las empresas en relación a la recogida y administración de los datos que solicitan (p. 6).

Este documento notifica a la persona que entra a una página web, acerca de las garantías, modos de uso, direcciones y los mecanismos que se aplican a sus datos personales.

La Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares, fue instaurada el 5 de julio de 2010 en México, con el objetivo de regular el manejo de datos personales en poder de las compañías.

Con esta Ley, las empresas están obligadas a brindar un manejo adecuado de los datos personales de sus clientes, garantizando sus derechos de privacidad, es decir: que sus datos personales no sean utilizados indebidamente, que se respeten los derechos de las personas dueñas de estos y que se garantice una expectativa razonable de la privacidad.

Cabe destacar que las políticas de privacidad no son iguales para todos los sitios web, ya que varían las normas y sanciones de acuerdo con el país de referencia.

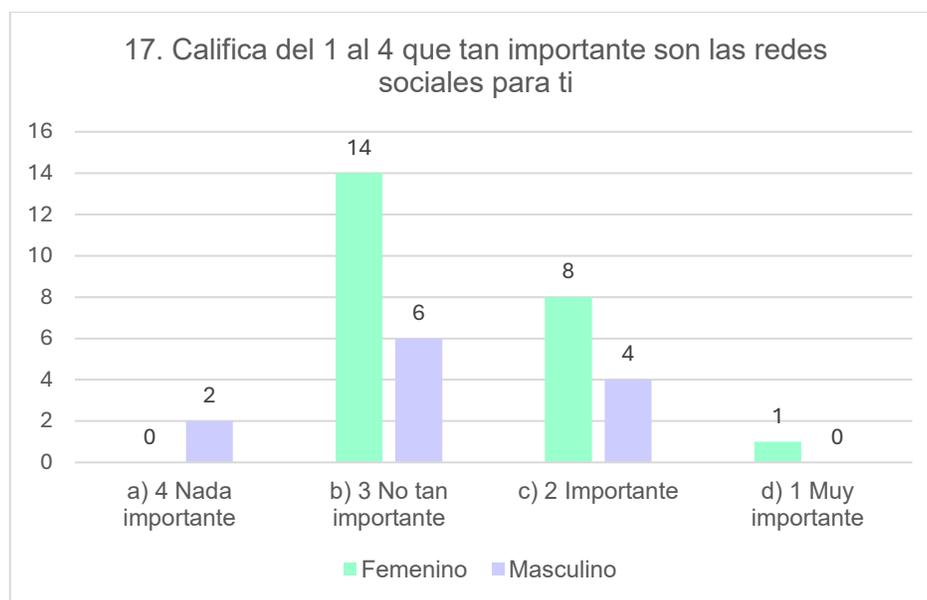
2.4 ¿Qué son las redes sociales?

De acuerdo con Hütt (2012), hoy en día, el mundo digital ha abierto un sinnúmero de posibilidades para conectarnos e interactuar con las personas de una manera que antes parecía impensable. Los seres humanos hemos utilizado diversas formas para comunicarnos, desde la comunicación con señas, hasta la comunicación a distancia por medio de dispositivos tecnológicos, es bien sabido que uno de los primeros medios de comunicación fue el telégrafo, posteriormente, el teléfono, la radio, la televisión, el internet, entre otros.

De acuerdo con el cuestionario dirigido a adolescentes en la pregunta 17: Califica del 1 al 4 que tan importante son las redes sociales para ti, podemos observar que respondieron lo siguiente: 14 de ellas consideran que las redes sociales no son tan

importantes lo que sugiere que, aunque las redes sociales son una parte integral de la vida diaria, no necesariamente son una prioridad. Por otro lado, un número significativo de encuestados 8 de ellas y 4 de los adolescentes considera que las redes sociales son importantes, lo que indica que aún hay un interés y una valoración significativa en estas plataformas.

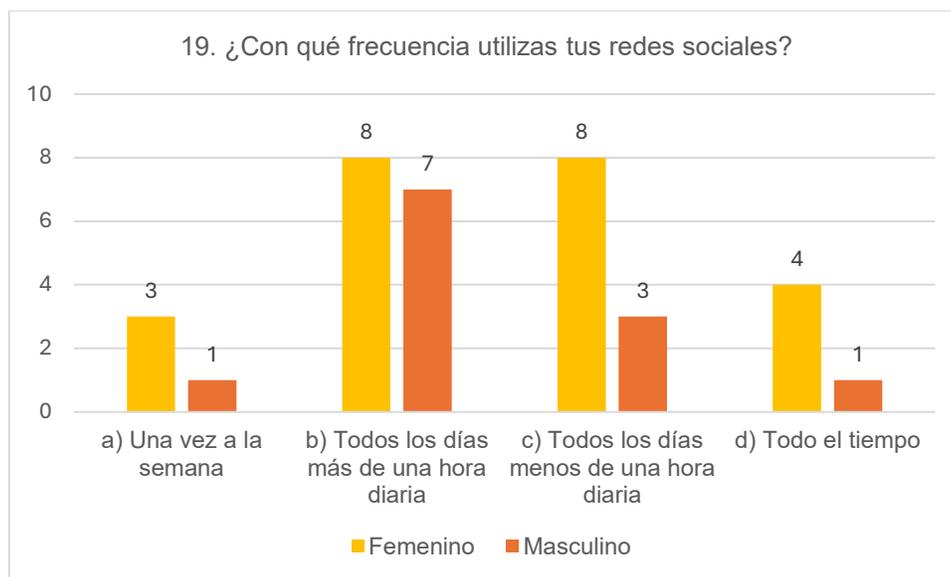
Gráfica 5. Califica del 1 al 4 que tan importante son las redes sociales para ti



Es por ello que uno de los fenómenos más significativos de esta era digital son las redes sociales ya que en esta era se ha transformado la forma en que vivimos, trabajamos, nos comunicamos y accedemos a la información. Tal como se muestra en la gráfica 6 respecto a la pregunta 19 ¿Con que frecuencia utilizas tus redes sociales? La mayoría de las y los adolescentes respondieron que se conectan todos los días más de una hora diaria, mientras que otro tanto respondió que menos de una hora al día. En cuanto a la gráfica 2 que muestra las respuestas de la pregunta 4 ¿Cuántas horas al día pasas en internet? La mayoría de las adolescentes respondió que en todo momento se encuentran conectadas a internet, mientras que los adolescentes señalan que dedican de una a tres horas a navegar en el mismo. Para efecto de lo que ellas mencionan, la cantidad que navegan en internet es mayor que la que dedican en redes

sociales, mientras que los adolescentes dedican más tiempo a estar conectados a redes sociales.

Gráfica 6 ¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales?



Estas plataformas en línea han revolucionado la forma en que nos comunicamos, compartimos información y establecemos relaciones. Para Hütt (2012), las redes sociales han marcado un hito en materia de difusión masiva, debido a su alcance, características e impacto en la sociedad actual. Son utilizadas tanto por individuos como por empresas, dado que permiten lograr una comunicación interactiva y dinámica.

En la actualidad, la tendencia en este ámbito es que las redes sociales abran sus puertas poco a poco hacia un mundo virtual multiplataforma para las relaciones entre individuos, sin importar en qué red se creó el perfil.

De acuerdo con la tabla del vaciado de la información obtenida del cuestionario aplicado a los y las adolescentes en esta investigación, abre una pauta muy significativa al interpretar cómo perciben ellos y ellas ¿qué son las redes sociales? (ver anexo #3), la mayoría de las adolescentes respondió que son plataformas donde la pasan todo el día, son medios de comunicación, entretenimiento, diversión,

aplicaciones para comunicarse, subir y ver fotos, videos, escuchar música, son cuentas para ver lo que te gusta, estar en comunicación con sus amistades y compartir cosas.

La respuesta de la adolescente A8 nos llamó la atención, ya que escribió lo siguiente: “son redes donde es fácil sacar información de tu perfil e información personal tuya, no son confiables”, consideramos que hace énfasis a que no son confiables porque pueden robar la identidad si no protegemos y cuidamos lo que subimos en nuestras redes sociales. Para Echeburúa y Requesens (2012):

La creación de perfiles en las redes sociales o los blogs personales y el establecimiento de relaciones afectivas son modos de manifestar su propia identidad, es decir, de forjar su autoconcepto y de fortalecer su autoestima. En las redes sociales se vuelcan emociones, se comparte el tiempo libre y se da salida a distintos tipos de fantasías. El anonimato produce terror, del mismo modo que asusta la soledad (p. 24).

Otro ejemplo que rescatamos es de la adolescente A17, ella menciona que “son la onda”, un término que significa estar al corriente de las últimas tendencias o de lo que se habla. También utiliza YouTube para ver programas de televisión (la rosa de Guadalupe y como dice el dicho), dicha plataforma es una red social.

En cuanto a los adolescentes, en su mayoría respondió (ver anexo #3) que son centros de entretenimiento, donde pueden subir fotos, videos, ver contenidos, son una plataforma donde “haces tu vida diaria y estar comunicados”. El adolescente A1 escribió lo siguiente: “es donde suben videos para ganar suscripciones y likes”. Para Martín y Medina (2021), se entiende por suscripciones y por likes a la forma de interacción en redes sociales que indica aprobación o agrado hacia una publicación.

Hoy en día, los y las adolescentes dependen de los likes que puedan llegar a tener sus publicaciones. Además, están tan pendientes de mostrar sus vidas compartiendo fotos, videos, historias, etc., a sus seguidores, que no disfrutan de la propia realidad, ni de lo que viven al momento. De acuerdo con Martín y Medina (2021), “cada vez más se tiende a emplear las redes sociales como un escaparate de las cosas positivas de la

vida de los usuarios, es por ello que en estas plataformas se muestra una realidad distorsionada” (p. 63).

Asimismo, las redes sociales son plataformas en línea que permiten a los usuarios conectarse y comunicarse entre sí, compartiendo información, ideas, intereses, contenido multimedia y expresando opiniones. En palabras de López, Tapia y Ruiz (2023) “las redes sociales a pesar de solo existir en un mundo que es el virtual, son un lugar donde las personas comparten toda su información e interactúan con otros usuarios” (p. 4).

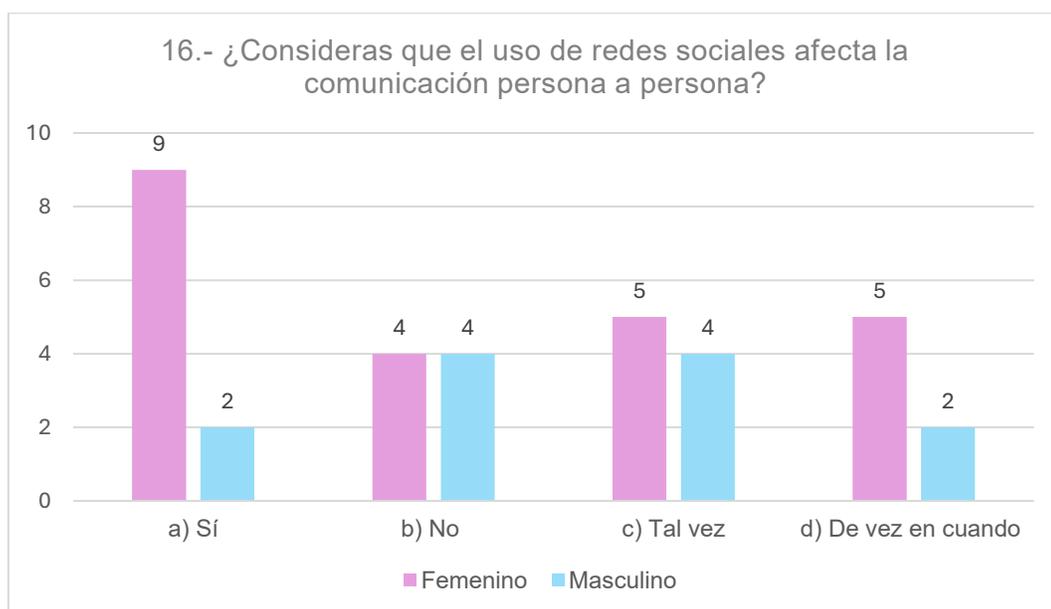
Las redes sociales, nos permiten identificarlas como grupos que intercambian información, gustos, emociones, saberes, entre otras cosas, a partir de los vínculos y relaciones que establecen entre sí, al igual que configuran una variedad de elementos sociales y culturales comunes que posibilitan la construcción de sentidos de pertenencia compartidos (Flores, 2016, p. 13).

También, permiten a las personas conectarse, compartir información, interactuar y comunicarse con otros usuarios en diferentes partes del mundo; ya que se considera un lugar virtual donde se pueden crear perfiles, compartir contenido como textos, imágenes, videos, participar en conversaciones y debates con otros usuarios a través de comentarios, mensajes privados y publicaciones en sus perfiles. Éstas hacen referencia a la ausencia de la comunicación cara a cara, la inexistencia de relación entre la identidad del individuo con el mundo real y la fuerte presencia de los dispositivos móviles.

De acuerdo con Cornejo y Tapia (2011), entre las personas existe “la necesidad de comunicarse con los demás, de expresar pensamientos, ideas, emociones, de investigar, saber, obtener información creada, expresada y transmitida por otros” (p. 220). Por ello, las redes sociales también se pueden entender como formas de interacción social, como un intercambio entre personas, grupos e instituciones, en el cual se involucra un conjunto de personas que se identifican por tener las mismas necesidades y problemáticas.

En relación con lo anterior, planteamos la siguiente pregunta a los y las adolescentes ¿Consideras que el uso de las redes sociales afecta la comunicación persona a persona? la mayoría de las adolescentes, como se muestra en la gráfica 7, respondieron que sí afecta el uso de las redes sociales, mientras que la minoría considera que no afecta. Por otro lado, los adolescentes, en su mayoría, respondieron que no afecta o tal vez (el uso de las redes sociales), mientras que la minoría considera que sí y de vez en cuando.

Gráfica 7. ¿Consideras que el uso de las redes sociales afecta la comunicación persona a persona?



De acuerdo con Cornejo y Tapia (2011):

(...) el hecho de que las interacciones digitales entre las personas se incrementen tanto, está creando una percepción distinta del espacio y el tiempo, una sensación de inmediatez de los acontecimientos y una aceleración en los procesos. Las relaciones interpersonales consisten en la interacción recíproca entre dos o más personas. Involucra destrezas sociales y emocionales que promueven las habilidades para comunicarse efectivamente, el escuchar, la solución de conflictos y la expresión auténtica de uno mismo (p. 224).

Es importante la comunicación persona a persona, ya que la interacción en línea no reemplaza la interacción social, debido a que es crucial para el desarrollo de habilidades sociales.

Como lo menciona el T4 en la tabla 1 (ver anexo #4), de acuerdo con la pregunta 7. ¿Cómo influyen las interacciones en línea en las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los adolescentes? Desde su punto de vista los alumnos son más desinhibidos, se creen personalidades que no tienen. Ya que, por un lado, las redes sociales y las plataformas de comunicación en línea pueden ofrecer oportunidades para que los y las adolescentes se conecten con otros, compartan experiencias y desarrollen habilidades de comunicación escrita y a expresarse de manera más segura y controlada. Las interacciones en línea pueden ser especialmente benéficas para aquel que tenga dificultades para interactuar en persona debido a la ansiedad, miedo u otras condiciones, para algunos, comunicarse en línea puede ser menos intimidante que en persona, lo que les permite practicar habilidades sociales sin la presión del contacto cara a cara. La búsqueda de aprobación a través de “me gusta y comentarios” puede influir en la auto imagen y la forma en que los adolescentes se comunican.

Por lo tanto, las interacciones en línea pueden ser una herramienta valiosa para los y las adolescentes, pero es importante que se utilicen de manera equilibrada y responsable. Los padres, educadores y otros adultos deben trabajar para ayudar a desarrollar habilidades sociales y de comunicación, tanto en línea como en persona.

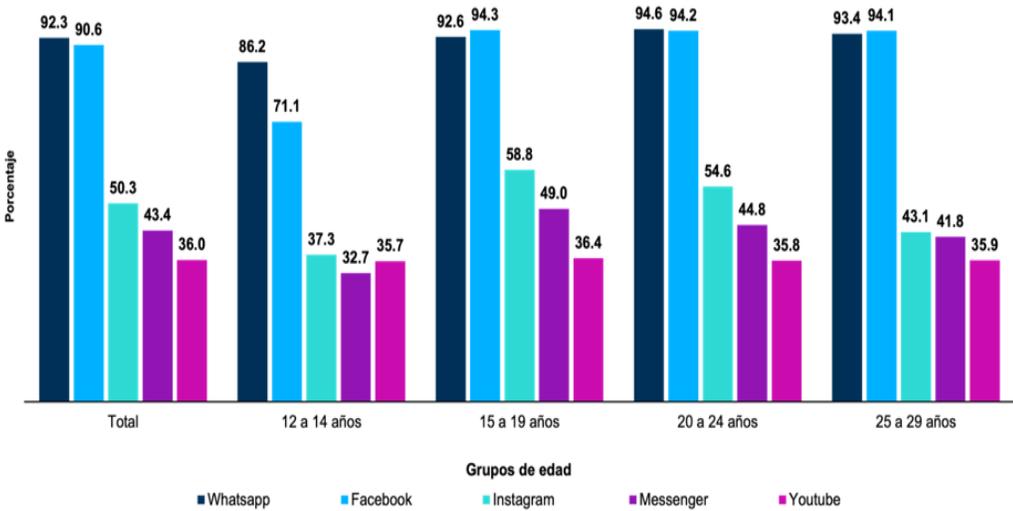
En palabras de Echeburúa y Requesens (2012), las redes sociales tienen por objetivo:

Crear un espacio en el que las personas registradas puedan comunicarse, compartir opiniones, emociones o experiencias y, en suma, interactuar. Las redes sociales son espacios virtuales creados para las relaciones interpersonales, pero habitualmente operan como medios para articular relaciones reales, o al menos se orientan con esa expectativa. Una red social es una estructura formada por personas que están interconectadas por Internet por diferentes tipos de vínculos (afectivos, familiares, laborales, sexuales, de amistad, etcétera) (p. 22).

A través de las redes sociales es posible realizar diversas acciones. Una de ellas es el envío de mensajes instantáneos, es decir, la comunicación en tiempo real, y también la difusión de información con aquellas personas que son amigos, familiares, conocidos o seguidores.

De acuerdo con las encuestas realizadas por el INEGI en el 2022, las redes sociales permiten a los jóvenes interactuar con otras personas o instituciones. De los 35.3 millones de jóvenes que utilizan internet, 33.9 millones (96.1 %) interactuaron en las redes sociales. Las redes sociales más populares fueron: WhatsApp (31.3 millones), Facebook (30.7 millones), Instagram (17.1 millones), Messenger (14.7 millones) y YouTube (12.2 millones), ver Gráfica 5.

Gráfica 5
REDES SOCIALES MÁS UTILIZADAS POR LOS JÓVENES, 2021
(Porcentaje)



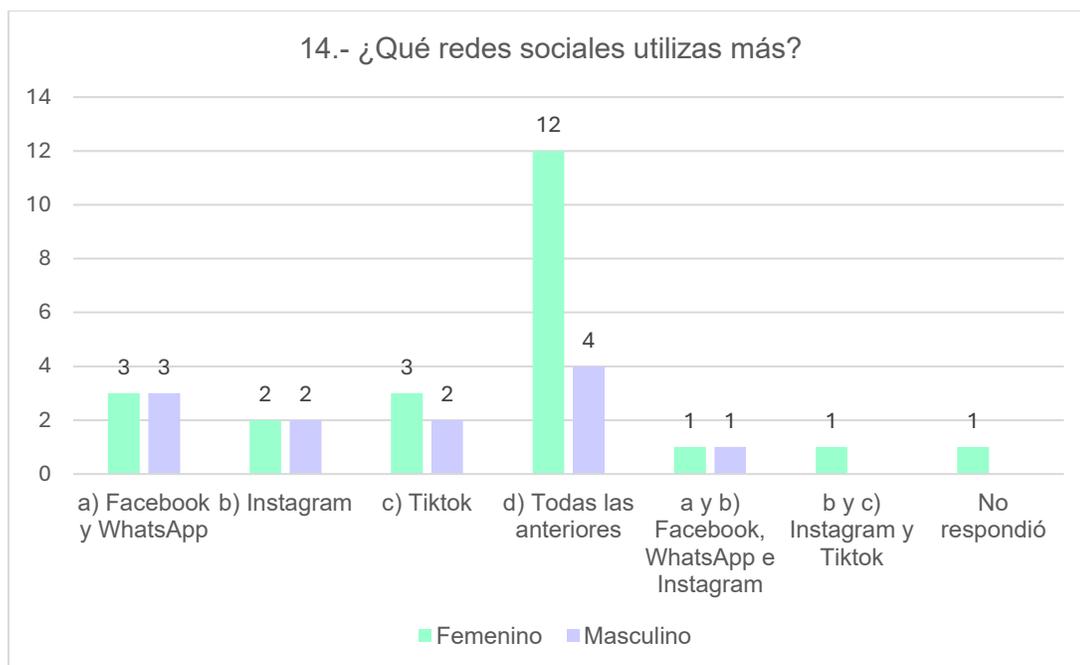
Notas: El porcentaje se calcula con respecto al total de personas en cada uno de los grupos de edad. La suma de los porcentajes es mayor a 100 debido a que una misma persona pudo haber usado dos o más redes sociales durante los tres meses anteriores a la fecha de la entrevista.

Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares, 2021

También consideramos que otra red social que últimamente ha tenido gran influencia en los adolescentes es TikTok. Sin embargo, nos percatamos que de acuerdo con la gráfica 8, que corresponde a la pregunta 14 del cuestionario aplicado a los y las

adolescentes utilizan todas las redes sociales (Facebook, WhatsApp, Instagram y TikTok), como se muestran a continuación:

Gráfica 8. ¿Qué redes sociales utilizas más?



Las respuestas planteadas en las gráficas muestran que las redes sociales juegan un papel significativo en la vida de los y las adolescentes. No solo TikTok es una red social popular por los adolescentes, también las demás redes sociales como: Facebook, WhatsApp e Instagram.

La popularidad de las redes sociales ha ido en aumento, sin embargo, ha dado lugar a diversas polémicas relativas a la apropiación de datos de tipo personal, la violación de la intimidad de las personas y la facilidad para la desinformación. Para Gutiérrez y Vásquez (2019) en las redes sociales se puede:

(...) acceder a contenidos pornográficos o violentos o transmitir mensajes racistas, que inducen a la anorexia, incitadores al suicidio o a la comisión de delitos. También existe el riesgo de crear una identidad falsa, potenciada por un factor de engaño, autoengaño o fantasía. Esto garantiza en un porcentaje más alto que el joven consiga relaciones interpersonales con mayor facilidad y con un mínimo de esfuerzo. Todo ello, facilita la

confusión entre lo privado y lo público, asunto que puede favorecer desde el mal uso hasta el robo de información personal por parte de personas desconocidas (p. 33).

Una red social es una plataforma en línea que permite a los usuarios conectarse, interactuar y compartir contenido con otras personas en un entorno virtual. A través de las redes sociales, las personas pueden mantenerse en contacto con amigos, amigas, familiares, entre otros, así como descubrir nuevas conexiones. Estas plataformas han revolucionado la forma en que nos comunicamos y compartimos información en la era digital, convirtiéndose en una parte integral de la vida diaria de millones de personas en todo el mundo.

2.4.1 Características de las redes sociales

Desde su aparición en nuestra vida cotidiana, las redes sociales han dejado un profundo impacto en la forma en que nos relacionamos, nos informamos y nos expresamos. Estas plataformas virtuales han transformado nuestra interacción social, brindando una nueva dimensión a las relaciones humanas. En la siguiente tabla se presentan algunas de las características esenciales de las redes sociales que han contribuido a su popularidad y cómo han moldeado nuestra forma de comunicarnos.

Tabla 1. Características de las redes sociales

Características de las redes sociales	Definición
Interacción y conexiones	Las redes sociales permiten a los usuarios crear perfiles personales que pueden incluir información personal, fotos, intereses y otros detalles que ayudan a conectarse con otras personas.
Conexiones y amistades	Las redes sociales permiten a los usuarios conectarse y comunicarse con amigos, familiares o personas con intereses similares a través de solicitudes de amistad, seguidores o contactos.

Contenido generado por el usuario	Los usuarios pueden generar y compartir contenido propio, como fotos, vídeos, actualizaciones de estado, etc.
Distribución de información	Las redes sociales permiten compartir noticias, artículos, blogs y otra información relevante y recibir actualizaciones en tiempo real.
Privacidad y configuración	Los usuarios tienen control sobre la privacidad de su contenido y la configuración de la visibilidad de sus perfiles.
Viralidad	El contenido popular o interesante puede volverse viral, es decir, extenderse rápidamente a través de las redes sociales.
Acceso desde múltiples dispositivos	Los usuarios pueden acceder desde computadoras, teléfonos inteligentes y otros dispositivos móviles.

Fuente: Elaboración propia con base en Ureña, Ferrari, Blanco y Valdecasa (2011). *Las redes sociales en internet*. (p. 21-22).

Estas características varían dependiendo de la plataforma específica de redes sociales y sus funcionalidades particulares.

Hütt (2012) señala que las redes sociales se han consolidado como herramientas de comunicación dentro de la sociedad, a través de las cuales, tanto individuos como empresas, han logrado proyectar, informar, compartir y difundir información con públicos o grupos específicos. Es decir, cada día las personas tienen mayor curiosidad y disposición para utilizar este tipo de instrumentos que permiten el intercambio de mensajes de manera interactiva, así como también, se enmarcan en un ámbito de alcance global, donde se ofrece una multifuncionalidad de opciones, que van desde la posibilidad de emitir mensajes escritos, audio o video, hasta realizar referencias, emitir comentarios, realizar consultas o recopilar información.

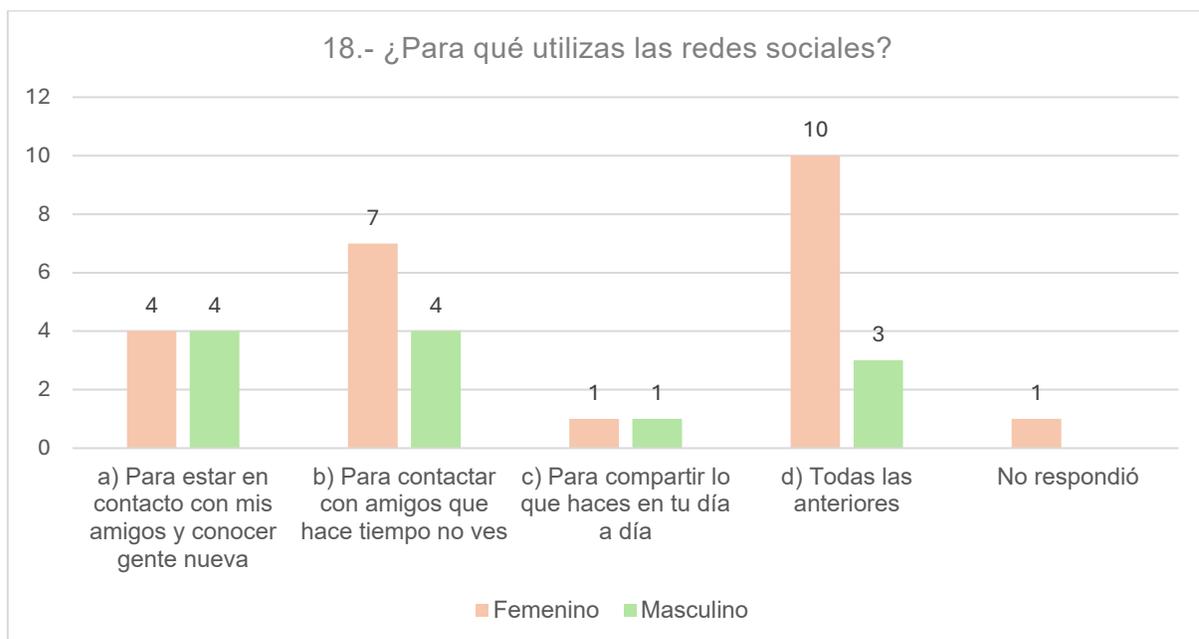
Las redes sociales se han convertido en auténticas plataformas donde poder compartir y buscar todo tipo de información. La ventaja de las redes sociales como medio de comunicación sencillo, gratuito e inmediato, ha supuesto un cambio en los hábitos de

comportamiento. El uso de las redes sociales resulta sencillo para la mayoría de sus usuarios. La reducción en el coste que ha provocado el uso de las redes sociales frente a otros medios de comunicación como el teléfono móvil y el teléfono fijo es destacado de manera homogénea (Hütt, 2012, p. 82).

Las actividades más habituales que realizan los usuarios de redes sociales cuando se encuentran conectados a ellas, de acuerdo con Hütt (2012), son: comunicarse con amigos, compartir información (fotos, vídeos, etc.), comunicarse con familiares, consultar información sobre diversos temas, comunicación con compañeros de trabajo, organizar eventos/encuentros, ser miembro de grupos y conocer a nuevas personas.

Al respecto, la siguiente gráfica ilustra los propósitos principales para el cual los y las adolescentes de la muestra utilizan las redes sociales. Se puede observar que las adolescentes utilizan las redes sociales porque les ofrecen beneficios como la conexión con amigos (as), familiares, el acceso a información e interacción social. En su mayoría, responden que utilizan las redes sociales para estar en contacto con sus amistades, conocer gente nueva, hablar con amistades que hace tiempo no ven y para compartir lo que hacen día a día. Mientras que una de ellas decidió no responder. En cuanto a los adolescentes ellos respondieron que usan las redes sociales para estar en contacto con sus amigos (as), conocer gente nueva, usarlas para contactar amigos (as) que hace tiempo no ven, también comparten su día a día.

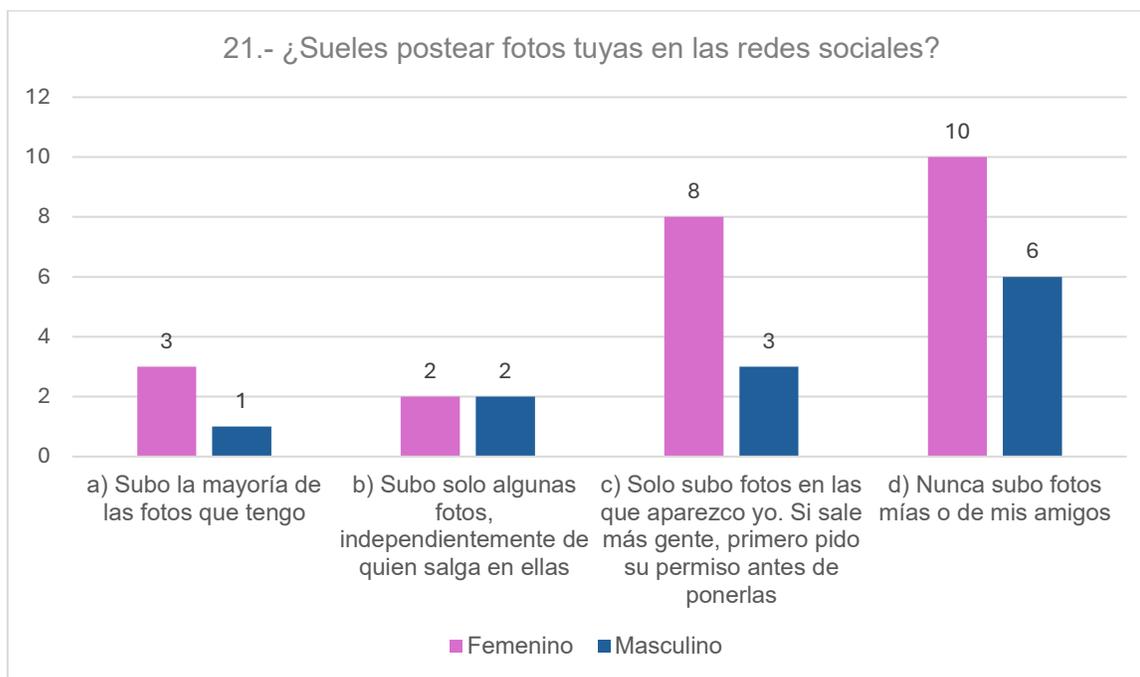
Gráfica 9. ¿Para qué utilizas las redes sociales?



González (2010), señala que “cuando nos registramos en una red social, una de las primeras cosas a la que nos anima la web es a subir una fotografía nuestra” (p. 80); empezamos a buscar entre las fotos que tenemos, por lo regular decimos “en ésta no salgo favorecido”, “en ésta apenas me veo” o sencillamente realizamos un autorretrato improvisado y tras uno o varios intentos logramos sacar una foto en la que consideramos que nos vemos bien.

Es así como surge la pregunta ¿sueles postear fotos tuyas en las redes sociales? (ver gráfica 10), la mayoría de las adolescentes nunca suben fotos suyas o de amigos (as) a las redes sociales, mientras que otras solo suben fotos en las que ellas aparecen y si salen otras personas piden su permiso para subirlas. Al hablar de fotografías que se toman los y las adolescentes, en ocasiones no toman en cuenta los riesgos que pueden suceder si no protegen adecuadamente la fotografía que comparten, ya que puede haber robo de identidad y la creación de perfiles falsos haciendo uso de su propia imagen. Por otra parte, los adolescentes en su mayoría no suben fotos de ellos y quienes deciden subir fotografías a sus redes sociales no necesariamente son de su rostro, en ocasiones pueden compartir momentos con amigos (as) y familiares.

Gráfica 10. ¿Sueles postear fotos tuyas en las redes sociales?



Si bien puede haber diferencias en el tipo de fotos que los y las adolescentes suelen publicar (por ejemplo, las mujeres podrían publicar más selfies o fotos enfocadas en la apariencia, mientras que los hombres podrían publicar más fotos de actividades al aire libre o con amigos). Las diferencias percibidas en la frecuencia o el tipo de fotos publicadas pueden estar influenciadas por factores culturales, sociales, de género, así como la búsqueda de aceptación.

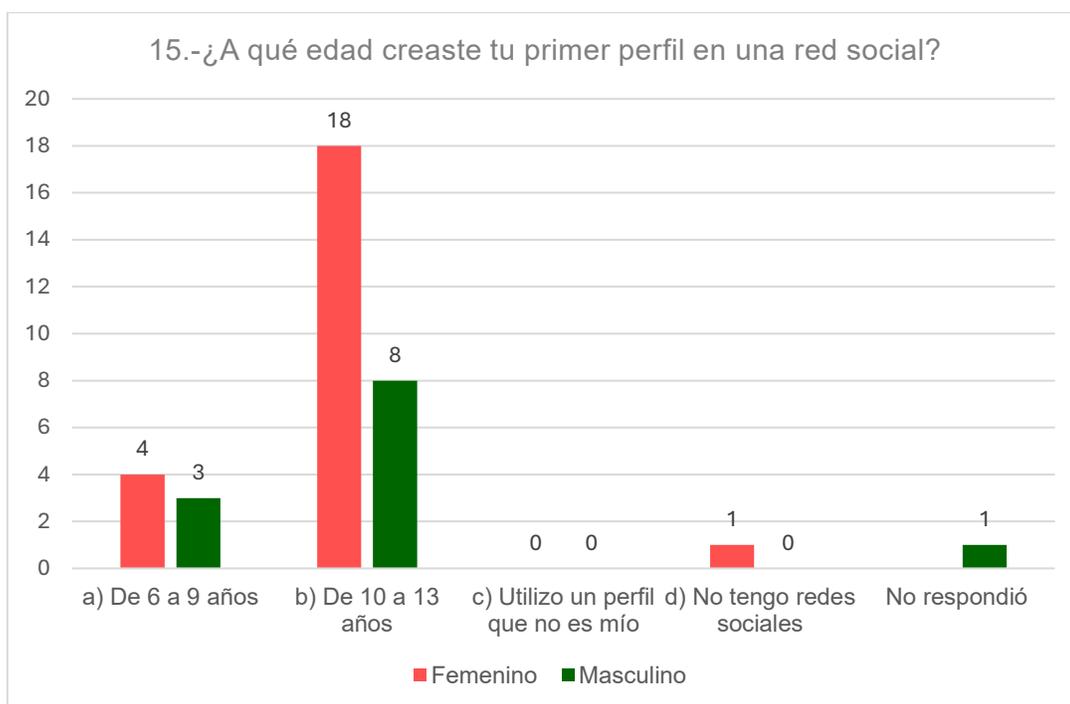
Por otro lado, Hütt (2012), señala que el teléfono móvil está adquiriendo cada vez un mayor protagonismo entre los hombres, mujeres y los usuarios más jóvenes con edades comprendidas entre los 19 y los 35 años.

A diferencia de Hütt (2012), consideramos que el teléfono móvil no solo en los y las jóvenes adquiere un mayor protagonismo, es más bien desde que tienen acceso a un dispositivo móvil ya que tienen la posibilidad de ingresar a otras plataformas como YouTube. Notamos con respecto al cuestionario en la pregunta 15, ¿A qué edad creaste tu primer perfil en una red social? cuatro de las adolescentes y tres de los adolescentes desde los 6 años utilizan alguna red social, pero la mayoría de ellas y

ellos respondieron que desde los 10 a los 13 años crearon un perfil en alguna red social.

También, en la gráfica 10, nos percatamos que una adolescente respondió que no tiene redes sociales, tal vez puede ser que use alguna de ellas, aunque no tenga conocimiento de que se trata de una red social, por ejemplo, YouTube, Pinterest, Snapchat, entre otras, por otro lado, uno de los adolescentes decidió no responder.

Gráfica 11. ¿A qué edad creaste tu primer perfil en una red social?



Es alarmante que desde los 6 años tengan acceso a un dispositivo electrónico ya que a esa edad aún están desarrollando su capacidad de razonamiento crítico, comprensión de conceptos y capacidad para discernir entre realidad y ficción.

De acuerdo con el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT) (2023):

(...) el 69% de las niñas y niños entre 7 y 11 años declaró usar [...] alguna red social. Se puede apreciar que el uso de las redes sociales entre los menores de edad ha tenido un crecimiento considerable, pues se pasó de un 39% en 2017 a un 69% en 2022. En cuanto

a las redes sociales y aplicaciones de mensajería instantánea más utilizadas por las niñas y niños se encuentran WhatsApp, YouTube, TikTok, Facebook y Zoom (párr. 31).

Esto los hace vulnerables a la manipulación, la desinformación y el contenido inapropiado que pueden encontrar en las redes sociales. La creación de un perfil en redes sociales para un niño o niña de 6 años representa una exposición a riesgos significativos. Asimismo, el uso a temprana edad y sin supervisión de algún familiar puede contribuir al desarrollo de hábitos adictivos, afectando el tiempo de juego, estudio y convivencia familiar. Tal como lo señalan los autores Aveiga, Ostaiza, Macías, X y Macías, M. (2018):

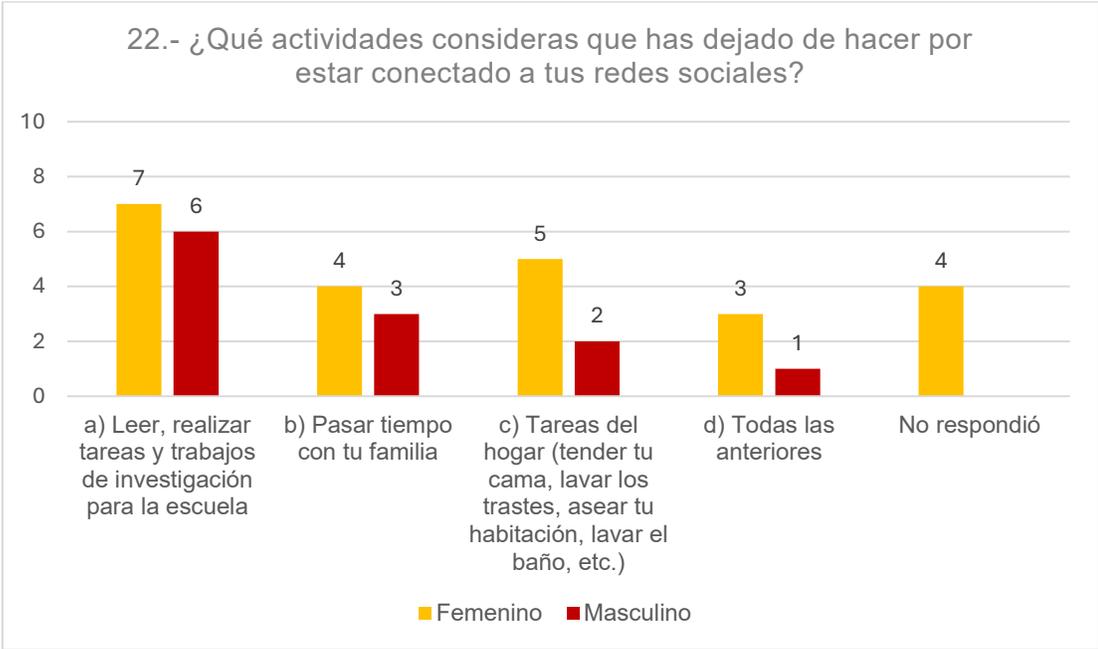
La tecnología en este siglo ha logrado una implantación tan rápida en la sociedad que, en poco tiempo, se fue apoderando de numerosos aspectos de las vidas de los seres humanos, siendo mayoritariamente vulnerables los niños, afectándoles en su comportamiento y en su relación con el entorno, debido a que ellos en la actualidad acceden con mayor facilidad a dispositivos electrónicos, sumergiéndose en diversos juegos y aplicaciones resultando atractivos para ellos, su uso fue convirtiéndose en un hábito perjudicial al no existir un debido control y un manejo adecuado de estas herramientas que brindan la tecnología, que los expone a innegables riesgos, como afectación en las relaciones interpersonales, conductas agresivas, impulsivas, egoístas, violentas , lo que desencadena bajo rendimiento académico (s/p).

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en colaboración con el IFT, realizó la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) en 2023. La encuesta identificó el uso de estas tecnologías para personas de 6 años o más, en la cual abordan la disponibilidad y mayor uso del teléfono celular entre la población. “La encuesta mencionada con anterioridad estimó que, en 2023, había 97.2 millones de personas usuarias de esta tecnología: 10 millones más que en 2020” (p. 3). Esta información refleja una progresiva pérdida en la importancia del ordenador de mesa en favor del ordenador portátil como dispositivo electrónico para conectarse a las redes sociales.

El mayor o menor uso del ordenador portátil se ve condicionado por la edad del usuario. En este sentido, consideramos que los y las adolescentes son los más predispuestos al uso de dispositivos electrónicos en la actualidad y en un futuro próximo el cual influirá en su desarrollo personal, social, académico y profesional.

En la gráfica 12 podemos observar qué actividades han dejado de hacer los y las adolescentes por estar conectados en sus redes sociales. La mayoría de las y los adolescentes respondieron que han dejado de leer, realizar tareas y trabajos de investigación para la escuela. Otra respuesta con mayor relevancia es que han descuidado las tareas de casa (tender la cama, lavar los trastes, asear su habitación, entre otras). También ellas y los le han restado tiempo a pasar tiempo con su familia. Mientras que algunas de ellas no respondieron.

Gráfica 12. ¿Qué actividades consideras que has dejado de hacer por estar conectado a tus redes sociales?



La gráfica revela un impacto significativo del uso de redes sociales en las actividades cotidianas de los y las adolescentes. Una gran proporción reportó haber reducido actividades del ámbito escolar y familiar, debido al tiempo dedicado a éstas. Es por ello

que la necesidad de fomentar un uso equilibrado y consciente de las redes sociales contribuye al desarrollo personal, social y profesional.

Las interacciones que tenemos en estas plataformas, así como la forma en que nos expresamos y nos comportamos en línea, contribuyen a dar forma a la imagen que los demás tienen de nosotros y, en consecuencia, a nuestra identidad digital.

2.5 Políticas de privacidad en redes sociales

En la era digital actual, las redes sociales se han convertido en herramientas fundamentales para la comunicación, la interacción y la creación de comunidades en línea. Para Recio (2022), una de las consecuencias de la evolución de la tecnología y los servicios digitales es el cambio constante en la privacidad de las personas. Las redes sociales son un claro ejemplo de esta situación.

Por otra parte, para Argente, Vivancos, Alemany y García-Fornes (2017), “muchos adolescentes utilizan ampliamente las redes sociales para incrementar su sociabilidad sin ser conscientes del valor de la información compartida y de los riesgos potenciales existentes relacionados con su privacidad y seguridad en la red” (p. 107).

Asimismo, a medida que millones de usuarios comparten sus vidas, pensamientos y experiencias en estas plataformas, surge una preocupación creciente sobre la gestión de la información personal y la privacidad. De acuerdo con Recio (2022) “El significado y alcance de los derechos a la protección de datos personales y a la privacidad también evolucionó de manera constante y rápida a la par de estas tecnologías” (p. 15). Mientras que las políticas de privacidad en redes sociales son documentos esenciales que delimitan cómo las plataformas recopilan, utilizan, almacenan y comparten los datos de sus usuarios.

‘La privacidad en internet implica, por una parte, considerar todos los aspectos que se plantean, dada la diversidad de cuestiones que van desde el tratamiento de datos personales con fines de publicidad hasta la vigilancia electrónica, así como la interrelación que este derecho tiene con otros derechos humanos, tales como el derecho

a la libertad de expresión'. Este principio también puede aplicarse a las redes sociales (Recio, 2022, p. 15).

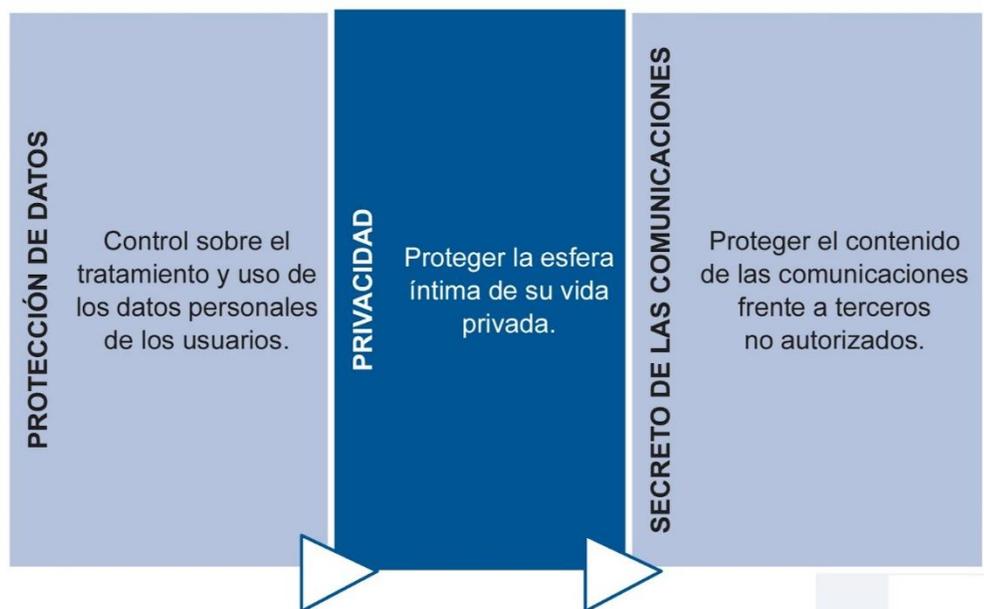
Estas políticas no solo definen las reglas para los usuarios, sino que también ofrecen una protección en un mundo donde la información personal puede ser rápidamente expuesta y mal utilizada.

Sin embargo, la complejidad de estas políticas y su redacción técnica a menudo dificultan la comprensión completa por parte del usuario. Esto puede llevar a malentendidos sobre los derechos y responsabilidades relacionados con la información personal. No obstante, a medida que las redes sociales siguen evolucionando y expandiéndose, es crucial que los usuarios adopten un enfoque consciente e informado hacia la privacidad. El autor Recio (2022), menciona que los derechos a la protección de datos personales y a la privacidad son dos derechos humanos reconocidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, que respectivamente tienen por objeto proteger el derecho de las personas a controlar el uso de sus datos personales y su privacidad o vida privada. También nos señala que:

A estos derechos se suma el derecho al secreto de las comunicaciones, ya que en muchos casos los usuarios de redes sociales u otros servicios digitales se comunican a través de servicios de mensajería electrónica, correo electrónico u otros servicios que se ponen a su disposición (p. 19).

A continuación, se muestra una breve descripción de estos tres derechos. Ver imagen 1:

Imagen 1. Derechos a la protección de datos personales, a la privacidad y el secreto de las comunicaciones



Fuente: Recio, M. (2022). *La privacidad en la era de las redes sociales*. s/p.

El Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT) citado en Recio (2022), ha señalado que las redes sociales son los servicios digitales que más información recopilan de los usuarios, es por ello, por lo que la importancia de las políticas de privacidad, su impacto en la seguridad y la confianza de los usuarios, y las implicaciones que tienen en la protección de la información personal en el contexto actual de constante conectividad digital, se deben analizar para que los usuarios comprendan y gestionen su privacidad en las redes sociales, así como el papel que juegan las legislaciones y regulaciones en la creación de un entorno más seguro y transparente.

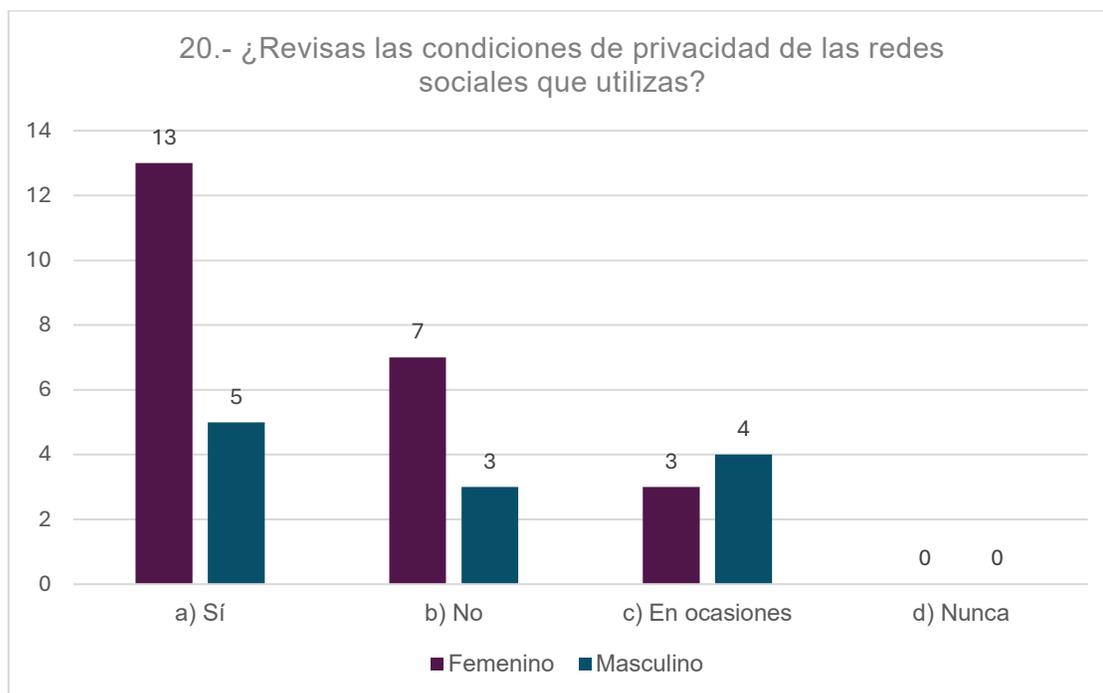
Al respecto, el Instituto Veracruzano de Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (IVAIPD), menciona que es importante proteger nuestras redes sociales por varias razones:

En primer lugar, nuestras cuentas a menudo contienen una gran cantidad de información personal, desde fotos hasta detalles sobre nuestras vidas y preferencias, que podrían ser utilizados por personas malintencionadas para el robo de identidad o el acoso en línea. Además, las redes sociales pueden ser vulnerables a ataques cibernéticos, lo que podría resultar en la pérdida de datos o el acceso no autorizado a nuestras cuentas. Nuestra reputación en línea también está en juego, ya que cualquier publicación inapropiada o comentario ofensivo podría tener consecuencias negativas en nuestra vida personal y profesional. Por último, proteger nuestros datos personales es crucial, ya que las plataformas de redes sociales recopilan y almacenan una gran cantidad de información sobre nosotros, y debemos asegurarnos de que esta información no sea utilizada de manera indebida o vendida a terceros sin nuestro consentimiento (p. 2).

Esto quiere decir que un factor importante a la hora de determinar la privacidad de una cuenta es el uso que hace cada usuario de las redes sociales. Dependiendo del tipo de red social y perfil que creamos deberemos tener una privacidad más restrictiva o menos restrictiva.

Relacionado con lo anterior, y de acuerdo con el cuestionario aplicado a los y las estudiantes, podemos percatarnos que, en su mayoría, respondieron que sí revisan las condiciones de privacidad, sin embargo, algunas de ellas y ellos no lo hacen y otras en ocasiones, como se muestra en la siguiente gráfica 13:

Gráfica 13. ¿Revisas las condiciones de privacidad de las redes sociales que utilizas?



Al revisar los datos, podemos decir que, aunque una parte de las y los adolescentes reportó que sí revisa las políticas de privacidad (éstas van de la mano con las condiciones de privacidad), es alarmante que la otra parte no lo haga o lo haga en ocasiones, ya que el uso de sus datos personales, la seguridad de su información y sus derechos, son factores importantes para la protección de su persona.

Para ejemplificar el tema, decidimos realizar un cuadro (ver cuadro 1) en el cual abordamos las políticas de privacidad de las redes más utilizadas. De acuerdo con Salvador (2019), una “política de privacidad explica cómo se tratan los datos personales de los usuarios y cómo se protege la privacidad cuando se hace uso del servicio” (p. 145).

Cuadro 1. Políticas de privacidad

Criterios	Facebook e Instagram	WhatsApp	TikTok
Año de publicación de las políticas	14 de noviembre de 2024	16 de febrero de 2024	02 de enero de 2024
¿En qué consisten las políticas de privacidad?	<p>En la política de privacidad, recopilan, usan, comparten, retienen y transfieren la información de cada usuario. También se describe durante cuánto tiempo conservan la información y cómo la protegen cuando la transfieren. Dentro de las mismas puedes conocer tus derechos</p>	<p>En esta Política de Privacidad se explican las prácticas que llevan a cabo con los datos, la información para proporcionar nuestros servicios. También hacen mención sobre la información que recopilan y qué implicaciones tienen para los usuarios. Así como explican las medidas que toman para proteger tu privacidad, cómo diseñar sus servicios de modo que no almacenen los mensajes entregados y proporcionar el control para comunicarte.</p> <p>Son una de las empresas de Meta. Por lo tanto, se puede obtener información sobre las formas en las que comparten información con toda la familia de empresas.</p>	<p>Esta política de privacidad explica cómo recopilan, usan, comparten y tratan la información personal de los usuarios y otras personas en relación con la plataforma.</p> <p>También mencionan que la información que recopilan sobre los usuarios es desde el perfil, el contenido que observan, los mensajes, contactos telefónicos y redes sociales, la comprobación de identidad, entre otras.</p> <p>En cuanto a información que recopilan automáticamente es desde el uso de la plataforma, la información inferida (intereses, género y rango de edad), información técnica, por ejemplo, el operador de telefonía móvil, la zona horaria, ubicación, entre otras.</p>

¿Cuál es la diferencia de estas políticas de privacidad?	Esta política de privacidad se aplica a lo que llaman productos de Meta o productos, que incluyen Facebook, Instagram y Messenger	A diferencia de Facebook e Instagram, esta red social no lee ni escucha los mensajes ni llamadas personales ya que se encuentran cifrados de extremo a extremo.	A diferencia de Facebook, Instagram y WhatsApp, TikTok es considerada por su creador como una Plataforma, sin embargo, forma parte de las redes sociales.
--	---	---	---

Fuente: Elaboración propia con base en las políticas de privacidad que se encuentran dentro de las aplicaciones de estas redes sociales.

Asimismo, hemos descrito la importancia de las políticas de privacidad y la necesidad de que los usuarios, especialmente los adolescentes, las comprendan. Sin embargo, la comprensión de estas políticas es solo el primer paso, en la era digital, la privacidad está intrínsecamente ligada a la construcción de nuestra identidad digital. La información que compartimos en línea, regulada o no por las políticas de privacidad, contribuye a la imagen que proyectamos y cómo nos perciben los demás.

2.6 Identidad digital

Para comenzar a hablar de la identidad digital primero definiremos qué es la identidad. La Fundación Telefónica (2013), define a la formación de la identidad como:

(...) un proceso que comienza a configurarse a partir de ciertas condiciones propias de la persona, presentes desde el momento de su nacimiento y, a partir de ahí, evoluciona según los hechos y las experiencias que le acontecen a lo largo de su vida. La identidad humana se configura así a partir de la interacción con el medio y el funcionamiento individual propio del sujeto, formándose entre ellos una tensión dinámica que guía la configuración de la identidad hacia una dirección determinada (p. 3).

Dicho lo anterior, la identidad es el conjunto de rasgos que nos individualizan y permiten distinguir a una persona de otra, confirmando que ésta es realmente quien dice ser, ya sea en el ámbito legal, familiar, digital, etc.

En la actualidad, las nuevas tecnologías relacionadas con la información y las comunicaciones están ampliando el concepto de identidad complementándolo con el de identidad digital. La identidad digital se refiere a la representación virtual de una

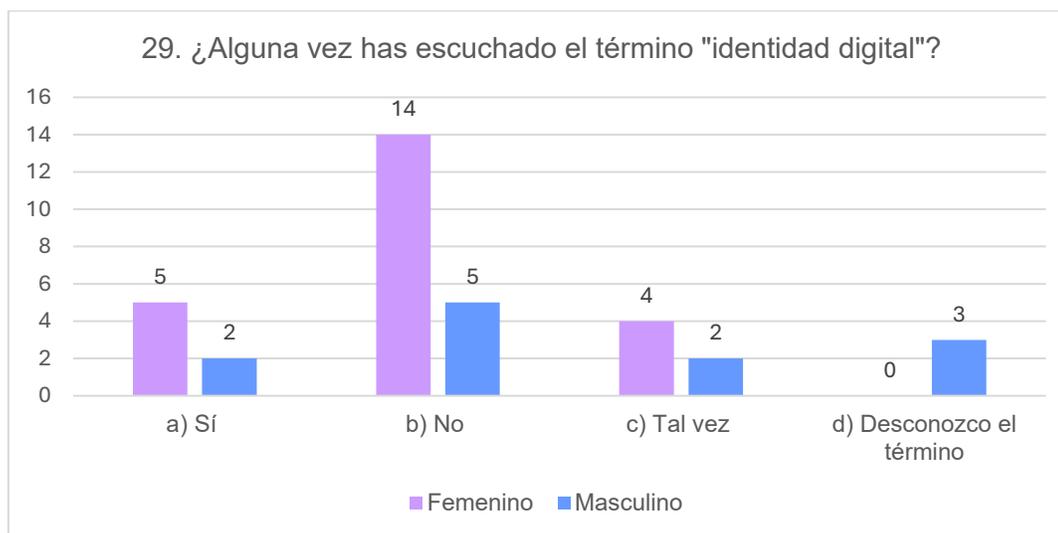
persona en el mundo en línea. Es la imagen que una persona proyecta a través de su presencia en internet, a través de sus perfiles en redes sociales, páginas web personales, blogs, comentarios en foros, entre otros.

Areces, Benotti, Cortez, et.al (2018), la definen como:

(...) el conjunto de informaciones publicadas en Internet sobre cada uno de nosotros. Esto incluye: datos personales, imágenes, videos, noticias, comentarios, gustos, amistades, etc. Todos estos elementos componen la imagen que los otros tienen de nosotros en la web y, de alguna forma, determinan nuestra reputación digital. La identidad digital es dinámica y compleja. Puede construirse sin que se corresponda exactamente con la realidad. Sin embargo, lo que se hace bajo esa identidad tiene consecuencias en el mundo real y viceversa. Por eso es importante ser consciente de ella y cuidarla de forma responsable (p. 33).

Una de las preguntas dentro del cuestionario fue ¿Alguna vez has escuchado el término "identidad digital"? La mayoría de las adolescentes respondió que no ha escuchado del término. En cuanto a los adolescentes 5 de ellos respondieron que no habían escuchado del término, 2 respondieron que sí, 2 más que tal vez y 3 de ellos respondieron que desconocen el término identidad digital, tal como se muestra en la gráfica 14.

Gráfica 14 ¿Alguna vez has escuchado el término "identidad digital"?



A diferencia de los y las adolescentes los tutores en la pregunta 19. ¿Ha oído hablar del término “identidad digital”? de la tabla 2 (ver anexo #4) respondieron lo siguiente: T3 Sí, es el conjunto de datos e información que se acumula para formar una imagen o reputación de cada persona en internet, T5 Sí, es la protección de datos de manera electrónica.

Es por ello que es importante que los y las adolescentes conozcan el concepto, tal como lo menciona Bermejo (2017):

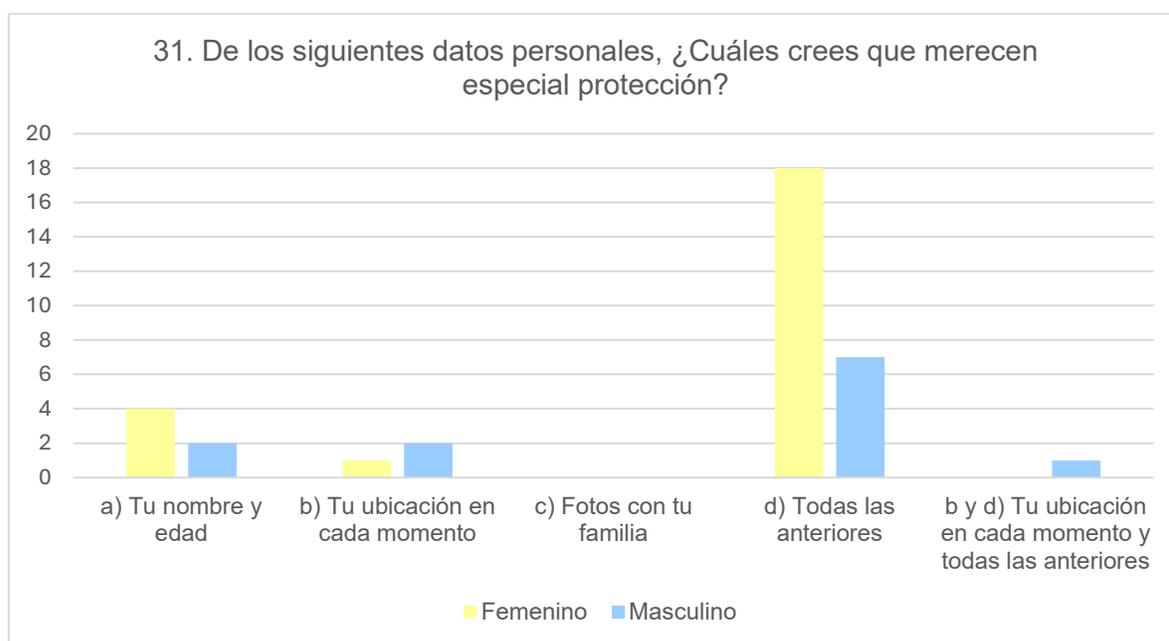
(...) en la red como usuario significa disponer de cierta representación de uno mismo, o dicho de otro modo, disponer de una identidad digital que es construida y alimentada por toda nuestra actividad virtual. Este aspecto puede suponer la primera disyuntiva en esta reflexión, pues nuestra identidad digital, que repercute de manera directa en nuestra reputación digital, puede o no, coincidir con nuestra identidad real o física (p. 38).

Aunado a esto, es importante hacerles saber que su identidad digital se verá reflejada por lo que publican en la red, lo que otras personas publican de ellos y en las relaciones virtuales que establezcan con los usuarios de internet.

Asimismo, surge la siguiente pregunta dirigida a los tutores de acuerdo con el uso de internet y redes sociales ¿Cómo pueden los adolescentes gestionar de manera segura su identidad digital y su privacidad en línea? Algunas respuestas de los tutores son las siguientes: el T2 menciona que “utilizando restricciones y supervisión de padres”, T3 “es necesario recurrir a los controles parentales y al monitoreo constante por parte de los padres”, T5 “en este tema los adolescentes son especialistas en ello” y el T6 “abriendo perfiles para infantes con condados parentales”. Nos percatamos que los tutores comparten la idea que es necesario que los padres se involucren en el cuidado y supervisión de los y las adolescentes y, asimismo, tomen medidas proactivas para protegerse como: configurar la privacidad en las redes sociales, utilizar contraseñas seguras, ser cautelosos al compartir información personal, entre otras. Ya que, al tomar medidas proactivas, los y las adolescentes pueden disfrutar de los beneficios de internet y las redes sociales mientras minimizan los riesgos asociados con su uso.

Por otra parte, de acuerdo con la gráfica 15 que nos muestra las respuestas de la pregunta número 31, de los siguientes datos personales ¿Cuáles crees que merecen especial protección? La mayoría de las adolescentes (18), respondieron que su nombre y edad, su ubicación en cada momento y las fotos con su familia. 4 de ellas respondieron que solo su nombre y edad. Una adolescente respondió que solo su ubicación en cada momento. En cuanto a los adolescentes, la mayoría respondió que los datos que merecen especial protección son, su nombre y edad, su ubicación en cada momento y las fotos con su familia. Otros respondieron que solo su nombre y edad y la minoría respondió que su ubicación en cada momento.

Gráfica 15. De los siguientes datos personales, ¿Cuáles crees que merecen especial protección?



De acuerdo con el modelo planteado por Georges, citado por Fundación Telefónica (2013), la identidad digital está constituida por diferentes tipos de datos:

(...) según el usuario tenga o no la intención de revelarlos, lo que da lugar a una identidad declarada, compuesta por aquella información que revela expresamente la persona, otra identidad actuante, según las acciones que ésta lleva a cabo, y otra calculada o inferida, según el análisis de las acciones que realiza la persona. Toda esta información puede

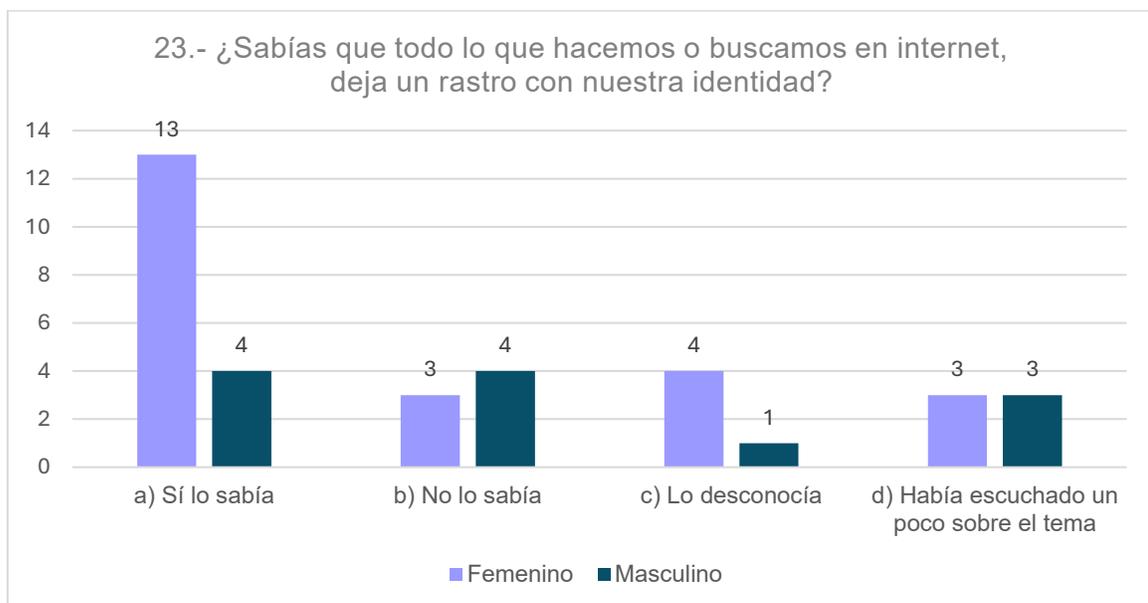
ser utilizada para configurar una idea de quién es y qué le gusta a una persona determinada (p. 11).

Nuestra presencia en plataformas como Facebook, Instagram o Twitter se ha convertido en una extensión de nosotros mismos, una especie de tarjeta de presentación virtual que dice mucho sobre quiénes somos y qué nos interesa.

Día a día compartimos fotos, videos, pensamientos y experiencias en nuestras redes sociales, creando así un perfil público que nos define en cierta medida. La forma en que elegimos presentarnos en estas plataformas dice mucho sobre nuestra identidad digital: qué nos gusta, qué nos disgusta, cuáles son nuestros valores y creencias, entre otros aspectos.

Para los y las adolescentes todo lo que hacemos y buscamos en internet y redes sociales deja un rastro de identidad, como observamos en la siguiente gráfica, la mayoría de las adolescentes respondió que sí lo sabían, mientras que los demás no lo saben, desconocen del tema o lo han escuchado pero muy poco.

Gráfica 16. ¿Sabías que todo lo que hacemos o buscamos en internet, deja un rastro con nuestra identidad?



Por lo tanto, la identidad digital es una parte indispensable de nuestras vidas en la era moderna y debemos ser conscientes de cómo nos presentamos en línea, tenemos la obligación de proteger nuestra información personal y mantener una imagen coherente. Cuidar nuestra identidad digital es parte de ser responsables y conscientes de nuestra presencia en el mundo virtual. Es crucial ser conscientes de cómo gestionamos nuestra identidad digital para controlar adecuadamente nuestra huella digital y asegurarnos de que refleje nuestra imagen de manera positiva y coherente.

2.7 Huella digital

La huella digital en el contexto de la era digital se refiere a la colección única de actividades en línea, interacciones y contribuciones que una persona realiza a través de plataformas digitales como son Facebook, Instagram, TikTok, Twitter, YouTube, entre otras, estas plataformas son entornos tecnológicos que permiten integrar servicios, aplicaciones y recursos en un mismo lugar. Si bien “La huella digital no tiene nada que ver con tus dedos, pero sí con el rastro que dejas en la web. Parece invisible, pero en realidad son millones de datos acumulados desde que creaste tu primer mail” (Fundación VTR, 2021, s/p).

Estas actividades pueden incluir publicaciones en redes sociales, comentarios en blogs, compras en línea, participación en foros, entre otros tipos de interacciones en línea. Cualquier persona que utiliza internet y dispositivos digitales (celulares, tabletas, ordenadores portátiles, reproductores digitales, entre otros) para llevar a cabo gran parte de sus actividades diarias, ya sea en el trabajo, para comprar ropa, comida, chatear con amigos/as, familiares, etc., y el rastro que vamos dejando como información o datos personales permitirán que logren identificarnos, en aquellos lugares por los que navegamos o en las redes sociales en las que participamos, es lo que se conoce como huella digital.

De acuerdo con el cuestionario aplicado los y las adolescentes en la pregunta ¿qué te imaginas que es la “huella digital”? (ver anexo #1 y #3), las adolescentes respondieron: A1 “es lo que tienes en el dedo con lo que te pueden identificar”, A2 “es una forma de

identidad sobre cada persona”, A6 “es para tener bloqueadas tus redes sociales”, A17 “es la huella dactilar del dedo”.

Mientras que las demás respondieron: A7 “es un rastro que dejas en una app a través de fotografía, mensaje o llamada”, A11 “es el rastro de todo lo que buscas”, A12 “es parte de tu información”, A16 “es un rastro que dejas cuando entras a internet”, A19 “Una marca que tienes de ti mismo y en el internet una que dejas de tu historial”.

Consideramos que las adolescentes A7, A11, A12, A16 y A19 tienen conocimiento o han escuchado sobre el término huella digital. Recordemos que la huella digital no tiene nada que ver con los dedos, pero sí con el rastro que dejamos en la web.

Por otra parte, el adolescente A1 respondió: “cuando voy al banco con mi mamá para hacer trámites le piden su huella digital para estar seguros de que es ella, la huella es algo que tenemos en los dedos”. Este adolescente y las adolescentes A1 y A17 se refieren a la huella dactilar. La cual de acuerdo con Guízar, Grijalva y Madrazo (2021):

(...) las huellas dactilares son impresiones de las crestas epidérmicas de los dedos con un patrón único, irrepetible y permanente, éstas son la base del método biométrico más empleado en la actualidad. Entre sus diversos usos destaca la identificación para múltiples actividades como acceder al trabajo o a teléfonos celulares, la operación de cuentas bancarias, las investigaciones criminales, etcétera (párr. 1).

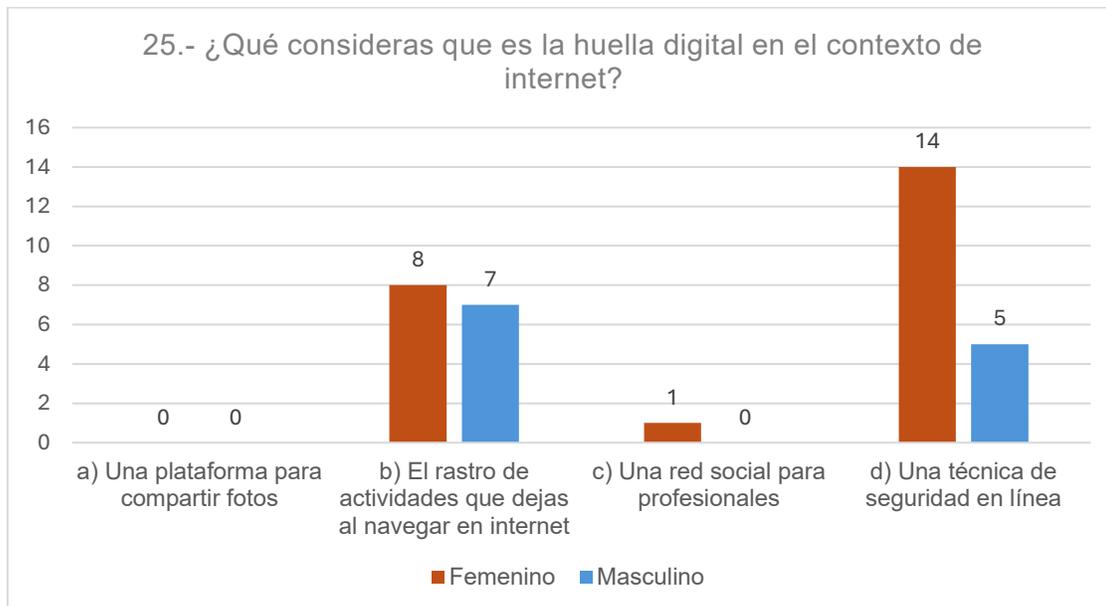
También, los adolescentes A4 y A11 (ver anexo 3) nos mencionan que la huella digital es como un rastro que dejas cuando buscas algo o algún movimiento que haces, es el rastro de todo lo que buscas en internet.

A diferencia de las y los adolescentes los tutores en la pregunta 18. Para usted ¿qué es la “huella digital”? respondieron lo siguiente: T2 Una contraseña de acceso; T3 Es un rastro de datos que se deja al usar internet; T4 La forma como se identifica un usuario de internet; T5 Una identidad personal y T6 Rastro que deja un usuario en redes sociales o páginas de internet. De acuerdo con lo antes mencionado, nos pudimos percatar que el conocimiento sobre el término “huella digital” entre los profesores no está del todo claro y probablemente esto se debe a una combinación de

factores, incluyendo formación académica, experiencia personal, enfoque curricular, diferencias generacionales y acceso a recursos, ya que lo asocian con la huella que usan para la contraseña de un celular o algún dispositivo. Conforme a la teoría revisada para la elaboración de este apartado podemos decir que la huella digital se refiere a la información y los datos que se generan y dejan en internet y las redes sociales cuando se interactúa en línea. Esto puede incluir información como: el historial de navegación y búsqueda, actividades en redes sociales (comentarios y publicaciones en línea), datos personales y de contacto.

En la siguiente gráfica, se muestra que la mayoría de los y las adolescentes consideran que la huella digital es “una técnica de seguridad en línea”, dicha respuesta se encuentra alejada de la realidad. Mientras que algunos de ellos y ellas respondieron que es “el rastro de actividades que dejas al navegar en internet”. Una de ellas respondió que es “una red social para profesionales”.

Gráfica 17. ¿Qué consideras que es la huella digital en el contexto de internet?



De acuerdo con el sitio web Lee, Investiga, Escribe y Comunica (LIEC, 2023-2024), la huella digital es:

(...) el rastro electrónico y digital de la interacción que tienen los equipos electrónicos, smartphone, computadoras, sensores, antenas y redes digitales mediante el intercambio de información; ésta se produce cuando se consultan las redes sociales, correos electrónicos, plataformas de entretenimiento, los periódicos, reproducción de videos, búsquedas de información académica, de ocio, cultural, religiosa, política, e-commerce o simplemente se paga con tarjetas de crédito y débito, es decir, cualquier tipo de comunicación de nuestros dispositivos con la red, ésta puede ser de forma directa e indirecta (párr. 2).

La huella digital tiene implicaciones en nuestra privacidad, seguridad y reputación en línea, por ello, es fundamental entender y gestionar nuestra huella digital en la era digital actual.

Asimismo, el sitio web LIEC de la Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información de la UNAM (Universidad Autónoma de México), plantea dos tipos de huella digital.

La primera es la huella digital directa que hace énfasis en la información que una persona publica activamente en línea a través de sus perfiles en redes sociales, blogs, sitios web personales, comentarios en publicaciones, fotos, videos, entre otros.

Mientras que la huella digital indirecta se refiere a la información que se genera sobre una persona a través de acciones de otras personas, sitios web. Esto puede incluir etiquetas en redes sociales, menciones en publicaciones, búsquedas y visualización de información, revisión de registros de actividad y seguimiento en línea. Estas acciones pueden crear una imagen digital indirecta de la persona, a menudo sin que sean conscientes de ello. Para Rivera (2004-2005):

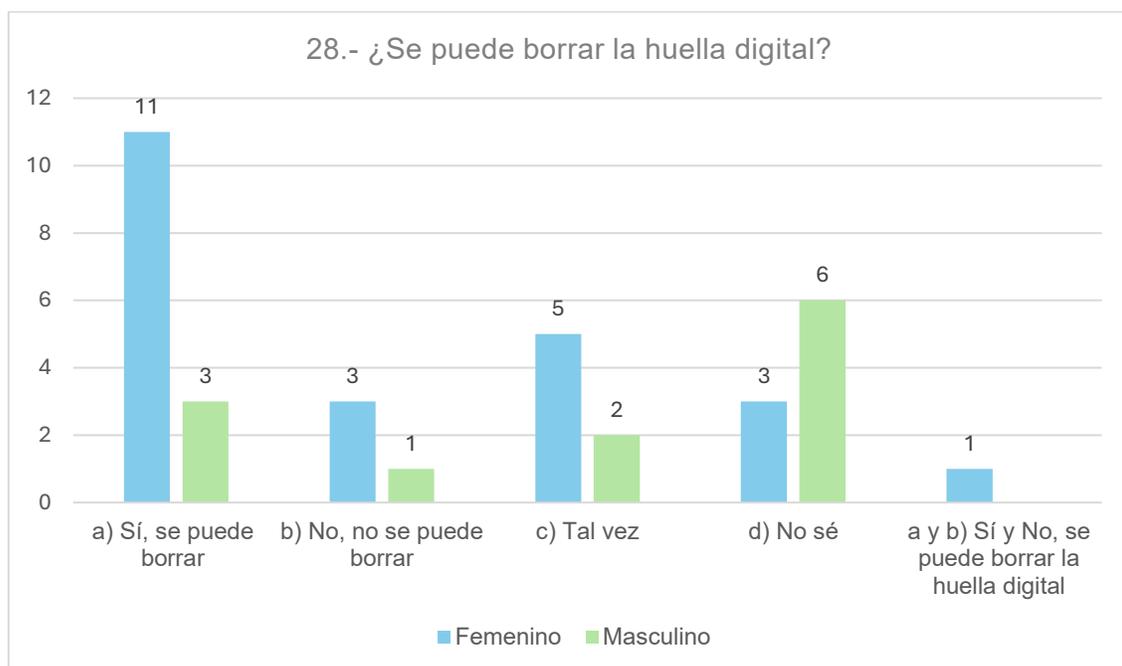
Las huellas digitales son los registros y rastros que dejamos al utilizar Internet. Las huellas digitales pueden representar un riesgo o un beneficio para cada persona, pero nunca son irrelevantes. Se trata de información que otras personas utilizan para ganar

dinero, para averiguar cuáles son nuestras preferencias y para saber información de nuestra vida privada [...] (p. 2).

Huidobro (2020) plantea que no solo cuando navegamos por internet se va dejando un rastro, hoy en día la mayoría de las personas son controladas por los dispositivos electrónicos como es el celular, en él se genera una serie de acciones que permite compartir información personal a través de internet y a servicios online, el registro a algún servicio o red social, sin proteger sus datos personales, puede afectar al usuario a largo plazo ya que estará renunciando a su privacidad.

Aunado a esto, se planteó la siguiente pregunta ¿se puede borrar la huella digital? los y las adolescentes en su mayoría, respondió que sí se puede borrar, mientras que otros no saben, algunos consideran que tal vez y la minoría dice que no. Como se muestra en la siguiente gráfica:

Gráfica 18. ¿Se puede borrar la huella digital?



De acuerdo con De la Rosa (2022), “los registro y rastros que dejas cada vez que como usuario usas internet, reciben el nombre de huella digital, ya sea al ingresar a tus redes sociales, compartir una publicación o cualquier actividad” (párr. 1).

Dicho autor nos menciona que la Profeco manifestó que es muy difícil eliminar por completo la huella digital, pero existen ciertas recomendaciones que pueden ayudar a configurar los dispositivos y cambiar los ajustes de privacidad.

La huella digital puede ser casi imborrable, ya que las actividades en línea pueden quedar almacenadas en la red de forma permanente, incluso si se eliminan. También puede ser ampliamente accesible al público, lo que significa que otras personas pueden ver las actividades en línea de una persona, ya sea a través de publicaciones que comparten en sus redes sociales, las amistades que agregan sin conocer, los comentarios que realizan y likes que brindan a otras publicaciones y páginas, en ocasiones pueden compartir su ubicación, así como información acerca de sus familiares.

La huella digital se forma a través de las actividades que realizamos en la web, por ejemplo, cuando generamos información sobre nosotros mismos al publicar en redes sociales, cuando compartimos nuestra ubicación en algún sitio o nos registramos en algún portal. También se puede generar cuando otros comparten información sobre nosotros al publicar textos, imágenes o videos en los que aparecemos. Cada vez que navegamos en las páginas y los buscadores web se guarda información de nosotros (nombre de usuario o preferencias de navegación), estos se llaman Cookies. Las Cookies son archivos que los sitios web o las aplicaciones instalan en el navegador o en el dispositivo (smartphone, tablet o televisión conectada) del usuario durante su recorrido por las páginas del sitio o por la aplicación, y sirven para almacenar información sobre su visita (<https://youtu.be/D5aBOPW1eDc>).

En cuanto a internet, en los sitios web en los que navegamos, las cookies que aceptamos para abrir una página, el historial de navegación (sitios visitados, búsquedas realizadas), permiten que la huella digital pueda ser utilizada para publicidad personalizada, análisis de comportamientos, seguimiento de ubicación y robo de identidad. De esta forma, es recomendable que para proteger nuestra huella digital utilicemos la configuración de privacidad en nuestras redes sociales, limitemos

la información personal que compartimos, utilicemos navegadores seguros y, sobre todo, leamos las políticas de privacidad de sitios web, redes sociales y aplicaciones.

CAPÍTULO 3. ALGUNAS SITUACIONES DE RIESGOS EN LA ERA DIGITAL

En este capítulo retomamos nociones que nos llevan a entender algunas situaciones de riesgo al hacer uso de internet y las redes sociales, a los que tienen acceso los y las adolescentes, explorando los conceptos teóricos que sustentan la comprensión de este fenómeno. Reconocemos que uno de los extremos en el uso del internet y de las redes sociales es la dependencia y abuso hasta llegar a una adicción. Comenzamos definiendo los términos clave: dependencia, adicción y adicción de conectividad, diferenciando ambos conceptos. Finalmente, rescatamos el concepto de factores de protección, analizando aquellos elementos individuales, familiares y sociales que pueden reducir el riesgo de desarrollar una adicción a internet y redes sociales en la adolescencia.

Este capítulo proporciona información para comprender la complejidad de hacer uso de internet y redes sociales en la adolescencia. Si bien, inicialmente tuvimos la intención de abordar la adicción a internet y redes sociales; dada la configuración de los cuestionarios que aplicamos, no llegamos a constatar que la población muestra tenga un problema de adicción, aunque sí lo abordamos a nivel teórico, porque consideramos que es un tema relevante, lo que sí es que desde los capítulos anteriores encontramos situaciones de riesgo a las que se pueden enfrentar.

3.1 Situaciones de riesgo en la adolescencia

Como hemos señalado, la adolescencia es una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta, es aquí cuando las y los adolescentes comienzan a formar su individualidad y a desarrollar sus habilidades sociales e interpersonales. Esta transformación conlleva ciertos riesgos y momentos de vulnerabilidad propios de la etapa.

Para la Nueva Escuela Mexicana (2022), una situación de riesgo son “acciones asociadas a las conductas de riesgo que llevan a las personas a poner en riesgo su salud o su vida y cuando sus comportamientos afectan la integridad o ponen en juego la vida de los otros” (párr. 16).

Así como también se menciona que:

Como adolescentes tienen que estar muy atentas y atentos a los factores negativos que hay en su entorno y a cómo repercuten en sus decisiones; si esos factores están influyendo en las conductas que están asumiendo, principalmente aquellas que los exponen a situaciones de riesgo que conllevarían a poner en peligro su integridad y su vida (párr. 22).

Dicho lo anterior, las situaciones de riesgo en los adolescentes son aquellas circunstancias o factores que aumentan la probabilidad de que los adolescentes se vean involucrados en comportamientos que pueden ser perjudiciales para su salud física, mental y emocional.

La Secretaría de Seguridad Pública (2011), menciona que, en este contexto, la adolescencia:

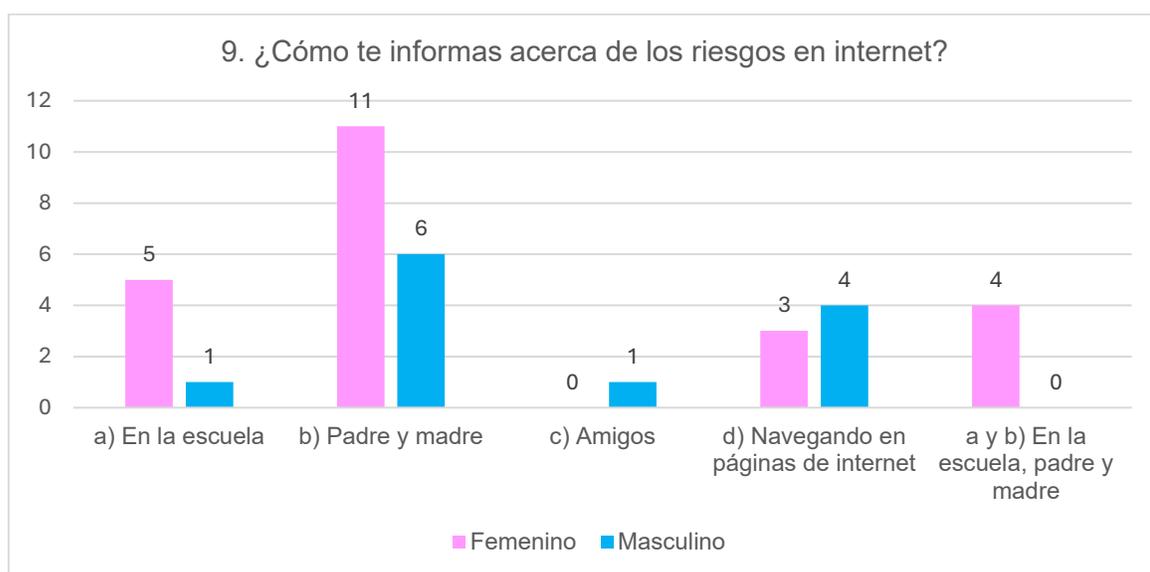
Se encuentra actualmente asociada a la presencia de riesgos como consumo de tóxicos, SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual, embarazo precoz o indeseado, depresión, accidentes e incluso la muerte; pero también con el concepto de circuitos de riesgo, que permiten identificar la presencia de conductas adicionadas, complementarias y crecientes en peligrosidad, lo que incrementa la vulnerabilidad (p. 5).

Tal como lo menciona la Secretaría de Seguridad Pública, algunas de las situaciones de riesgo más comunes en los adolescentes son el consumo de drogas y alcohol. Conductas sexuales de riesgo como la falta de información adecuada, la presión social y la falta de protección que pueden llevar a los adolescentes a tener relaciones sexuales no seguras, lo que aumenta el riesgo de infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados. Violencia y conflicto, donde los adolescentes pueden estar expuestos a situaciones de violencia en su entorno familiar, escolar o social, lo que puede afectar su bienestar emocional y psicológico.

Dentro del cuestionario aplicado para el desarrollo de esta investigación, en la pregunta número 9 ¿Cómo te informas acerca de los riesgos en internet? Podemos

observar en la siguiente gráfica que la mayoría de las adolescentes se informan preguntando a su padre y madre, otras de ellas en la escuela, y algunas más navegando en páginas de internet. En cuanto a los adolescentes ellos también se informan con sus padres, pero poco menos de la mitad lo hace navegando en páginas de internet.

Gráfica 19. ¿Cómo te informas acerca de los riesgos en internet?



Por ello, es importante que los adolescentes reciban el apoyo adecuado para enfrentar estas situaciones de riesgo y desarrollar habilidades para tomar decisiones saludables y responsables.

3.2 Dependencia y adicción

La dependencia es una condición en la que una persona experimenta una necesidad compulsiva o un deseo intenso de realizar una determinada actividad, lo cual puede interferir con su vida diaria y provocar problemas en su bienestar físico, emocional o social. Para Montorio (2007) citado en Gutiérrez y Vásquez (2019) la dependencia se relaciona con:

(...) un fenómeno que refleja la pérdida de autonomía personal cuya principal consecuencia es la necesidad de apoyo para que la persona pueda ajustarse e

interactuar con su entorno. Así, la dependencia suele ser entendida como un fenómeno unidimensional, es decir, un declive, en términos físicos, susceptible de ocurrir en mayor o menor medida (p. 17).

Asimismo, la dependencia se caracteriza por la aparición del síndrome de abstinencia en cuanto deja de administrarse la sustancia, por otra parte, la dependencia es un paso previo a la adicción.

Durante mucho tiempo se ha considerado que una adicción es un problema relacionado con las drogas o el alcohol, en donde a pesar de las consecuencias negativas, no se puede dejar de consumir la sustancia o repetir una determinada conducta, sin embargo, de acuerdo con Echeburúa y Requesens (2012) “cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio” (p. 49).

Por lo tanto, una adicción se refiere a una dependencia psicológica o física hacia una sustancia, actividad o comportamiento en particular, que resulta una compulsión y pérdida de control sobre su consumo o práctica; la adicción puede tener efectos negativos en la vida de una persona en el ámbito educativo, familiar, social, de ocio y tiempo libre. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) citado en la página web Prevención de adicciones (2017, <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/prevencion-adicciones>):

Una adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es una enfermedad progresiva y fatal, caracterizada por episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad (párr. 2).

“La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses” (Echeburúa y Requesens, 2012, p. 50). Asimismo, la adicción ocurre cuando los individuos buscan compulsivamente sustancias o actividades por placer a pesar de sus consecuencias negativas.

Lo que caracteriza a una adicción, de acuerdo con Gutiérrez y Vásquez (2019), es la pérdida de control y la dependencia, ya que existe una necesidad compulsiva de consumir la sustancia o realizar una actividad adictiva, a menudo sin tener control sobre ello; con el tiempo, se necesita más cantidad de la sustancia o se requiere más tiempo dedicado a la actividad adictiva para lograr los mismos efectos. Las personas son incapaces de controlar o detener su consumo o participación en la actividad adictiva, a pesar de las consecuencias negativas que pueda acarrear, esta actividad se convierte en una prioridad sobre otros aspectos importantes de la vida.

Cualquier comportamiento que cumpla los siguientes seis criterios será definido, de acuerdo con Fernández (2013) citado en Gutiérrez y Vásquez (2019), como adicción:

- Fuerte deseo o necesidad de consumir la sustancia (adicción).
- Dificultades para controlar dicho consumo.
- Síndrome de abstinencia al interrumpir o reducir el consumo.
- Tolerancia.
- Abandono progresivo de intereses ajenos al consumo de la sustancia. (inversión de tiempo en actividades relacionadas con la obtención de la sustancia).
- Persistencia en el uso de la sustancia a pesar de percibir de forma clara sus efectos perjudiciales.
- Conflicto y recaída (p. 524).

Es importante tener en cuenta que cada adicción puede manifestarse de manera diferente en cada individuo. Asimismo, podemos decir que la adicción se caracteriza por una modificación del comportamiento y otras reacciones que siempre obedecen a un impulso irreprimible por consumir una sustancia no necesariamente química de forma continua o periódica. A continuación se presenta en el siguiente cuadro el análisis de dos revistas que muestran dos escalas de adicción a las redes sociales.

Cuadro 2. Algunas escalas de adicción a internet

Tema	Instrumento	Autores	Indicadores
Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI)	Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)	Montserrat Peris Carmen Maganto Maite Garaigordobil	-Síntomas-adicción - Uso-social - Rasgos-frikis - Nomofobia
Valoración psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes mexicanos	Cuestionario de Adicción a Redes sociales (ARS)	Karla Edith González Alcántara Rafael Corominas Tortolero Cecilia Silva	-Obsesión a redes sociales -Falta de control personal en el uso de Las redes sociales -Uso excesivo de la red social.

Elaboración propia con base en Peris, M; Maganto, C. y Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). En: *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. González, K; Corominas, R. y Silva, C. (2021). Valoración psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes mexicanos. En: *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*.

Es importante mencionar que nuestro cuestionario dirigido a adolescentes estuvo seccionado por cinco dimensiones las cuales fueron: internet, redes sociales, huella digital, identidad digital, internet y redes sociales en la pandemia Covid-19. Mientras que el cuestionario dirigido a tutores consta de tres dimensiones: internet y redes sociales, huella digital e identidad digital, internet y redes sociales en la pandemia por Covid-19.

La Revista de psicología clínica con niños y adolescentes llevó a cabo una investigación en la cual desarrollaron una Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) en la cual utilizan cuatro factores: Síntomas-adicción, Uso-social, Rasgos-frikis y Nomofobia. El factor síntomas-adicción se refiere

a las conductas de adicción a sustancias no tóxicas, por ejemplo: “Acceder a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora”; “Ahora mismo sentirían rabia si tuviera que prescindir de las RSI”; “Han perdido horas de sueño por conectarse a las redes sociales y por ver series”, etc. El factor uso-social evalúa conductas habituales de la “socialización virtual” adolescente. Algunos ejemplos son: “Consulto los perfiles de mis amigos”, “Utilizo el chat”, “Comentamos las fotografías entre amigos / as”, etc. El factor rasgos-frikis recoge aspectos propios como unirse a grupos con interés específico, jugar a juegos virtuales y de rol, tener encuentros sexuales, etc. El factor nomofobia relacionado con ansiedad y control en el uso del móvil. Ejemplos de ítems son: “Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia”, “Me pondría furioso si me quitaran el móvil”, etc. Tomando en cuenta los indicadores, algunos de los ítems que coinciden con los que elaboramos y utilizamos se muestran en las tablas 3 y 4. Nos permitimos señalar que, en el momento de realizar los cuestionarios aplicados a los sujetos de nuestra muestra, desconocíamos estos instrumentos, sin embargo, coincidimos en algunos ítems planteados en ellos con el cuestionario que elaboramos.

Cuadro 3. Ítems de Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) e ítems del cuestionario elaborado

ítems de Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI)	ítems cuestionario
1. Teniendo en cuenta todas las veces que visitó las RSI y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que pasó diariamente en ellas (síntomas-adicción)	4.- ¿Cuántas horas al día la pasas en Internet? (ver gráfica 2).

12. Subo fotografías y / o videos (uso-social)	21.- ¿Sueles postear fotos tuyas en las redes sociales? (ver gráfica 8, capítulo 2)
17. Hacer nuevos amigos/as (uso-social)	18.- ¿Para qué utilizas las redes sociales? (ver gráfica 7, capítulo 2)

Las autoras Peris, Maganto y Garaigordobil (2018), señalan que los resultados concuerdan con investigaciones que afirman que:

la adicción se debe en gran parte a los rasgos de personalidad que la propician (Öztürk et al., 2015). Blachnio et al. (2016) indican que, en adolescentes, existe relación entre ser más extrovertido y estar abierto a nuevas experiencias a través de internet, lo que propicia el riesgo de adicción ya que dedican un tiempo alarmante al uso-social (realizan constantes actualizaciones de estado, incrementan las amistades online y comparten más imágenes-videos y publicaciones que los introvertidos (Jeong et al., 2016), (p. 35).

La Investigación realizada por González, Corominas y Silva (2021), para la Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes fue, en primera instancia, un estudio piloto donde participaron 10 jóvenes de entre 17 y 19 años que estudiaban el nivel medio superior en una escuela privada de la Ciudad de México y para el análisis de los reactivos participaron 744 adolescentes (423 mujeres y 321 hombres) con edades entre 17 y 19 años, seleccionados por medio de muestreo no probabilístico e intencional.

El cuestionario está conformado por 24 reactivos en una escala Likert de 5 puntos que va de nunca a siempre (a los que se les asignaron puntajes de 0 a 4).

Cuadro 4. Ítems Cuestionario de Adicción a Redes sociales (ARS) e ítems del cuestionario elaborado

Ítems Cuestionario de Adicción a Redes sociales (ARS)	Ítems cuestionario
<p>Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales</p> <p>Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales</p>	<p>22. ¿Qué actividades consideras que has dejado de hacer por estar conectado a tus redes sociales? (ver gráfica 10, capítulo 2)</p>
<p>Invierto mucho tiempo al día conectándome y desconectándome de las redes sociales.</p> <p>Permanezco mucho tiempo conectado(a) en las redes sociales</p>	<p>19. ¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales? (ver gráfica 5, capítulo 2)</p>

Los autores mencionan que “la investigación sobre la adicción a redes sociales es relativamente reciente, por lo que aún no hay información contundente y son pocos los instrumentos con propiedades psicométricas adecuadas para evaluarla” (p. 27). Los mismos autores consideran que es necesario contar con más de un instrumento validados y cuya estructura sea adecuada para evaluar a los adolescentes mexicanos.

3.3 Adicción de conectividad

En la actualidad, la adicción a internet y a las redes sociales, de acuerdo con Echeburúa, Amor y Cenea (1998) citado en Muñoz y Ramírez (2016), es considerado “un fenómeno preocupante, debido a que el abuso de éstas puede ser una manifestación secundaria a otra adicción principal o a otros problemas

psicopatológicos, tales como la depresión, la fobia social u otros problemas de tipo impulsivo-compulsivo” (p. 46).

La adicción a la conectividad, también conocida como adicción a internet o adicción tecnológica, se refiere a la dependencia excesiva y descontrolada de las personas hacia el uso de dispositivos electrónicos con conexión a internet, como celulares, tabletas, computadoras, entre otros. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, citada en Dimitri 2021, <https://www.giftpsicologia.com/adiccion-a-internet/>):

(...) el uso excesivo de las tecnologías o Internet tiene la misma consecuencia que una droga. De esta forma se ha determinado que la adicción a Internet y el uso excesivo de las nuevas tecnologías como smartphones o tablets entre otros, se califica ya como enfermedad (párr. 3).

Esta adicción se caracteriza por una necesidad compulsiva e incontrolable de estar constantemente conectado, lo que puede interferir con las actividades diarias, así como algo que caracteriza a todas las adicciones de acuerdo con Echeburúa y Requesens (2012), es la negación y ocultación del problema y puede ser causada por diversos factores, como la facilidad de acceso a la tecnología, la gratificación que ofrece el uso de dispositivos electrónicos.

Las personas que presentan esta adicción pueden experimentar síntomas como la incapacidad de desconectarse de los dispositivos, una obsesión constante por revisar sus redes sociales o correos electrónicos, la necesidad de estar conectados en todo momento e incluso la ansiedad o el malestar cuando no tienen acceso a internet. Estas conductas pueden interferir con el trabajo, los estudios, las relaciones sociales y personales.

La OMS (2021), también afirma que aquellos que padecen de esta adicción a internet, las redes sociales y demás tecnologías, donde su utilización continuada y exagerada tiene el mismo efecto en sus cerebros que algunas sustancias como la cocaína y la heroína. De esta forma, se ha determinado que la adicción a internet y el uso excesivo

de las nuevas tecnologías como smartphones o tablets, entre otros, se califica ya como enfermedad.

Tal como lo mencionan los tutores en algunas de las respuestas obtenidas en el cuestionario aplicado respecto a la pregunta número 6 (ver anexo #4) ¿Cuáles son los posibles efectos del uso excesivo de internet y redes sociales en los adolescentes? El T1 menciona “distracción, pereza, pérdida de la vista y apatía. T2 “pues si lo vemos desde el lado malo la adicción de juegos y el mal uso de redes sociales que puede terminar en violencia psicológica”. T4 “distorsión de la realidad y deshumanización”. T6 “falta de socialización personal entre los jóvenes y falta de ejercitación”.

Para Young, (1998) citado en Echeburúa y De Corral (2010), las principales señales de alarma que evidencian dependencia a las TIC o a las redes sociales son:

- Privarse de sueño (5 horas) para estar conectado a la red, a la que dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
- Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
- Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
- Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
- Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego (usando internet o inmerso en las redes sociales en línea).
- Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.

Consideramos que, tal vez, no se privan de sueño 5 horas, pero sí se duermen más tarde, descuidan otras actividades como hacer ejercicio, pasar tiempo con su familia, con sus amigos, leer, realizar tareas, dejar de estudiar, etc., como se mostró en la gráfica 3 del capítulo 2.

Esto quiere decir que la adicción a internet o las redes sociales es una forma específica de dependencia en la que una persona experimenta una necesidad compulsiva de utilizar el internet o las redes sociales de manera excesiva y constante. Esto puede llevar a la persona a dedicar una gran cantidad de tiempo a navegar por internet, interactuar en redes sociales o jugar videojuegos en línea, descuidando otras áreas de su vida y provocando problemas en sus relaciones interpersonales y rendimiento académico o laboral; este desorden adictivo se desarrolla por el uso excesivo e inapropiado de los teléfonos celulares, los videojuegos, las redes sociales y otros recursos similares.

Para Chóliz y Marcos (2020) el internet se trata de una herramienta que se ha vuelto indispensable en nuestra sociedad y está en la base del funcionamiento de la mayoría de las actividades económicas y sociales. Para Young (1998) citado en Chóliz y Marcos (2020), el término adicción a internet hace referencia “al uso problemático de Internet (principalmente a través del ordenador), que resultaba esencialmente desadaptativo en las esferas sociales y personales” (p. 15). De acuerdo con Beard (2002) citado en Malander (2019), las personas adictas a internet son incapaces de controlar su uso y ponen en peligro el empleo y las relaciones interpersonales.

Por otra parte, el Instituto Mexicano de la Juventud (2018) plantea que las redes sociales como Facebook, Twitter, YouTube, entre otras, representan para la población joven, así como para otras generaciones, pero en menor medida, una nueva forma de informarse, comunicarse y socializar, no obstante, también presentan importantes desventajas que afectan la salud de los usuarios como: depresión, ansiedad, problemas de sueño e inseguridad.

Una encuesta realizada por la Sociedad Real de Salud Pública (RSPH, por sus siglas en inglés) reveló que Facebook, YouTube, Instagram, Twitter y Snapchat, las cinco redes sociales que se han vuelto indispensables en el día a día de la mayoría de los jóvenes, empeoran su salud mental en cuatro aspectos: la calidad del sueño, la imagen corporal, el ciberacoso y la inseguridad (IMJUVE, 2018, párr. 2).

Por ello, es importante buscar un equilibrio en el uso y consumo de la tecnología y mantener hábitos de desconexión para protegernos.

Asimismo, se puede considerar dicha adicción como una adicción sin sustancias que, de acuerdo con Fernández y López (2010):

(...) cualquier actividad normal percibida como placentera es susceptible de convertirse en una conducta adictiva, aunque lo que define a esta última es que la persona pierde el control al desarrollar una actividad determinada y continúa con ella a pesar de las consecuencias adversas, así que adquiere una dependencia cada vez mayor de esa conducta. De este modo, el comportamiento está desencadenado por un sentimiento que puede ir desde un deseo moderado hasta una obsesión intensa y es capaz de generar síndrome de abstinencia si se deja de practicarlo. Por ello, el sujeto, desestabilizado por el objeto de su adicción, llega a perder interés por otro tipo de conductas que anteriormente le resultaban satisfactorias (p. 3).

Para Faiburn (1999), citado en Fernández y López (2010):

(...) una adicción sin droga es toda aquella conducta repetitiva que resulta placentera, al menos en las primeras fases, y que genera una pérdida de control en el sujeto (más por el tipo de relación establecida por el sujeto con la conducta, que por la conducta en sí misma), con una interferencia grave en su vida cotidiana, familiar, laboral y social (p. 3).

La adicción a la conectividad o adicción a la tecnología se ha convertido en una preocupación significativa en nuestra sociedad actual. A medida que nos adentramos más en la era digital, es fundamental reconocer los efectos que el uso excesivo de dispositivos y plataformas puede tener en nuestras vidas, desde las relaciones interpersonales y el rendimiento académico (Echeburúa y Requesens, 2012).

En la actualidad, los adolescentes enfrentan a una serie de desafíos relacionados con las nuevas tecnologías y el acceso a internet. Estas circunstancias han dado lugar a la aparición de nuevas formas de adicción que pueden afectar su salud mental y bienestar (IMJUVE, 2018). Tienen que ver con el contacto o la búsqueda de objetos que puedan satisfacer las necesidades desde el “llenar el espacio vacío” hasta adicciones a sustancias, a comportamientos o situaciones.

La adicción comportamental es definida por Didia, Dorpinghaus, Maggi y Haro (2009), citados en Hernanz (2015), como:

(...) una actividad que en principio puede ser placentera o útil para la vida de una persona, pero luego se convierte en algo dañino para el individuo. Aún consciente de esta cualidad, no puede abandonarla y pierde de esta manera la capacidad de elegir y controlar su conducta. Ello da lugar a una obsesión que cobra el lugar de un deseo constante, inevitable que ocupa la mayoría de los intereses o actividades del sujeto, dejando a las demás de lado (p. 310).

Dicho lo anterior, esta adicción es un fenómeno creciente en la sociedad moderna, caracterizado por la compulsión hacia actividades que, aunque no implican el consumo de sustancias, pueden generar consecuencias negativas significativas en la vida de las personas.

Tal como lo menciona Didia, Dorpinghaus, Maggi y Haro (2009):

La aparición en nuestras vidas cotidianas de las nuevas tecnologías, utilizadas de manera saludable, proporciona múltiples beneficios. No obstante, el uso irresponsable y excesivo de Internet, los video juegos o los teléfonos celulares, ha generado diferentes problemáticas que afectan diversas áreas de la vida de millones de usuarios, y ha provocado un caos que difícilmente pueda llamarse progreso (p.74).

Hayez (2006), citado en Hernanz (2015), señala tres factores que influyen y favorecen la adicción a las nuevas tecnologías: el producto, el entorno y el sujeto.

El producto: en este caso es abundante, barato y de fácil acceso. El diseño de los instrumentos es muy 'amable' porque se pueden transportar para llevarlo a todas partes. Han sido diseñados para poder disponer de ellos durante largas horas en las que los adolescentes están más pendientes de las conversaciones con su grupo de amigos. (...) El entorno: Muy favorecedor a través de las campañas publicitarias hace que se vuelva muy comprensivo y tolerante ante estos dispositivos y los comportamientos que generan. (...) El sujeto: En él podemos encontrar toda una serie de factores que favorecen la tendencia y la dependencia hacia el producto con el que va a establecer la adicción (p. 311-312).

Si bien la tecnología ofrece innumerables beneficios y oportunidades, también trae consigo el riesgo de dependencia, aislamiento y distracción, por ello, es esencial fomentar un uso equilibrado y consciente de la tecnología. Asimismo, el uso equilibrado radica en encontrar un punto medio donde la tecnología complemente, pero no controle nuestras vidas. Al hacerlo, la conectividad se convertirá en una herramienta para el crecimiento y el desarrollo humano, en lugar de una fuente de adicción y desvinculación.

Como se aprecia, para poder abordar el tema de adicción a la conectividad, es crucial la educación y la concientización sobre los riesgos asociados, así como el establecimiento de límites sobre el tiempo que se pasa en los dispositivos tecnológicos. Padres, educadores y la comunidad en general tienen un papel importante en guiar a los adolescentes hacia un uso responsable.

3.4 Adicción a internet

García (2008) menciona que:

Internet es, después de la televisión, el medio de comunicación que mayor influencia tiene en niños y jóvenes. Es una excelente herramienta de comunicación, educativa y productiva que permite a niños y jóvenes aprender, investigar, buscar información o comunicarse con familiares o amigos. Sin embargo, deben aprender a obtener estos beneficios, de manera segura (p. 272).

Aunado a esto, la adicción a Internet se ha convertido en un fenómeno creciente en la sociedad moderna, afectando a personas de todas las edades y contextos. El uso de Internet ha pasado de ser una herramienta útil a convertirse en un comportamiento compulsivo para muchos. Esta adicción puede manifestarse de diversas formas, incluyendo el uso excesivo de redes sociales (Muñoz y Ramírez, 2016), videojuegos (Echeburúa y De Corral, 2010), y otras actividades en línea.

Para Echeburúa (2013), citado por Villanueva (2018), “los adolescentes son un grupo de riesgo, ya que buscan nuevas experiencias y sensaciones y son el grupo de mayor frecuencia de conexión a internet, así como en familiarización con las TIC” (p. 9).

Esto ha llevado a un aumento en el tiempo que las personas pasan en línea, lo que, en algunos casos, puede derivar en una dependencia que interfiere con las actividades cotidianas, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional. Tal como lo mencionan Castellana, Sánchez, Graner y Beranuy (2007):

El uso que el adolescente hace de Internet puede ser problemático cuando el número de horas de conexión afecta al correcto desarrollo de la vida cotidiana, causándole estados de somnolencia, alteración del estado de ánimo, reducción de las horas dedicadas al estudio o a sus obligaciones (p. 198).

Es por ello, que es esencial que padres, educadores y la sociedad en general trabajen juntos para fomentar el uso adecuado de la tecnología. La educación y la comunicación abierta son clave para ayudar a los y las adolescentes a desarrollar un enfoque equilibrado hacia internet y las redes sociales, asegurando que estas herramientas se utilicen de manera positiva y constructiva. La prevención y la intervención temprana pueden marcar la diferencia en la vida de un adolescente, ayudándole a navegar por el mundo digital de manera segura.

3.5 Adicción a redes sociales

De acuerdo con Valencia, Cabero y Garay (2021), la expansión de internet y los dispositivos electrónicos (celulares, tablets, laptops, etc.), ha favorecido la transformación en la manera de comunicarnos. Actualmente, la mayoría de los jóvenes y adolescentes están registrados y se comunican principalmente por medio de las redes sociales, lo que, en numerosas situaciones, implica un uso excesivo y adictivo de las mismas.

Echeburúa, Amor y Cenea (1998) citados en Muñoz y Ramírez (2016), indican que la adicción a internet y redes sociales es un fenómeno preocupante, debido a que el abuso de éstas puede ser una manifestación secundaria a otra adicción principal o a otros problemas como: la depresión, fobia social u otros problemas de tipo impulsivo-compulsivo.

Las redes sociales poseen peculiaridades: ausencia de contacto físico e inexistencia de relación entre la identidad del individuo en el mundo real. Fuentes et al. (2015) citado en Valencia, Cabero y Garay (2021), señalan que:

(...) el mundo online ofrece la posibilidad de relaciones sociales a aquellas personas que presentan dificultades para mantenerlas en directo. Las redes sociales son de fácil acceso, permiten la comunicación simultánea con un gran número de personas, facilitan el anonimato y hacen sencillo el proceso de romper o eliminar las relaciones o contactos (p. 106).

Por otra parte, Echeburúa y Requesens (2012), nos mencionan que:

(...) el abuso de las redes sociales virtuales puede facilitar el aislamiento, el bajo rendimiento académico o laboral, el desinterés por otros temas y por el ocio activo, los trastornos de conducta, así como el sedentarismo y la obesidad. En realidad, hay un efecto bola de nieve: los problemas se extienden a todas las parcelas de la vida de la persona afectada (salud, familia, escuela y relaciones sociales), (p. 55).

Asimismo, Arab (2015), considera que el abuso de redes sociales:

(...) ha mostrado una asociación con depresión, síndrome de déficit atencional con hiperactividad, insomnio, disminución de horas totales de sueño, disminución del rendimiento académico, repitencia y abandono escolar. También ha sido asociado a un amplio rango de problemas psicosociales, entre otros. En relación al desarrollo de personalidad se ha visto que, a mayor gravedad de la personalidad, aumenta el riesgo de adicción (p. 12).

La adicción a redes sociales va de la mano con la adicción a internet, ambas se caracterizan por un patrón de uso excesivo e incontrolable de las redes sociales que causa deterioro significativo en la vida de las personas. Por lo tanto, “una adicción a las redes sociales no es el tipo de conducta implicada, sino la forma de relación que el sujeto establece con ella” (Echeburúa y Requesens, 2012, p. 55).

Hemos explorado la compleja problemática de la adicción a internet y redes sociales en adolescentes, analizando sus causas, consecuencias y las diferentes maneras de abordarla. Hemos visto cómo el uso excesivo de estas redes sociales (Facebook,

WhatsApp, Instagram, entre otras), puede afectar negativamente el desarrollo integral del adolescente, impactando su rendimiento académico, relaciones sociales y personales. Por ello, la adicción representa un desafío significativo, para la sociedad en general.

Consideramos que, con la intervención adecuada, la mayoría de adolescentes puede superar esta dificultad y construir una adecuada relación con la tecnología. Aquí cobran relevancia los factores de protección para la prevención, desde la orientación, en sus tres tipos: primaria, secundaria y terciaria, esta información la abordamos en estos elementos, presentes en el entorno del adolescente, ya que actúan como amortiguadores frente a los riesgos de la adicción. A continuación, presentamos cuáles son estos factores de protección y cómo pueden contribuir a la construcción de una relación equilibrada con el internet y las redes sociales.

CAPITULO 4. LA ORIENTACIÓN Y LA TUTORÍA COMO ACOMPAÑAMIENTO

Este capítulo se centra en la orientación, proporcionando las bases conceptuales para comprender la intervención del tutor como un factor de protección en la escuela. Se abordarán los principios de la orientación, así como las diferentes áreas que resultan relevantes para atender el tema aquí tratado, debido a que, como hemos señalado, la tutoría es una estrategia de la orientación. La comprensión de los principios, áreas, modelos y funciones de la orientación es esencial para entender de qué forma se puede intervenir, desde el principio de intervención primaria (cuando todavía no se presenta ninguna problemática), hasta la intervención terciaria (en el caso de situaciones graves, como puede ser la adicción a internet y redes sociales).

4.1 Pautas de consumo

Para Bringué y Sádaba (2008), el consumo, entendido en un sentido amplio, abarca todo lo relacionado con el acceso y los usos que niños (as), adolescentes y jóvenes hacen de los medios de comunicación. Cuestiones como el equipamiento tecnológico de los hogares, el lugar de acceso a los diversos medios, el momento del día en el que los utilizan o la cantidad de tiempo que les dedican, engloban el interés de múltiples investigaciones.

Dicho lo anterior, las pautas de consumo en internet y redes sociales se refieren a los patrones y hábitos que siguen las personas al interactuar con contenido, productos y servicios en línea. Estas pautas pueden incluir aspectos como:

- Qué redes sociales se utilizan con más frecuencia y para qué fines (entretenimiento, información, comunicación, etc.).
- Qué tipo de contenido se consume en línea (videos, artículos, imágenes, etc.) y en qué plataformas.
- Cómo se buscan y se adquieren productos y servicios en línea.
- Cómo las redes sociales influyen en las decisiones de compra y qué factores son más importantes (recomendaciones, publicidad, opiniones de otros usuarios, etc.).

- Cómo se utilizan los dispositivos móviles para acceder a internet y redes sociales.

De acuerdo con Bringué y Sádaba (2008):

(...) otras variables en correlación con el estudio del uso de las TIC son las características sociodemográficas, educativas y psicosociales de niños, preadolescentes y adolescentes. Junto a lo anterior, también despiertan interés cuestiones como la cantidad de tiempo que se dedica al uso de estas tecnologías (frecuencia, momento del día, día de la semana, etc.) o el lugar de acceso y uso (predominan el hogar familiar y la escuela como los dos principales entornos que se quieren estudiar y comparar) (p. 209).

Consideramos que la preferencia por contenido visual de las distintas redes sociales, los usos que los y las adolescentes hacen del teléfono celular: realizar llamadas, enviar mensajes, descargas de contenidos, juegos y acceso a internet, entre otros, es un reflejo de la forma en que consumen y procesan la información ya que los adolescentes están acostumbrados a una gran cantidad de estímulos visuales en su vida diaria y el uso de internet y redes sociales les permiten expresarse y comunicarse.

De acuerdo con el libro “La generación interactiva en iberoamérica niños y adolescentes ante las pantallas” en la tercera parte con título “La generación interactiva como objeto de estudio” (Fundación Telefónica, 2008), se señala que las pautas de consumo en internet y redes sociales buscan promover un uso saludable, seguro y responsable de estas tecnologías. Algunas recomendaciones son las siguientes:

1. Tiempo de uso: donde se recomienda establecer límites de tiempo para el uso de internet y redes sociales, evitando el uso excesivo que puede llevar a la adicción y afectar la salud física y mental. En lugar de un uso continuo, se sugiere programar momentos específicos del día para conectarse, evitando el uso durante actividades importantes como el estudio, el trabajo o las interacciones sociales presenciales. Es importante dedicar tiempo a actividades como el ejercicio físico, la lectura, las actividades al aire libre o la interacción social cara a cara.

2. Tipo de contenido: es importante priorizar el consumo de contenido informativo y educativo. Desarrollar un pensamiento crítico para evaluar la veracidad y la fiabilidad de la información que se encuentra en internet, evitando la difusión de noticias falsas o información engañosa. Limitar la exposición a contenidos que puedan generar ansiedad, depresión, inseguridad o baja autoestima, como imágenes idealizadas.

3. Interacción social: priorizar las interacciones sociales cara a cara, ya que son fundamentales para el desarrollo social y emocional. El uso de internet y redes sociales debe complementar, no sustituir, las relaciones interpersonales. Utilizar las redes sociales de forma responsable evitando la publicación de información personal. Es importante gestionar las relaciones en línea de forma saludable, evitando la dependencia de la validación externa a través de un "me gusta" o comentarios.

4. Proteger la información personal: evitando la publicación de datos personales como la dirección, el número de teléfono, así como utilizar contraseñas seguras y diferentes para cada plataforma en línea. Conocer las políticas de privacidad de las diferentes plataformas para saber cómo se utiliza la información personal.

Estas pautas son recomendaciones ya que consideramos que es importante adaptarlas a las necesidades y circunstancias individuales, teniendo en cuenta la edad, el contexto y los objetivos específicos.

4.2 Factores de protección

Para Echeburúa (2012), “las adicciones no-químicas implican la ejecución de conductas repetitivas que tienen por objetivo aliviar la tensión por medio de la realización de comportamientos que resultan contraproducentes para el sujeto” (p. 435). Dicho autor nos menciona que las personas pueden hacerse adictas a cualquier conducta placentera, pero hay ciertas características en el uso de internet y las redes sociales que lo hace particularmente adictivo. Lo que motiva especialmente a los adolescentes a las redes sociales es la accesibilidad, disponibilidad, intimidad, alta estimulación y anonimato que ofrece internet. Es por ello que Echeburúa (2012), señala lo siguiente:

Los principales factores de riesgo de esta adicción para los jóvenes son la vulnerabilidad psicológica, el estrés, las familias disfuncionales y la presión social. A su vez, los factores de protección están estrechamente relacionados con las habilidades de afrontamiento, el entorno social sano y el apoyo familiar (p. 435).

Asimismo, Leyre (2017), menciona que los factores de protección son todas aquellas “circunstancias, características, condiciones y atributos vinculados al comportamiento prosocial, que potencian las capacidades de un individuo para afrontar con éxito determinadas situaciones adversas” (párr. 1).

La autora antes mencionada señala que:

Analizando el término factores de protección, se puede afirmar que no solo el propio sujeto es responsable del desarrollo de los factores de protección, sino que las personas de su entorno tienen que ser conscientes de las ventajas, el valor, la responsabilidad y el esfuerzo que supone adquirirlos y desarrollarlos. Además, todos ellos deben valorar sus efectos positivos, así como el beneficio social que suponen (párr. 3).

Esto quiere decir que los factores de protección ejercen una influencia positiva que amortigua la influencia negativa de los factores de riesgo, reduciendo la probabilidad de que los adolescentes se involucren en comportamientos problemáticos.

Carbonell, Graner, Beranuy y Chamarro (2009), citados por Echeburúa y Requesens (2012), mencionan que:

A diferencia de los factores de riesgo, hay ciertos aspectos personales y familiares que minimizan el riesgo de implicarse en una adicción. Prevenir los problemas adictivos requiere necesariamente que los esfuerzos de padres y educadores se dirijan a potenciar esos factores (p. 442).

Por otra parte, los factores de protección de acuerdo con Valdés (1994), citado en Campos, Peris y Galeano (2011), son aquellos que:

(...) reducen la probabilidad de emitir conductas de riesgo o de tener consecuencias negativas cuando se involucran en ellas, estos factores cumplen una función beneficiosa

o de protección en el estado de salud del individuo, ayudándolo a su adaptación al ambiente físico y social (p. 117).

Mientras que, Patterson (1988), citado en Campos, Peris y Galeano (2011), menciona que los factores de protección pueden considerarse como:

(...) los recursos que tiene una familia para enfrentar su desarrollo y eventos vitales. Son características, rasgos, habilidades, competencias, medios, tanto de los individuos de una familia, de la familia como unidad y de su comunidad. Los recursos pueden ser infinitos, desde aspectos tangibles como dinero, por ejemplo, hasta intangibles, como la autoestima (párr. 21).

Al fortalecer estos factores de protección, se puede promover un uso equilibrado de la tecnología, permitiendo a los y las adolescentes disfrutar de sus beneficios sin caer en la adicción. La colaboración entre padres, educadores y la comunidad es esencial para crear un entorno seguro y positivo para el desarrollo social, personal y académico. Es importante recordar que estos factores no actúan de forma aislada, sino que se interrelacionan y se refuerzan mutuamente. Tal como se muestra en la siguiente tabla 2:

Tabla 2. Factores de protección

Factores de protección		
Recursos personales	Autoestima	El aprecio y la valoración que una persona siente hacia sí misma y hacia lo que es capaz de hacer. Asimismo, el autor menciona que, el atractivo físico, el éxito familiar y social, inteligencia, forma de ser, logros alcanzados en la vida, etc., son fundamentales para mantener un buen equilibrio emocional y superar las adversidades cotidianas.
	Autoestima negativa	El autor señala que hay personas que no se valoran lo suficiente a sí mismas y hay otras que, por el contrario, se valoran excesivamente y llegan a un punto de arrogancia. Por lo tanto, la autoestima no equivale en ningún caso a fomentar la egolatría.
	Habilidades sociales y de comunicación	En el ámbito de las relaciones interpersonales las habilidades sociales y de comunicación fomentan una autoestima adecuada en la relación con los demás y dificultan la creación de un mundo virtual imaginario contrapuesto al real. Es por ello que conviene aprender las habilidades necesarias para relacionarse adecuadamente con los demás, sin inhibiciones ni imposiciones, para así superar la timidez o la agresividad y afrontar con éxito las situaciones sociales, sin necesidad de buscar soluciones evasivas en mundos virtuales.
Otros recursos personales	Capacidad para solucionar problemas.	Permite hacer frente a las actuaciones impulsivas y a la presión social y proporciona habilidades para la toma de decisiones adecuadas.

	Control de las emociones y el afrontamiento adecuado del estrés	Aprender a tenerlas bajo control es fundamental para que la persona no sufra innecesariamente ni lleve a cabo conductas indeseables.
	Ocupación adecuada del ocio	Contar con alternativas de ocio creativas y no peligrosas para satisfacer la necesidad de búsqueda de sensaciones nuevas y variadas que tienen los adolescentes y para hacer frente al aburrimiento.
Recursos familiares	La comunicación familiar permite el establecimiento de un adecuado clima de convivencia. Dialogar no solo es hablar, sino también escuchar. Mientras que, la incomunicación y la insatisfacción de los hijos en el hogar pueden facilitar la búsqueda de relaciones inapropiadas en las redes sociales.	

Fuente: Elaboración propia con base en Echeburúa, E. (2012). *Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes* (p. 442-444).

De acuerdo con lo anterior podemos decir que la autoestima, la comunicación familiar, las habilidades sociales, la capacidad de solucionar problemas y la toma de decisiones adecuadas son importantes para el desarrollo de los y las adolescentes en ámbitos sociales, familiares, personales y académicos. Carles (2001), menciona que:

(...) si el ambiente familiar es propicio al estudio, los jóvenes estudian. Si en casa se valora la educación, las probabilidades de que abandonen sus estudios son bajas. Pero si pretendemos que nuestro hijo o nuestra hija estudie mientras el resto de la familia está viendo la tele o escuchando música a todo trapo será difícil que se pueda concentrar (p. 136).

Desde el punto de vista práctico, el autor Carles (2001), aconseja a los padres de familia lo siguiente:

- Tomarse el tiempo de escuchar cuáles son sus problemas o sus temores.
- Marcar los límites de conducta permisible de manera sistemática.

- Poner de relieve la importancia de la educación.
- Darles facilidades si necesitan clases adicionales.
- Proporcionar un ambiente apropiado para el estudio en casa.
- Alentarles a participar en actividades escolares.
- Coordinar nuestros esfuerzos con los responsables de la escuela (p. 141).

Es por ello que, la adicción a internet y a las redes sociales en adolescentes es un fenómeno creciente que puede tener repercusiones significativas en su desarrollo emocional, social y académico. Sin embargo, identificar y fortalecer los factores de protección es fundamental para evitar estos riesgos. La capacitación sobre el uso responsable de la tecnología puede empoderar a los y las adolescentes para tomar decisiones informadas y conscientes. Enseñarlos a manejar sus emociones y a desarrollar relaciones interpersonales saludables puede disminuir su dependencia de las interacciones en línea.

La Universidad Pedagógica Nacional (UPN), a través de su página de internet “proporciona información crucial sobre cómo mantener la seguridad en sus correos electrónicos, dispositivos móviles, computadoras, redes Wi-Fi y redes sociales” (párr. 1). Sus consejos incluyen prácticas recomendadas para proteger sus datos personales y mantener sus contraseñas seguras, como se muestra en las siguientes imágenes:

Uso responsable de la información en línea

- **Cuida tu privacidad:** No compartas información personal en cualquier lugar.
- **Contraseñas fuertes:** Usa contraseñas difíciles de adivinar y diferentes para cada cuenta.
- **Mantén todo actualizado:** Actualiza tus dispositivos y programas regularmente.
- **Cuidado con lo que haces "clic":** No abras enlaces o archivos sospechosos.
- **Sé amable en línea:** Trata a los demás con respeto y evita el ciberacoso.
- **Verifica antes de compartir:** Asegúrate de que la información sea verdadera antes de difundirla.
- **Equilibrio digital:** No pases todo el día en línea; haz otras actividades también.

¿CÓMO PROTEGER MIS DATOS PERSONALES EN LA INTERNET DE LAS COSAS?

- Usa contraseñas seguras con mayúsculas, minúsculas, números y símbolos.
- Usa el modo incógnito para que no se guarden tus contraseñas y tu historial de navegación.
- No ingreses datos personales en sitios desconocidos.
- Lee los términos y condiciones de uso de tus datos personales que te proponen las redes sociales o aplicaciones antes de aceptarlas.
- No guardes contraseñas en lugares públicos.

INFORMÁTICA



UNDA
VIRTUAL

¿CÓMO PROTEGER MI INFORMACIÓN EN LAS REDES SOCIALES?

- Lee la política de privacidad: Cómo manejan tus datos personales en los servicios que utilizas.
- Solicita no ser rastreado: Configura tus preferencias de privacidad para evitar el seguimiento no deseado.
- Utiliza contraseñas seguras: Elige contraseñas que combinen letras, números y caracteres especiales.
- Usa autenticación de dos factores: Refuerza la seguridad de tus cuentas con esta capa adicional de protección.
- Piénsalo antes de publicar: Considera cuidadosamente lo que compartes en línea antes de hacerlo.
- Evita las estafas: No reveles información personal sin verificar su autenticidad.
- Cierra cuentas inactivas y borra datos: Mantén tu presencia en línea ordenada y segura.

INFORMÁTICA



UNDA
VIRTUAL

Para más información visita la siguiente página:

<https://ecotics.upnvirtual.edu.mx/index.php/ciberseguridad/>

Tendríamos que utilizar configuraciones de privacidad adecuadas, contraseñas seguras y autenticación en dos pasos son medidas efectivas para proteger la información personal. Tanto los individuos como las plataformas digitales tienen la responsabilidad de asegurar un entorno seguro. La protección de la información personal en internet y redes sociales no solo es una cuestión de privacidad individual, sino también de seguridad colectiva. Fomentar una cultura de responsabilidad y precaución en el uso de tecnologías digitales es esencial para salvaguardar nuestra información y bienestar en el mundo digital.

Para finalizar, los factores de protección resultan fundamentales para prevenir los riesgos asociados a la adicción a internet y redes sociales en la adolescencia. Estos factores, que operan de manera individual, familiar y comunitaria, no actúan de forma aislada, sino que se interrelacionan y se refuerzan mutuamente, creando un entorno que protege a los y las adolescentes de las influencias negativas del mundo digital. Desde el fortalecimiento de la autoestima y las habilidades socioemocionales hasta la creación de vínculos familiares y la participación en actividades extracurriculares, cada factor contribuye a la construcción de una identidad y a la promoción de un desarrollo integral.

4.3 Acerca de la orientación y la tutoría

El concepto de orientación va más allá de ayudar a decidir qué opción, camino, carrera, trabajo, escuela o qué universidad elegir. Actualmente existen muchas definiciones de orientación, por lo cual mencionamos algunas de ellas.

Para Pérez y Boullosa citados por Hervás (2006), la orientación es:

Proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con una finalidad de prevención y desarrollo, mediante programas de intervención educativa y social, basados en principios científicos y filosóficos; debe ser considerada como parte integrante del proceso educativo. Implica a todos los educadores y debe llegar a todas las personas, en todos sus aspectos y durante todo el ciclo vital (p. 71 y 72).

Mientras que para Bisquerra y Álvarez citados por Hervás (2006), es:

Proceso de ayuda continua y sistemática, dirigida a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar el desarrollo humano a lo largo de toda la vida con objeto de potenciar el desarrollo de la personalidad integral (p. 71 y 72).

En las definiciones antes mencionadas, aunque expresadas de distinta forma, se observan coincidencias en cuanto a la concepción de la orientación como un proceso de ayuda que debe llegar a las personas o sujetos y que tiene como finalidad el desarrollo personal, social y profesional de las mismas en su contexto. Es un proceso que se desarrolla dentro de lo educativo, profesional y social.

Los autores antes mencionados nos dicen que la orientación se desarrolla dentro de lo educativo y efectivamente, dentro de las instituciones encontramos lo que se llama Orientación Educativa, la cual Álvarez y Bisquerra (2012), describen como:

Un proceso de ayuda y acompañamiento a todo el alumnado, profesorado y familias, en todos los aspectos del desarrollo (personal, académico, profesional, social, emocional, moral, etc.). Esto se lleva a la práctica mediante una intervención continuada a lo largo de toda la escolarización y cooperativamente entre todos los agentes implicados (profesorado, tutores, orientadores, familias, etc.) (p. 5).

De acuerdo con lo antes mencionado, la orientación educativa se enfoca en ayudar a los estudiantes a tomar decisiones informadas y desarrollar habilidades que les permitan enfrentar los desafíos que puedan presentarse en su educación y en su vida diaria. Es por ello que los orientadores educativos o tutores pueden trabajar con los estudiantes, padres y maestros para identificar problemas y desarrollar estrategias tales como charlas y talleres, organizar sesiones informativas sobre los riesgos al acceder y usar internet y las redes sociales, también pueden proporcionar material didáctico como folletos, videos y recursos que expliquen los efectos negativos y los riesgos al hacer uso de internet y redes sociales.

Al respecto de la tutoría, el Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE, 2014) se señala que:

La Tutoría es un espacio curricular de acompañamiento, gestión y orientación grupal, coordinado por una maestra o un maestro, quien contribuye al desarrollo social, afectivo, cognitivo y académico de los alumnos, así como a su formación integral y a la elaboración de un proyecto de vida (p. 12).

Por otra parte, Ravello (2007), señala que la tutoría es:

(...) inherente al currículo, que se encarga del acompañamiento socio afectivo y cognitivo de los estudiantes, dentro del marco formativo y preventivo, con el objetivo de potenciar su desarrollo humano. Por ello, se la conceptúa como un proceso de apoyo continuo de naturaleza proactiva, de escucha, comprensión, consejería y orientación permanente. Así, la tutoría busca asegurar que todos los estudiantes reciban orientación, involucrando directamente a los profesores. Esta modalidad de intervención es concebida como parte del proceso educativo (p. 10).

Esto quiere decir que la tutoría en el ámbito educativo es un proceso personalizado de acompañamiento y apoyo que se establece entre un tutor y un estudiante.

Para Fernández y Silva (1994):

(...) los elementos que se destacan bajo el rótulo de tutoría y orientación y que conviene hacer explícitos para incorporarlos a la práctica docente son:

- a) Educar es orientar para la vida
- b) Orientar es asesorar sobre opciones alternativas
- c) Orientar es capacitar para el propio aprendizaje (p. 99).

Dichos autores, también mencionan que la tutoría y la orientación coinciden, a veces, con determinados alumnos y en determinados momentos de su escolarización en una educación de refuerzo y apoyo. Esta atención de los alumnos corresponde realizarla al profesor/tutor, aunque también puede recurrir al asesoramiento y colaboración de un profesor especializado.

También, Segovia y Fresco (2000), mencionan que la acción tutorial:

En el contexto escolar adquiere una significación pedagógica, referida a la función del profesor como guía y orientador en todo lo relacionado con el centro, y a las actividades del proceso de enseñanza-aprendizaje que tienen lugar en él, con el objetivo de lograr el pleno desarrollo de cada uno de ellos. Se trata, pues, de realizar una función personalizadora de las actuaciones pedagógicas que se desarrollan en un contexto escolar estructurado en objetivos y contenidos, y desarrollado por diferentes profesores y con diferentes métodos (p. 5).

Dicho lo anterior, los autores coinciden en que la acción tutorial es un proceso educativo que implica el acompañamiento y orientación de los estudiantes en su proceso de aprendizaje y desarrollo personal, ayudan a la toma de decisiones y la responsabilidad en el aprendizaje del estudiante.

La acción tutorial es fundamental en el ámbito educativo, ya que contribuye a un desarrollo integral y a mejorar la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes.

De Ibarrola et al (2014), citada por Pérez, Cárdenas y Ramírez (2024), menciona que en la implementación de la tutoría se presentan ciertas situaciones que la limitan, alguna de estas son las siguientes:

- No existe una suficiente preparación o capacitación para el profesorado en las labores de tutoría.
- No hay una debida distribución en las escuelas de esta responsabilidad con base en las disponibilidades horarias.
- Se presenta una fuerte percepción de ver la tutoría más como una carga administrativa adicional que como una labor pedagógica sustancial.
- No se propicia la colaboración colegiada para el desarrollo de contenidos, documentos o materiales educativos de apoyo que sirvan de fuente para el trabajo tutorial.
- No se le da la suficiente importancia curricular a la tutoría como una actividad académica complementaria y de mejoramiento de la convivencia escolar (de Ibarrola et al., 2014).

Las situaciones que pueden limitar la acción tutorial son diversas y pueden variar según el contexto educativo. Una de ellas es cuando los tutores carecen de capacitación en pedagogía o en el área específica y pueden enfrentar diversos desafíos.

4.4 Principios de la orientación

De acuerdo con Álvarez y Bisquerra (2012), “los principios son elementos relativamente sencillos cuyas indicaciones permiten deducir la forma de actuar en situaciones concretas” (p. 21). Por otra parte, Miller (1968) citado en Sanchiz (2008-2009) exponía lo que consideraba principios de la orientación educativa. Él consideraba 7 principios, los cuales se mencionan a continuación:

La orientación es para todos los alumnos. La orientación ha de dirigirse a los alumnos de todas las edades. La orientación ha de aplicarse a todos los aspectos del desarrollo del alumno. La orientación estimula el descubrimiento y desarrollo de uno mismo. La orientación ha de ser una tarea cooperativa en la que se comprometen el alumno, los padres, los profesores, el director y el orientador. La orientación ha de considerarse como una parte principal del proceso total de la educación. La orientación ha de ser responsable ante el individuo y ante la sociedad (p. 51).

Esto quiere decir que los principios de la orientación son una serie de pautas y valores que guían la intervención orientadora.

Al consultar el Diccionario de la Real Academia Española, un principio es un conjunto de valores, creencias, normas, que orientan y regulan la vida de la organización. Son el soporte de los objetivos estratégicos, un principio se manifiesta a través de nuestra forma de ser, pensar y actuar. “Así, en los últimos tiempos, se han señalado distintos principios, según los diferentes autores (Repetto, 2002; Santana, 2003; Bisquerra, 1998; Martínez, 1998), si bien existen coincidencias al indicar como básicos los siguientes” (Sanchiz, 2008-2009, p. 51):

a) Antropológico

“El principio antropológico señala la necesidad de la orientación y hacia dónde debe dirigirse para contribuir al desarrollo del tipo de persona que se deriva de unos fundamentos filosóficos y antropológicos” (Álvarez y Bisquerra, 2012, p. 22).

Se basa en el desarrollo integral del individuo, considerando sus aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales. Este principio reconoce la singularidad de cada individuo y su influencia en el proceso educativo. También responde a preguntas como ¿Quién soy yo?, ¿Qué sentido tiene mi existencia?, ¿Qué hago aquí?, ¿Qué tipo de persona pretendemos que llegue a ser el individuo que estamos orientando?, entre otras. La respuesta a estas preguntas, de acuerdo con Sanchiz (2008/2009), nos sitúan ante la vida y ante nuestra profesión de orientadores, además va a condicionar la forma en que eduquemos y enseñemos a los estudiantes y al profesorado con respecto a su propia vida. Ya que las necesidades humanas y sociales son el fundamento de la orientación, la cual se basa en el hecho de que las personas necesitan ayuda.

b) Prevención

Busca identificar y abordar posibles dificultades o desafíos en etapas tempranas, con el fin de prevenir situaciones de riesgo y favorecer el desarrollo integral de los estudiantes. Álvarez y Bisquerra (2012) señalan que el término prevención significa “evitar que algo malo suceda” (p. 22). Mientras que Parras et al (2008) señala que:

Este principio está basado en la necesidad de preparar a las personas para la superación de las diferentes crisis de desarrollo. Su objetivo es promocionar conductas saludables y competencias personales, como las relacionadas con la inteligencia interpersonal y la intrapersonal, con el fin de evitar la aparición de problemas (p. 35).

De este principio se derivan 3 tipos de prevención, si bien, la verdadera es aquella que se produce antes del hecho o suceso no deseado.

Estos tres tipos de prevención, de acuerdo con la autora antes mencionada son:

- Prevención primaria: actúa antes de que surja el problema.
- Prevención secundaria: actúa en cuanto aparece el problema.
- Prevención terciaria: actúa ofreciendo tratamiento y rehabilitación ante el problema ya desarrollado (p. 52).

La auténtica prevención es la primaria, suele dirigirse a la población en su conjunto y tiene como objetivo la máxima integración ecológica entre sujeto y ambiente.

Conyne (1983) citado en Sanchiz (2008/2009) caracteriza de la siguiente manera la prevención primaria: es proactiva, se centra en poblaciones de riesgo, reduce la incidencia de una situación, elimina circunstancias o modifica condiciones ambientales, la intervención puede ser directa o indirecta, estimula la fortaleza emocional para que la persona sepa afrontar situaciones que conllevan riesgos.

Mientras que Álvarez y Bisquerra (2012) consideran que esta prevención primaria abre nuevas posibilidades de intervención, en campos no suficientemente atendidos institucionalmente, suministra una alternativa al tratamiento tradicional de casos problema del desajuste de su labor profesional y permite dar respuesta a necesidades escolares y sociales generadas fuera de la institución escolar, en la familia o la comunidad.

También se considera que este principio exige estrategias de actuación encaminadas a trabajar con el grupo de alumnos y alumnas, pero también, con los familiares o tutores legales, con el profesorado y con la comunidad.

c) Intervención social

Para Parras et al (2008) el principio de intervención social se enfoca desde una perspectiva holístico-sistémica de la orientación, la cual busca promover la inclusión, el bienestar y la igualdad de oportunidades a través de la intervención en diversos contextos sociales. Debe incluir durante las intervenciones, las condiciones ambientales y contextuales del individuo, ya que influyen en su toma de decisiones y

en su desarrollo personal. Este principio supone la consideración del orientador como un agente de cambio social.

Para Álvarez y Bisquerra (2012):

No se trata sólo de ayudar al sujeto para que se adapte al medio, sino de hacerle consciente de los obstáculos que impiden la plena realización personal. Se espera que la concienciación le lleve a la acción para cambiar el sistema. El principio de intervención social remite a modelos ecológicos, modelos holísticos, modelos sistémicos, que tienen en cuenta el contexto donde actúan y que se proponen tanto la adaptación del sujeto al ambiente como la adaptación del ambiente al sujeto (p. 23).

Por lo tanto, asumir este principio supone que la intervención debe dirigirse tanto a modificar aspectos organizativos y de funcionamiento del centro educativo como el contexto social de los estudiantes. Por otro lado, habría que proporcionar al individuo la información necesaria, para que de manera objetiva y crítica conozca sus posibilidades de construir su propio destino y sus recursos para ampliar sus alternativas y su libertad.

d) De desarrollo

Parras et al (2008), menciona que “En el marco de este principio, la intervención supone un proceso mediante el que se acompaña al individuo durante su desarrollo, con la finalidad de lograr el máximo crecimiento de sus potencialidades” (p.36).

Erausquin, Denegri y Michele (2014) mencionan que este principio:

Considera al individuo como un ser en continuo proceso de crecimiento. La educación es el desarrollo del potencial de la persona, que debe ser suficientemente activado y generado, a través de escenarios propiciadores de cambios (p. 12).

Por lo tanto, este principio ve la necesidad de dotar al sujeto de competencias necesarias para afrontar las demandas de cada etapa evolutiva, así como involucrarse en un proyecto personal de futuro, que conlleva acompañamiento, transformación, cambio y es derivado de las necesidades evolutivas del sujeto. En el marco de este principio la intervención supone un proceso mediante el que se acompaña al individuo

durante su desarrollo, con la finalidad de lograr el máximo crecimiento de sus potencialidades.

e) Empowerment

McWhriter (2006) afirma que:

(...) el empowerment es un proceso en el que las personas, las organizaciones o los grupos que no tienen fortaleza, que no se sienten competentes o que se encuentran marginados, llegan a conocer las dinámicas de poder que actúan en su contexto vital, desarrollan las habilidades y capacidades para tomar el control de sus propias vidas sin interferir en los derechos de otras personas, y apoyan y refuerzan el fortalecimiento personal de los demás componentes de su grupo o comunidad (p. 83).

Bajo el enfoque de este principio el profesional de la orientación adquiere un rol activo como agente social y desde una perspectiva crítica ejerce lo que Mcwhirter denomina activismo social. Para esta autora, solo se producirá una orientación para el fortalecimiento personal cuando exista un compromiso del orientador u orientadora para cambiar las estructuras y sistemas que están impidiendo el desarrollo de los menos favorecidos.

Estos principios son fundamentales para desarrollar los temas de uso, situaciones de riesgo a internet y redes sociales que pueden afectar el desarrollo integral del adolescente en aspectos personal, social y académico.

Podemos decir que, el principio antropológico es fundamental para comprender el contexto cultural, social y personal del adolescente, ya que considera los valores, creencias y experiencias individuales que pueden influir en el desarrollo de la adicción.

El principio de prevención es crucial para evitar que los y las adolescentes pasen del uso al abuso y, lo más grave, a una situación de riesgo como puede ser una adicción. Este principio se divide en prevención primaria, secundaria y terciaria:

De acuerdo con Álvarez y Bisquerra (2012), la prevención primaria consiste en evitar la aparición del problema, o reducir la frecuencia de nuevos casos problemáticos. Por

ejemplo, ésta se puede enfocar en la educación sobre el uso responsable de internet y redes sociales, promoviendo hábitos y desarrollando habilidades para identificar y gestionar los riesgos asociados con el uso excesivo. Se dirige a la población general de adolescentes antes de que surja un problema.

La prevención secundaria, para Álvarez y Bisquerra (2012), se ocupa del diagnóstico precoz y de la atención inmediata, antes de que el problema se haga más grande. Se puede centrar en la detección temprana de un problema y la intervención en etapas iniciales. Ésta buscará identificar adolescentes con patrones de uso problemático, ofrecerles apoyo y orientación para evitar que el problema se agrave.

Los autores antes mencionados señalan que la prevención terciaria pretende detener o retardar la evolución de un proceso, trastorno o problema. La prevención terciaria se enfoca en la rehabilitación y la prevención de recaídas en adolescentes que ya han desarrollado una adicción o cuando el problema que presenten se haya agravado, busca ayudarles a superarla y a reintegrarse a la sociedad.

Mientras tanto, el principio de intervención social nos permite abordar el contexto social, se trabajará con la familia, la escuela y el grupo de pares para crear un entorno de apoyo que facilite la recuperación y la prevención de recaídas.

Por último, el principio de desarrollo es aquel que se centra en el crecimiento integral del adolescente, considerando sus aspectos físico, psicológico, social y académico, centrándose en el fortalecimiento de la autoestima, habilidades socioemocionales, promover la autonomía y la responsabilidad.

Consideramos que todos los principios antes mencionados son fundamentales en el ámbito de la orientación, sin embargo, respecto a nuestro tema de investigación los principios de prevención y desarrollo son los adecuados para trabajar con los y las adolescentes desde la tutoría; ya que, el principio de prevención primaria el tutor puede impartir talleres y charlas educativas sobre el uso responsable de internet y redes sociales, promoviendo hábitos saludables y enseñando a identificar los riesgos. Dentro de la prevención secundaria el tutor puede identificar adolescentes con

patrones de uso problemático a través de la observación, la comunicación con los profesores y la familia, y ofrecer apoyo y orientación temprana. Para la prevención terciaria el tutor puede apoyar al adolescente en su proceso de recuperación, ayudándole a establecer límites, desarrollar estrategias de afrontamiento y prevenir recaídas.

Desde el principio de desarrollo, el tutor puede ayudar al adolescente a desarrollar habilidades de autogestión, toma de decisiones y resolución de problemas, además de promover un desarrollo integral que incluya aspectos físicos, sociales y académicos. Trabajando en conjunto tutor-adolescente o padres de familia en el desarrollo de habilidades para gestionar su tiempo, establecer límites y afrontar situaciones problemáticas respecto al uso de internet y redes sociales.

De esta manera, la tutoría en este contexto implica una intervención integral que utiliza todos estos principios. El tutor actúa como guía, apoyo y facilitador, ayudando al adolescente a desarrollar habilidades, proporcionando los recursos necesarios para tener un buen manejo de internet y las redes sociales.

4.5 Áreas de la orientación

Para Álvarez y Bisquerra (2012) “las áreas temáticas son los grandes bloques de contenido de la orientación educativa. Siguiendo un criterio histórico podemos recordar que la orientación surgió como orientación vocacional en Estados Unidos y como orientación profesional en Europa.” (p.14). Por lo tanto, consideramos que un área dentro de la orientación se constituye por medio de recursos que apoyan a toda la comunidad educativa: estudiantes, profesorado y familias. A continuación, se abordan las áreas de la orientación:

a) Enseñanza-aprendizaje

Esta área permite que el orientador ayude y aconseje a los estudiantes sobre los aspectos del proceso formativo. Para Álvarez y Bisquerra (2012):

Los procesos de aprendizaje (habilidades de aprendizaje, aprender a aprender, estrategias de aprendizaje, estilos y enfoques de aprendizaje, procedimientos y técnicas de aprendizaje, etc.) constituyen la segunda área de interés de la orientación desde el punto de vista histórico. [...] Esta área entronca con uno de los campos de interés de la psicología cognitiva: las estrategias de aprendizaje y la comprensión lectora. A todo ello hemos de añadir el interés por lo curricular, lo cual reclama un asesoramiento curricular (p. 14).

Por lo tanto, la orientación enseñanza-aprendizaje se centra en la mejora del proceso educativo, busca optimizar la interacción entre docentes y estudiantes.

b) De desarrollo

Esta área está definida por Álvarez y Bisquerra (2012), como:

Un proceso que introduce cambios importantes con carácter permanente y que no se deben a factores estrictamente madurativos. El desarrollo incluye crecimiento, maduración y aprendizaje. El crecimiento se refiere a cambios físicos; la maduración a cambios relativamente independientes del entorno; el aprendizaje se refiere a los cambios producidos por los estímulos del entorno (p. 258).

Es importante ya que es el momento en el cual el sujeto tiene que decidir lo que va a ser en el periodo en el cual entran en juego aptitudes, deseo, habilidades, así como circunstancias múltiples familiares y sociales que condicionan la verdadera vocación.

c) Atención a la diversidad

Esta área se enfoca en promover la inclusión y ofrecer un apoyo personalizado a los estudiantes que presentan necesidades educativas especiales o que requieren adaptaciones para alcanzar su máximo potencial.

Sanchiz (2008/2009), señala que:

'la diversidad es una característica intrínseca a la naturaleza humana y una posibilidad para la mejora y el enriquecimiento de las condiciones y relaciones sociales y culturales entre las personas y entre los grupos sociales». Y aún más, «aceptar la diversidad como un hecho natural y necesario, posibilitar el desarrollo y la participación democrática en el

desenvolvimiento social de todas las personas sean cuales sean sus diferencias, aprovechar todas las energías, perspectivas y aportaciones del conjunto de los seres humanos desde el respeto de su realidad y su estilo de vida será la mejor garantía de progreso y desarrollo social. Ser diverso es un valor' (Jiménez y Vilà, 1999, p. 188).

Esta diversidad hace referencia a distintas dimensiones como lo social (procedencia geográfica y cultural; nivel socioeconómico; rol social, etc.), personal o físico (color de piel, femenino/masculino, etc.) y aspectos psicológicos (conocimientos previos; estilos y hábitos de aprendizaje; capacidades, etc.) que tienen relación con el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por lo tanto, esta área trata de identificar y abordar las diferencias individuales de los estudiantes, ya sea en términos de capacidades, intereses o estilos de aprendizaje. Se busca garantizar que todos los alumnos tengan igualdad de oportunidades educativas.

d) Atención a las necesidades educativas especiales

La atención a las necesidades específicas de apoyo educativo constituye una de las preocupaciones prioritarias de orientadores y educadores en general. De acuerdo con Álvarez y Bisquerra (2012) “estas necesidades especiales se han ido ampliando en las últimas décadas para incluir una diversidad de casos entre los que se encuentran grupos de riesgo, minorías étnicas, marginados, grupos desfavorecidos, inmigrantes, etc.” (p. 15).

Asimismo, esta área se centra en brindar apoyo específico a los estudiantes con discapacidades, trastornos del aprendizaje, o cualquier otra necesidad que requiera adaptaciones curriculares y recursos adicionales para garantizar su participación plena en el ámbito educativo.

Los temas de uso, situaciones de riesgo o adicción a internet y redes sociales en adolescentes puede abordarse desde varias áreas de la orientación ya que, si los adolescentes llegan a una situación de riesgo o adicción, esto afectará en su autoestima, su identidad y sus relaciones interpersonales. Por ello, se debe apoyar a

los y las adolescentes en la identificación, el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de habilidades sociales y la exploración de la identidad personal. Centrándonos en promover un desarrollo saludable, identificando las áreas afectadas. Trabajando en la autogestión, la regulación emocional y la toma de decisiones.

En cuanto al área de orientación en prevención se puede educar sobre el uso responsable de internet y redes sociales, para el desarrollo de habilidades y gestión de riesgos.

La elección del área dependerá del enfoque y la gravedad del problema. Además, es importante involucrar a los padres de familia en el ámbito personal, de prevención y el desarrollo de habilidades para contrarrestar las situaciones de riesgo en el uso a internet y redes sociales en los adolescentes. Consideramos que la comunicación abierta, sesiones informativas (talleres o sesiones), material informativo (folletos, artículos o enlaces a recursos online con información confiable sobre el tema), son de utilidad para una adecuada participación de los padres y puedan apoyar a los y las adolescentes en su desarrollo, prevenir la adicción a internet y redes sociales.

Actualmente, dentro de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), hay cuatro campos formativos que integran la propuesta curricular 2022, que de acuerdo con la Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación (2023), son los siguientes:

Ética, Naturaleza y Sociedades; Lenguajes; De lo Humano y lo Comunitario; y Saberes y Pensamiento Científico– se pueden articular para problematizar, analizar, comprender y transformar las situaciones o problemas que reconocieron como parte del análisis del contexto socioeducativo de su escuela (p. 5).

Estos campos juegan un papel crucial, ya que estructuran el currículo y definen las áreas de desarrollo que se consideran esenciales para la formación de los alumnos. No solo buscan transmitir conocimientos, sino también fomentar habilidades, actitudes y valores que preparen a los estudiantes para enfrentar distintos retos.

El campo formativo en el que nos enfocaremos lleva por nombre De lo Humano y lo Comunitario ya que aquí encontramos la Educación Socioemocional/Tutoría; que de

acuerdo con el programa sintético fase 6 (2024), la Educación Socioemocional/Tutoría está dividida por 5 contenidos:

- Formas de ser, pensar, actuar y relacionarse.
- Los sentimientos y su influencia en la toma de decisiones.
- Construcción del proyecto de vida.
- Prevención de situaciones de riesgo.
- Educación Integral en Sexualidad. (p. 116-117)

Estos contenidos se adaptan de acuerdo con el grado al que pertenecen los estudiantes.

Dicho lo anterior, la tutoría se enfoca en el aprendizaje individualizado, la motivación, el desarrollo de habilidades y la resolución de problemas. Se trata de una relación de confianza y colaboración, donde el tutor actúa como guía. Es importante mencionar que uno de los Aspectos Pedagógicos dentro del plan y programas de estudio de la Nueva Escuela Mexicana es el plan de tutoría para los alumnos de secundaria que, de acuerdo con la Guía operativa para la organización y funcionamiento de los servicios de educación básica, especial y para adultos de escuelas públicas en la Ciudad de México (2023), generará:

para los alumnos de Secundarias Generales y Técnicas en atención a las áreas de mejora detectadas en el diagnóstico aplicado por el docente de grupo. Los tutores de grupo implementarán un Plan de Tutoría que integre acciones y estrategias a partir de las sugerencias que le brinden el ATP y/o personal de la UDEEI (en caso de contar con el servicio), con el fin de orientar el seguimiento y acompañamiento a través de la educación socioemocional como medio para aprender a comprender las emociones, el comportamiento y la relación con el aprendizaje de los estudiantes en condición de vulnerabilidad (p. 24).

La tutoría en la NEM no solo busca la mejora del rendimiento académico, sino también el desarrollo de habilidades socioemocionales, la construcción de una identidad y su formación académica. Su implementación efectiva requiere una formación adecuada de los tutores, la colaboración entre docentes, familias y comunidad, la creación de un

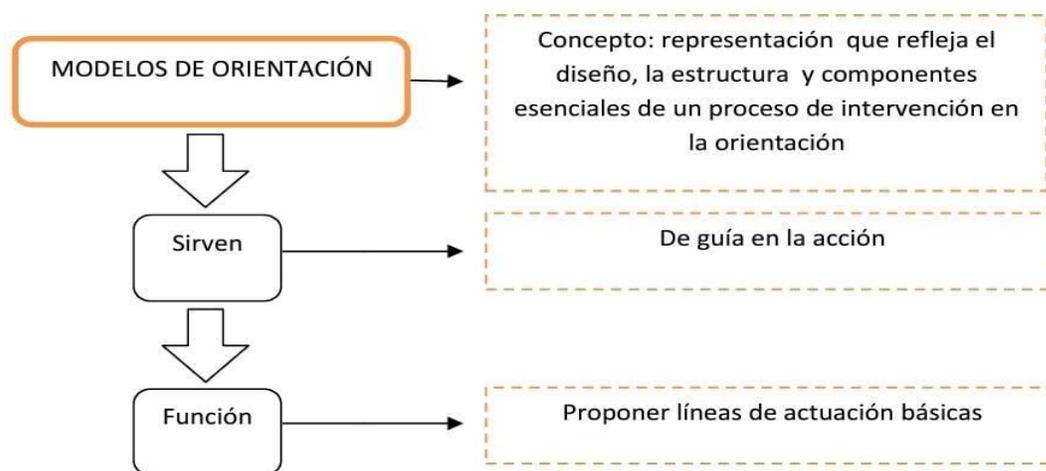
ambiente escolar que fomente la participación activa y el desarrollo integral de todos los estudiantes.

4.6 Modelos de la orientación

Vamos a referirnos a los modelos de intervención dentro de la orientación como aquellas estrategias para conseguir resultados propuestos. Los modelos de orientación, de acuerdo con Bisquerra (1998) citado en Bausela (2004), sugieren procesos y procedimientos concretos de actuación, es decir, se pueden considerar como guías para la acción. También encontramos otra definición que proponen Álvarez y Bisquerra (1997) citados en Bausela (2004) donde señalan que es “una representación que refleja el diseño, estructura y los componentes esenciales de un proceso de intervención” (p.1).

A continuación, se muestra un esquema elaborado por Ruiz (2012) acerca de qué es un modelo de orientación:

Figura 2.5 Esquema resumen



Fuente: Ruiz, A. (2012). *Modelos de Orientación y Asesoramiento Psicopedagógico*. p. 53.

Asimismo, podemos señalar 3 modelos básicos de la orientación:

Modelo clínico (counseling)

Este modelo está centrado en la atención individualizada, donde la entrevista personal es la técnica indispensable. La Asociación Británica para el Counseling, citada en Sanchiz (2008/2009), define el counseling como “la utilización hábil y fundamentada de la relación y la comunicación, con el fin de desarrollar el autoconocimiento, la aceptación, el crecimiento emocional y los recursos personales” (p. 87). Esto quiere decir que el modelo se enfoca en el trabajo individual con el estudiante, identificando y abordando sus necesidades a través de intervenciones terapéuticas y psicológicas. Tiene como objetivo satisfacer las necesidades de carácter personal, educativo, social y profesional del individuo.

Algunas características del modelo clínico de acuerdo con Parras et al (2008), son las siguientes:

- Tiene un carácter terapéutico, aunque también puede tener una dimensión preventiva y de desarrollo personal.
- Está centrado en la acción directa sobre el sujeto.
- Se basa en una relación personal entre orientador y orientado.
- Se trata de una intervención especializada en la que el orientador asume la máxima responsabilidad en el proceso de intervención.
- La entrevista es el procedimiento característico para afrontar la intervención.

Las fases que caracterizan a este modelo como afirma Bisquerra (1998) citado en Sanchiz (2008/2009) son:

- Inicio y estructuración de la relación de ayuda.
- Exploración.
- Tratamiento en función del diagnóstico
- Seguimiento y evaluación.

Modelo de consulta (asesoramiento)

El modelo de consulta deriva del modelo clínico. Pero se distingue de él en cuanto la consulta es una intervención indirecta. Para Álvarez y Bisquerra (2012) el modelo de consulta se refiere a:

(...) una relación voluntaria entre un profesional de la ayuda (orientador, psicopedagogo, psicólogo, pedagogo, etc.) y otro profesional (profesor, tutor), para abordar conjuntamente una mejora educativa. La mejora puede ser un programa de prevención y desarrollo, atender a las necesidades de un estudiante o grupo (p. 86).

Algunas de las características que mencionan Álvarez y Bisquerra (2012) para este modelo se presentan a continuación:

- Es una intervención indirecta.
- No hay relación con los alumnos.
- Existe un consultor que asesora a un mediador, el cual es el que interviene directamente con el cliente.
- En orientación, el consultor suele ser el orientador; pero en ciertos casos puede ser el tutor, el profesor o cualquier otro agente que pueda asumir esta función.
- El consultor es un especialista que interviene de forma indirecta.
- El mediador (consultante) suele ser el tutor; pero pueden ser los demás profesores, padres y otros agentes.
- El mediador suele ser un práctico que interviene de forma directa siguiendo las directrices del consultor.
- El cliente es el destinatario último de la intervención. En el sistema educativo es el alumnado.
- La relación en la consulta es triádica: consultor–consultante–cliente.

De las fases mencionadas anteriormente, el autor Sanz Oro (2001), citado en Parras et al (2008), concreta las fases de la consulta en cuatro momentos:

- Fase de entrada, cuyo objeto es realizar el diagnóstico, iniciar una relación de colaboración y evaluar los esfuerzos que hay que realizar.

- Fase de diagnóstico, conceptualizada como proceso continuo y recíproco que supone la obtención de datos y la intervención.
- Fase de ejecución, en ésta se lleva a cabo el plan establecido en las fases anteriores, desarrollando mecanismos de autorregulación y planificación relacionados con: cómo, cuándo, dónde y qué resultados esperamos obtener.
- Fase de salida, en la que el consultor y consultante deben evaluar los efectos globales del proceso de consulta, y reducir paulatinamente la relación triádica hasta finalizarla.

Por lo tanto, este modelo busca involucrar a diversos profesionales, padres y comunidad en la identificación y solución de problemas educativos, fomentando la colaboración y el trabajo en equipo, así como proporcionando asesoramiento y recursos para abordar sus necesidades.

Modelo de programas

Está enfocado en el desarrollo e implementación de programas de orientación que aborden necesidades específicas y promoviendo el desarrollo integral, como la prevención del abandono escolar, la promoción de la convivencia escolar, entre otros.

Para Repetto (2002) citado en Sanchiz (2008/2009) se entiende por programa a:

toda actividad preventiva, evolutiva, educativa o remedial que, teóricamente fundamentada, planificada de modo sistemático y aplicada por un conjunto de profesionales de modo colaborativo, pretende lograr determinados objetivos en respuesta a las necesidades detectadas en un grupo dentro de un contexto educativo, comunitario, familiar o empresarial (p. 92).

Por otra parte, Álvarez, Riart, Martínez y Bisquerra (1998), citado en Sanchiz (2008/2009) definen el programa como una “acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr unos objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades, y/o enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias” (p. 92).

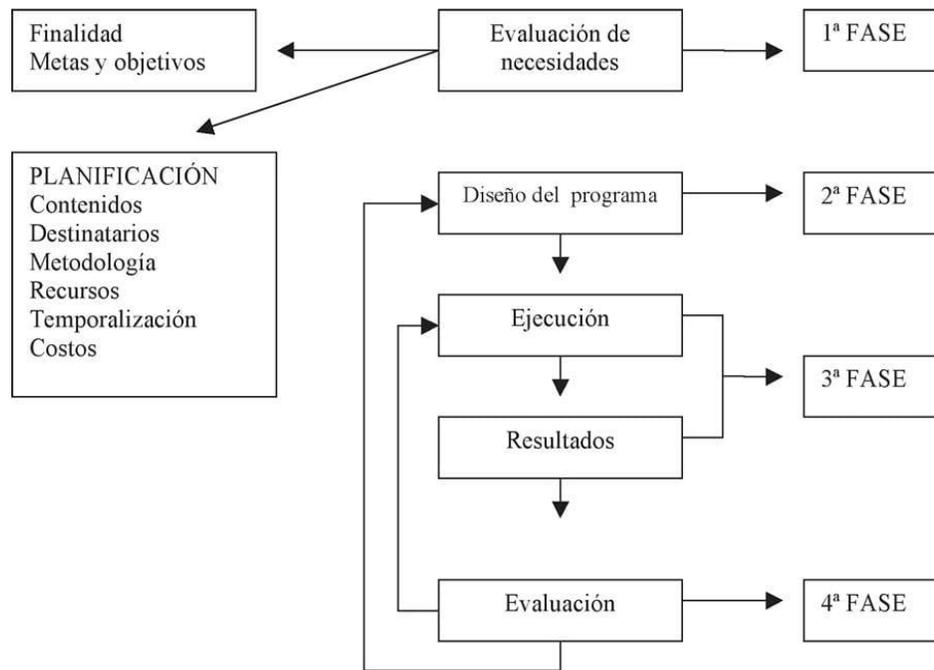
Por lo tanto, se entiende por programa a una acción continuada, previamente planificada, encaminada a lograr unos objetivos, con la finalidad de satisfacer necesidades y enriquecer, desarrollar o potenciar determinadas competencias.

Algunas características de este modelo, para Parras et al (2008) son:

- Ser una intervención desarrollada en función de las necesidades diagnosticadas (de los alumnos, centro, servicios de institución, etc.)
- Actúa por objetivos a lo largo de un tiempo.
- Centrarse en las necesidades del grupo.
- La unidad básica de intervención en el ámbito escolar es el aula.
- El estudiante es agente activo de su propio proceso de orientación.
- Su actuación sobre el contexto.
- Ser dirigida a todos los agentes implicados y usuarios.
- Ser una intervención preventiva y de desarrollo.
- La orientación por programas favorece la interrelación curriculum-orientación.

Rodríguez Espinar (1993) citado en Sanchiz (2008/2009) propone el siguiente esquema el cual aborda las fases del modelo de programas:

Ilustración 4. El modelo de programas: fases



Fuente: Sanchiz, M. (2008/2009). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. p. 93.

Para abordar el tema de uso y abuso o situaciones a internet y redes sociales en adolescentes, los tres modelos de orientación: clínico, por programas y de consulta, pueden ser útiles, pero su aplicación depende del contexto, la gravedad del problema y los recursos que se tengan disponibles.

Consideramos que el modelo clínico es el más adecuado para casos de adicción, ya que se caracteriza por:

- Intervención individualizada, en la cual se realiza una evaluación exhaustiva del adolescente para identificar las causas subyacentes de la adicción y sus necesidades.
- Seguimiento del progreso del adolescente, ajustando el plan de tratamiento según sea necesario. Se debe profundizar en las causas psicológicas y

emocionales de la adicción, explorando temas como la autoestima, la ansiedad, la depresión y las relaciones interpersonales.

El modelo por Programas podría ser útil para la prevención y la intervención en etapas tempranas de la adicción, o para trabajar con grupos de adolescentes que presentan un nivel de riesgo similar, este se caracteriza por:

- Intervención grupal en la cual se trabaja con grupos de adolescentes para desarrollar habilidades de afrontamiento, mejorar la comunicación y fomentar el apoyo mutuo.
- El enfoque preventivo se centra en la prevención de la adicción y la educación sobre el uso responsable de internet y redes sociales

Por último, el modelo de consulta es importante para apoyar a los orientadores, tutores o padres de familia en caso de trabajar, vivir o convivir con adolescentes de tal forma que les brinden información y herramientas para no caer en situaciones de riesgo cuando hacen uso de internet y redes sociales.

Este modelo se caracteriza por:

- Sesiones breves y focalizadas para abordar problemas específicos relacionados con el uso de internet y redes sociales.
- Orientación y apoyo al adolescente para que pueda gestionar su uso de internet y redes sociales de forma responsable.

Dicho modelo es flexible y se puede adaptar a las necesidades individuales del adolescente. A menudo, una combinación de estos modelos puede ser la estrategia más efectiva, por ejemplo, un programa de prevención (modelo por programas) podría identificar adolescentes con riesgo de adicción, quienes luego podrían recibir apoyo individualizado (modelo clínico o de consulta) si es necesario.

CONCLUSIONES

El uso de internet y redes sociales en la adolescencia puede representar un desafío complejo, no se trata simplemente de un problema tecnológico, sino de una problemática que afecta profundamente el desarrollo personal, social y académico de los y las adolescentes, con consecuencias que pueden extenderse a lo largo de su vida adulta. Hemos explorado las diversas causas que contribuyen a esta problemática, desde los mecanismos de refuerzo de las plataformas digitales, hasta los factores que influyen en la construcción de la identidad en el mundo virtual. Las consecuencias, abarcan desde el deterioro del rendimiento académico y las dificultades en las relaciones interpersonales hasta problemas como ansiedad y depresión.

La tutoría, como herramienta de orientación educativa, emerge como un recurso fundamental para abordar esta problemática, ya que nos permite establecer una relación de confianza con el adolescente, comprender su contexto individual y familiar, así, al ofrecer un apoyo personalizado la convierte en un elemento clave en la prevención y la intervención.

A través de la tutoría, se pueden implementar estrategias que promuevan el desarrollo de habilidades sociales, la gestión del tiempo, la toma de decisiones y la construcción de una identidad independiente de la validación externa que pueden ofrecer en las redes sociales. El tutor, como figura de apoyo y guía, puede ayudar al adolescente a identificar sus fortalezas, a desarrollar estrategias de afrontamiento y a establecer límites saludables en el uso de internet y las redes sociales.

La implementación de programas de tutoría efectivos requiere una formación adecuada de los tutores, para la creación de un entorno de apoyo en la escuela y la familia. Es fundamental que los tutores se sigan formando en la identificación de los signos de adicción, en las estrategias de intervención y en la aplicación de los principios de la orientación educativa.

Consideramos que la escuela debe proporcionar un ambiente que fomente el uso responsable de la tecnología, que ofrezca alternativas de ocio saludables y que promueva la comunicación abierta entre los estudiantes, profesores y familias. La familia, por otra parte, juega un papel importante en el apoyo al adolescente, estableciendo límites claros en el uso de internet y redes sociales, fomentando la comunicación familiar y ofreciendo un ambiente de afecto y comprensión.

La colaboración entre tutores, profesores, psicólogos, orientadores y familias es esencial para lograr una intervención adecuada con un enfoque integral que aborde las causas de la adicción, que promueva el desarrollo integral del adolescente y que ofrezca un apoyo personalizado, esto es fundamental para prevenir y tratar la adicción a internet y redes sociales. La creación de programas de prevención en las escuelas, la formación de tutores y la sensibilización de las familias son medidas cruciales para abordar esta problemática.

En definitiva, el uso a internet y redes sociales en la adolescencia es un desafío que requiere una respuesta proactiva. La tutoría, como herramienta de apoyo personalizado, juega un papel fundamental en la prevención y la intervención, pero su efectividad depende de la formación de los tutores, la colaboración y la creación de un entorno de apoyo en la escuela y la familia.

El objetivo final no es eliminar el uso de internet y redes sociales, sino promover un uso responsable y equilibrado que contribuya al desarrollo integral y al bienestar de los adolescentes, permitiéndoles aprovechar las oportunidades que ofrece la tecnología sin caer en la adicción.

A lo largo de esta investigación pudimos comprobar que, a través de la tutoría, se pueden implementar estrategias efectivas que promuevan el desarrollo de habilidades socioemocionales, la gestión del tiempo, la toma de decisiones responsables y la construcción de la identidad.

La gestión responsable de la identidad y la huella digital es un aspecto crucial en la prevención de problemas relacionados con el uso excesivo a internet y redes sociales.

Consideramos que los y las adolescentes necesitan ser educados sobre la importancia de proteger su información personal, de ser conscientes de las implicaciones a largo plazo de sus acciones en línea y de desarrollar habilidades para gestionar su presencia en internet de forma segura y responsable. De acuerdo con el cuestionario que aplicamos y las respuestas que obtuvimos logramos identificar que la mayoría de los y las adolescentes desconocen cómo proteger su información, así como los términos de identidad y huella digital.

Platicando con el profesor a cargo del grupo y algunos comentarios por parte del estudiantado les gustaría recibir pláticas y talleres educativos que enseñen a los y las adolescentes a navegar por internet de forma segura, a proteger su privacidad y a gestionar su identidad digital de forma responsable.

La importancia de integrar la educación digital ya que los estudiantes necesitan desarrollar habilidades para identificar noticias falsas y para protegerse de los riesgos de internet y redes sociales. La formación de los tutores y de todos los docentes en el uso responsable de la tecnología y en las estrategias para integrar la tecnología en el aula es fundamental para crear un entorno educativo que promueva el aprendizaje significativo y el desarrollo integral de los estudiantes. La colaboración entre la escuela, la familia y la comunidad es esencial para crear un entorno de apoyo que ayude a los adolescentes a gestionar el uso de internet y redes sociales de forma segura.

La investigación realizada nos llevó a tener una mejor comprensión de que puede haber situaciones de riesgo derivadas del mal uso de internet y redes sociales en la adolescencia, pero que hay factores de protección que la misma escuela puede favorecer, a través de espacios como la tutoría. Los resultados obtenidos pueden servir como base para el desarrollo de programas de intervención más efectivos, para la formación de tutores y para la creación de políticas educativas que promuevan el uso responsable de la tecnología. Es fundamental que las instituciones educativas, las familias y la sociedad en su conjunto se involucren en la creación de un entorno que proteja a los y las adolescentes de los riesgos a internet y redes sociales, promoviendo su desarrollo integral y su bienestar. La educación digital y la constante formación de

tutores son claves para construir un futuro donde la tecnología sea una herramienta para el aprendizaje, el crecimiento y el desarrollo humano, no un obstáculo.

En el ámbito educativo los docentes, tutores y orientadores podrán integrar a profundidad la comprensión de los conceptos identidad y huella digital en sus programas de formación, ya que de acuerdo con la NEM, dentro de su organización curricular cuentan con un campo formativo llamado “De lo humano y lo comunitario” donde se abre un espacio a la “educación socioemocional/tutoría” en la cual se pueden abordar los temas antes mencionados.

Asimismo, el uso desmedido de internet y redes sociales en la adolescencia ejerce una influencia significativa en el aprendizaje del estudiantado y en el ámbito escolar en general. Consideramos que algunos efectos negativos se manifiestan en diversos aspectos como: disminución del rendimiento académico (falta de concentración), problemas de atención y concentración, dificultades en el manejo del tiempo, motivación e interés por el aprendizaje, problemas de sueño y dificultades en las relaciones interpersonales.

Al respecto, logramos identificar con el grupo 2° C de la Escuela Secundaria Técnica y Agropecuaria N° 56 “Enrique Ramírez y Ramírez”, turno matutino, la mayoría de los y las adolescentes querían hacer uso de internet para buscar algunas respuestas de las cuales desconocían los términos, al concluir el cuestionario, algunos estudiantes, hacían uso de sus redes sociales y otros más jugaban en línea. Por parte del docente entrevistado, notamos que no mostraba interés y control del grupo, ya que argumentó que no era su clase y solo estaba cubriendo la clase del profesor ausente.

Dentro de la institución no existe un departamento de orientación, es por ello que decidimos trabajar con tutores porque es como se maneja dentro de la escuela. Desafortunadamente, tuvimos una mala experiencia en cuanto a la aplicación del cuestionario para tutores, ya que la subdirectora pidió que se le entregaran diez juegos de éste y ella se encargaría de entregarlos a cada tutor de los grupos de segundo grado, posteriormente, iríamos a recogerlos una semana, sin embargo, no

obtuvimos respuesta durante un mes. Después de este tiempo de espera los cuestionarios nos fueron entregados, al revisarlos notamos que algunos tutores quisieron estar en el anonimato, otros no contestaron algunas preguntas y otros fueron muy concretos con sus respuestas.

De acuerdo con la pregunta ¿cómo les asignan la tutoría? la mayoría respondió que es un puesto asignado por la subdirectora, sin embargo, hubo un tutor que respondió que al azar ya que no existe un método y seleccionaron a quienes no habían sido tutores, aunque no tengan suficientes horas.

Es por ello que, los tutores deben estar en constante formación para así poder reconocer situaciones de riesgo por lo que pasan los y las adolescentes, entre ellas la adicción, lo que facilita la intervención temprana y el apoyo adecuado a los estudiantes, una mayor conciencia sobre el impacto de las redes sociales ayuda a los tutores a educar a los estudiantes sobre los riesgos asociados. Consideramos que la formación constante, por medio de la orientación educativa se puede proporcionar herramientas y técnicas efectivas para abordar esta problemática respecto al uso indiscriminado a internet y redes sociales, los tutores capacitados pueden crear un ambiente donde los estudiantes se sientan seguros para hablar sobre sus experiencias y preocupaciones relacionadas con el uso de internet y redes sociales.

REFERENCIAS

Abero, L., Berardi, L., Capocasale, A., García, S. y Rojas, R. (2015). *Investigación educativa*. Abriendo puertas al conocimiento. Uruguay: CLACSO.

Aceves, Y. y Simental, L. (2013). "La orientación educativa en México. Su historia y perfil del orientador". En: *Revista pilquen sección psicopedagogía*, (10). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4690875.pdf>

Álvarez, M. y Bisquerra, R. (2012). *Orientación educativa. Modelos, áreas, estrategias y recursos*. España: Wolters Kluwer.

Areces, C., Benotti, L., Cortez, J., et.al (2018). *Ciencias de la computación para el aula: 2do. Ciclo de primaria: libro para docentes*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Fundación Sadosky.

Argente, E., Vivancos, E., Alemany, J. y García, A. (2017). "Educando en privacidad en el uso de las redes sociales". En: *Education in the Knowledge Society*, 18(2), 107-126. <https://www.redalyc.org/pdf/5355/535554766007.pdf>

Aveiga, V., Ostaiza, J., Macías, X., y Macías, M. (2018): "Uso de la tecnología: entretenimiento o adicción." En: *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. <http://www.eumed.net/rev/caribe/2018/08/tecnologia-entretenimiento-adiccion.html>

Bausela Herreras, E. (2004). "Modelos de orientación e intervención psicopedagógica: modelo de intervención por servicios". En: *Revista Iberoamericana De Educación*, 34(1), 1-12. <https://doi.org/10.35362/rie3412950>

Bermejo, J. (2017). Identidad digital: "Retos para la función docente". En: *Padres y Maestros*. (370), 37-42. <https://doi.org/10.14422/pym.i370.y2017.006>

Bisquerra, R. (2005). "Marcó conceptual de la Orientación Psicopedagógica". En: *Revista Mexicana de Orientación Educativa*. III (6), 1-48. https://www.academia.edu/25587269/MARCO_CONCEPTUAL_DE_LA_ORIENTACION_Psicopedagogica

- Bisquerra, R. (2009). *Metodología de la investigación educativa*. España: La Muralla.
- Bosque, A. y Aragón L. (2008). "Nivel de adaptación en adolescentes mexicanos". En: *Revista Interamericana de Psicología*, 42 (2) 287-297.
- Carles, J. (2001). *Un adolescente en casa. Consejos para disfrutar con la adolescencia de sus hijos*. España: De BOLSILLO.
- Castellana, M; Sánchez, X; Graner, C. y Beranuy, M. (2007). "El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos". En: *Papeles del psicólogo*. 28 (3), 196-204. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77828306.pdf>
- Castellano, G. (s/f). Internet y redes sociales. El papel de los padres. España. <http://codajic.elbolson.com/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/LAS%20REDES%20SOCIALES%20Dr.%20Germ%C3%A1n%20Castellano%20Barca.pdf>
- Chóliz, M. y Marcos, M. (2020). *Detección temprana y prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes*. España: Fundación MAPFRE.
- CIDE (2008). *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas*. España: OMAGRAF, S.L.
- Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación. (2023). *¡Aprendamos en comunidad! Hacia la integración curricular. Los campos formativos Para comprender y transformar nuestra realidad*. Secretaría de Educación Pública.
- CompDigEduEducacyl. (2023,01,13). *Huella digital construir una identidad digital* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/D5aBOPW1eDc?feature=shared>
- Cornejo, M. y Tapia, M. L. (2011). "Redes sociales y relaciones interpersonales en internet". En: *Fundamentos en Humanidades*, XII (24), 219-229. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920010.pdf>
- Dada, P. (2004). *"Información contra Privacidad", México entra a la era de la transparencia*. México: Instituto de Acceso a la Información (IFAI).

De la Rosa, E. (2022). *¿Cómo borrar tu huella digital en internet? Esto dice Profeco*. MILENIO. <https://www.milenio.com/negocios/huella-digital-en-internet-que-es-y-como-borrarla-esto-dice-profeco>

Didia, J; Dorpinghaus, A; Maggi, C. y Haro, G. (2009). Adicciones a Internet: Dimitri. (2021, May, 13). *¿QUÉ ES LA ADICCIÓN A INTERNET?* GIFT Psicología. <https://www.giftpsicologia.com/adiccion-a-internet/>

Doccity. (s/f). *Modelo clínico*. <https://www.doccity.com/es/docs/diapositivas-de-psicologia-9/8607154/>

Durán, M. (2012). "El estudio de caso en la investigación cualitativa". En: *Revista Nacional de Administración*. 3 (1):121-134. <https://revistas.uned.ac.cr/index.php/rna/article/view/477/372>

Echeburúa, E y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. España: Ediciones Pirámide.

Echeburúa, E. (2000). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. Bilbao.

Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista española de drogodependencias*, 4, 435-48.

Echeburúa, E. y Corral, P. (2010). "Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto". En: *Revista de Adicciones*, 22(2), 91-95. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>

ECOTIC. (2025). *Ciberseguridad. Consejos prácticos sobre ciberseguridad*. Upnvirtual.edu.mx. <https://ecotics.upnvirtual.edu.mx/index.php/ciberseguridad/>

El Programa de Estudio para la Educación Secundaria: Programa Sintético de la Fase 6, fue elaborado por la Dirección General de Desarrollo Curricular de la Secretaría de Educación Pública. (2024)

Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2023. (Comunicado de prensa) 13 de junio. <https://www.ift.org.mx/comunicacion-y-medios/comunicados-ift/es/encuesta-nacional-sobre-disponibilidad-y-uso-de-tecnologias-de-la-informacion-en-los-hogares-endutih-1>

Erausquin C., Denegri A. y Michele J. (2014). *Estrategias y modalidades de intervención psicoeducativa: historia y perspectivas en el análisis y construcción de prácticas discursivas*. Material Didáctico Sistematizado.

Fernández, J. y López, J. (2010). *Adicciones conductuales: características y vías de intervención*. España: FOCAD.

Fernández, R. y Silva, E. (1994). "Tutoría y Orientación". En: *revista de investigación e innovación en la clase de idiomas*, 7, p. 97-104. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=153474>

Flores, B. (2016). *Jóvenes, redes sociales digitales y educación superior: entre la vida cotidiana y la vida escolar*. Ciudad de México, México: Universidad Pedagógica Nacional. [Tesis de maestría] tesis para obtener el grado de maestra en desarrollo educativo. <http://200.23.113.51/pdf/33145.pdf>

Fundación Telefónica (2013). *Identidad Digital: El nuevo usuario en el mundo digital*. Madrid, España: Editorial Ariel. S.A.

Fundación, V. T. R. (2021). *Huella digital/Contenidos digitales para el aula* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/u3r5F2TRWTo?feature=shared>

García, C. (2008). "Riesgos del uso de internet por niños y adolescentes. Estrategias de seguridad". En: *Acta Pediátrica de México*, vol. 29, núm. 5, (pp. 272-278).

González, F. (2006). *Política de privacidad en la Internet: noción y tecnología*. Neuquén, Argentina.

González, J. (2010). "La fotografía en las redes sociales". En: *Aplicaciones, experiencias y perspectivas de la fotografía* (pp. 79-86). Dialnet-LaFotografiaEnLasRedesSociales-4165988.pdf

González, K., Corominas, R. y Silva, C. (2021). Valoración psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes mexicanos. En: *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. 8 (3), 26-34. Abarca, A., Alpízar, F., Sibaja, G. y Rojas, C. (2013). *Técnicas cualitativas de investigación*. San José, Costa Rica. https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.revistapcna.com/sites/default/files/2106_0.pdf&ved=2ahUKEwjml62CxtONAxUII0QIHb3INOAQFnoECB8QAQ&usg=AOvVaw2CiS6PKmCI2dqJISg6xMgl

González, M; Álvarez, I; Muñoz, P. y Estevez, I. (2022). "Adolescencia y privacidad digital". En: *Revista mexicana de investigación educativa*. 27 (93), 583-603. <https://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v27n93/1405-6666-rmie-27-93-583.pdf>

Gracia, M; Vigo, M; Fernández, M. y Marcó, M. (2002). "Problemas conductuales relacionados con el uso de internet: un estudio exploratorio". En: *Anales de Psicología*. 18 (2), 273–292. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/28491>

Guízar, G., Grijalva, I y Madrazo, I. (2021). "Huellas dactilares: origen, usos y desafíos que genera la incapacidad para su registro". En: *Rev Med Inst Mex Seguro Soc*. 59(6), 568-73.

Gutiérrez, Y. y Vásquez, M. (2019). *Dependencia de las redes sociales a través del internet: revisión documental*. Colombia: Corporación Universitaria Minuto de Dios Ciencias Humanas y Sociales. <https://repository.uniminuto.edu/items/87ee472a-13cc-4311-bcce-935f309e084c>

Hernández, C. y Carpio, N. (2019). "Introducción a los tipos de muestreo". En: *Revista científica del Instituto Nacional de Salud*. Vol. 2 (1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=762279683009>

Hernandez, R; Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. España: McGraw-Hill.

Hernandez, R; Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Educación.

Hernanz, M. (2015). Adolescente y nuevas adicciones. En: *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*. 35(126), 309-322.

Hervás. (2006). *Definiciones de Orientación*. (p. 71 y 72). <https://belenabadia23.files.wordpress.com/2015/04/definiciones-orientacion.pdf>

<http://codajic.elbolson.com/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/Adolescente%20y%20nuevas%20adicciones.%20.pdf>

Huidobro, J. (2020). “La huella digital”. En: *Revista digital de Acta*. CEDro. https://www.acta.es/medios/articulos/ciencias_y_tecnologia/061001.pdf

Hütt, H. (2012). “Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión”. En: *Reflexiones*, 91(2), 121-128. <https://www.redalyc.org/pdf/729/72923962008.pdf>

Ibáñez, R. (2019). “Origen y evolución de los servicios de orientación en las universidades españolas: hacia un nuevo modelo”. En: *Revista de Orientación Educativa*, 33(64), pp. 23-43. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7773092.pdf>

INEGI (2022). Comunicado de prensa núm. 350/22 ENCUESTA NACIONAL SOBRE DISPONIBILIDAD Y USO DE TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN EN LOS HOGARES (ENDUTIH) 2021.

Instituto de la Juventud. (2007). *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. España. injuve.

Instituto de la Juventud. (2018). ¿Las redes sociales causan problemas en la salud? [gob.mx. https://www.gob.mx/imjuve/articulos/las-redes-sociales-causan-problemas-en-la-salud](https://www.gob.mx/imjuve/articulos/las-redes-sociales-causan-problemas-en-la-salud)

Instituto Federal de Telecomunicaciones. (2023). *El uso de las redes sociales entre los menores de edad pasó de 39% en 2017 a 69% en 2022, revela informe del IFT*. <https://www.ift.org.mx/comunicacion-y-medios/comunicados-ift/es/el-uso-de-las-redes-sociales-entre-los-menores-de-edad-paso-de-39-en-2017-69-en-2022-revela-informe>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2022). Estadísticas a propósito del día internacional de la juventud. Comunicado de prensa. 436/22.

Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. (2014). *Implementación del espacio curricular de Tutoría en la educación secundaria*.

Instituto Veracruzano de Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (IVA). *Guía de privacidad en redes sociales*.

Koenigsberger, G. (2014). *Los inicios de Internet en México*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Lee, Investiga, Escribe y comunica. (2023-2024). *Huella digital*. UNAM. <https://liec.dgb.unam.mx/index.php/investiga/huella-digital>

Leyre, A. (2017). *Factores de protección*. CRIMEPEDIA. <https://crimipedia.umh.es/topics/factores-de-proteccion/>

López, M., Tapia, A. y Ruiz, C. (2023). "Patologías y dependencias que provocan las Redes Sociales en los jóvenes nativos digitales". En: *Revista de Comunicación y Salud*, 13, 1-21. <http://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301>

Magaña, H. (2013). "El discurso de la orientación educativa en México: la historia de los primeros años del Siglo XX". En: *Revista Mexicana de Orientación Educativa*. X (25), 1-82. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/remo/v10n25/a02.pdf>

Malander, N. (2019). "Adicciones tecnológicas en adolescentes: relación con la percepción de las prácticas parentales". En: *Drugs and Addictive Behavior*, 4(1). DOI: <http://dx.doi.org/10.21501>

Martín, D. y Medina, M. (2021). "Redes sociales y la adicción al like de la generación z". En: *Revista de Comunicación y Salud*, 11, 55-76. <https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>

Martínez, M., Quintanal, J. y Téllez, J. (2002). *La orientación escolar. Fundamentos y desarrollo*. España: Dykinson.

Maya, E. (2014). *Métodos y técnicas de investigación*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

McWhirter, T. y McWhirter, H. (2006). "Empoderamiento de parejas y familias a través de la integración de la psicología y la educación Popular". En: *Revista de Psicología*. núm. (1), 75-90. <https://www.redalyc.org/pdf/264/26415104.pdf>

Molina, D. (2004). "Concepto de orientación educativa: diversidad y aproximación". En: *Revista Iberoamericana de Educación*, 35(1). <https://doi.org/10.35362/rie3512924>

Molina, D. (s/f). "Concepto de orientación educativa: Diversidad y Aproximación". En: *Revista Iberoamericana de Educación*. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/736Molina108.PDF>

Muñoz, N. E. y Ramírez, S. (2016). "Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes". En: *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 46-52.

Nueva Escuela Mexicana (2022). Situaciones de riesgo durante la adolescencia. <https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/contenido/coleccion/situaciones-de-riesgo-durante-la-adolescencia-3/>

Papalia, D; Wendkos, S. y Duskin. R. (2009). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. México, D.F: Mc Graw Hill.

Parras, A; Madrigal. A; Redondo, S; Vale. P. y Navarro, E. (2008). *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas*. Ministerio de Educación Política Social y Deporte.

Pazmiño, P. (2010). *El impacto de las redes sociales y el internet en la formación de los jóvenes de la Universidad Politécnica Salesiana: Caso carrera de Comunicación Social Sede Quito*. Tesis previa a la obtención del título de: Licenciada en comunicación social <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/2618>

Pérez, A; Cárdenas, P. y Ramírez, A. (2024). "La tutoría como experiencia de acompañamiento en el marco de La Nueva Escuela Mexicana". En: *Revista de Investigación Educativa*. (38), 173-192. <https://fuenteshumanisticas.azc.uam.mx/index.php/rfh/article/view/1151>

Peris, M., Maganto, C. y Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). En: *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36. DOI: 10.21134/rpcna.2018.05.2.4

Prevención de adicciones. (2017, April 10). Comunidad de Madrid. <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/prevencion-adicciones>

Ravello, C. (2007). *Tutoría y Orientación Educativa en la educación básica alternativa*. Perú. Ministerio de Educación.

Recio, M. (2022). *La privacidad en la era de las redes sociales*. INAI.

Rivera, A. (2004-2005). *Huella digital. Técnica y personal*. <http://showin.es/AAMARAVILLAS/HUELLADIGITAL-2016.pdf>

Rojas, C., Ramos, J., Pardo, E., y Henríquez, F. (2018). Adicción a internet en adolescentes: una breve revisión. En: *Drugs and Addictive Behavior*, 3(2), 267-281. DOI: <http://dx.doi.org/10.21501/24631779.2876>

Ruiz, A. (2012). *Modelos de orientación y asesoramiento psicopedagógico*. Universidad de Barcelona

Ruiz, R. (2016). "La orientación escolar en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las Ciencias Naturales". En: *Revista uniminuto*. (21), 46-50. <https://revistas.uniminuto.edu/index.php/Inventum/article/download/1449/1384/3867>

Ruvalcabar, O. y Hernández, H. (2022). "Adicción a internet en estudiantes mexicanos de educación secundaria". En: *Revista Franz Tamayo*, vol. 4, núm. 11, 50-63.

Sabariego, M., Massot, I. y Dorio, I. (2009). Métodos de investigación cualitativa. En: Bisquerra, R. (coord). *Metodología de la investigación educativa*. España: La Muralla.

Salvador, A. (2019). "Entre la privacidad y el negocio. Condiciones de uso y política de datos en redes sociales". En: *Derecom*, 27, 139-161. España. ISSN: 1988-2629

Sanchiz, M. (2008/2009). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. España: Universitat Jaume.

Secretaría de Seguridad Pública. (2011). *Deserción escolar y conductas de riesgo en adolescentes*. México: Secretaría de Seguridad Pública.

Segovia, A. y Fresco, X. (2000). *La acción tutorial en el marco docente*. España. Seminario Galego de Educación para a Paz.

Stake, R. (1998,1999). *Investigación con estudio de caso*. España: Morata.

Taguenca, J y Vega, M (2012). "Técnicas de investigación social. Las entrevistas abierta y semidirecta". En: *Revista de investigación en ciencias sociales y humanidades, nueva época*, 1(1), 58-94.
<https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/productos/7465/>

Torrado, M. (2009). Estudios de encuesta. En: Bisquerra, R. (coord). *Metodología de la investigación educativa*. España: La Muralla.

Una posible inclusión en la nosografía. En: *Revista de Psiquiatría del Uruguay*. 73 (1), 73-82.

Universidad de Alicante (s/f). Introducción a internet.

Ureña, A., Ferrari, A., Blanco, D., y Valdecasa, E. (2011). *Las Redes Sociales en Internet*. Observatorio nacional de las telecomunicaciones y de la SI-ONTSI.

Valencia, R., Cabero, J. y Garay, U. (2021). “Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes”. En: *Revista Tecnología, Ciencia Y Educación*, (18), 99–1125. <https://hdl.handle.net/11441/104915>

Valencia, R., Cabero, J., Garay, U. y Fernández, B. (2021). “Adicción a las redes sociales en estudiantes mexicanos: percepciones de discentes y docentes”. En: *Revista Tecnología, Ciencia Y Educación*, (19), 103–122. <https://doi.org/10.51302/tce.2021.616>

Villanueva, V. (2018). *Riesgos y usos problemáticos de internet en adolescentes*. Universidad Internacional de Valencia, Valencia: España.

Volco, L. (2016). La adolescencia frente a las nuevas tecnologías: ¿herramienta, droga o escudo de protección? En: *Revista Topia*. <https://www.topia.com.ar/articulos/adolescencia-frente-nuevas-tecnologias-herramienta-droga-o-escudo-proteccion>

“ADICCIONES DE CONECTIVIDAD: INTERNET Y REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES”

Cuestionario para adolescentes

Este cuestionario busca recoger información sobre los hábitos de uso, las percepciones y las experiencias de los adolescentes. Este cuestionario es confidencial.

Objetivo general

Identificar el uso de Internet y las redes sociales en la vida diaria de los adolescentes, con el fin de comprender sus efectos en aspectos como las relaciones interpersonales, las habilidades sociales y el rendimiento académico.

Instrucciones:

Para contestar el cuestionario marca con una “X” la opción u opciones que consideres más pertinentes. No hay límite de tiempo. No hay respuestas correctas o incorrectas. Por favor, sé lo más sincero (a) posible en tus contestaciones y responde a todas las preguntas.

Datos Personales

Sexo:

Edad:

Grado:

Grupo:

Internet

1.- ¿Qué es para ti el internet?

- 2.- ¿Qué dispositivo utilizas para conectarte a internet?
- Portátil/computadora de escritorio
 - Tablet o teléfono celular
 - Café internet
 - Todas las anteriores
- 3.- ¿Para qué utilizas el internet?
- Realizar búsquedas para hacer tus tareas
 - Juegos on-line
 - Conectarse a redes sociales
 - Todas las anteriores
- 4.- ¿Cuántas horas al día la pasas en Internet?
- De 1 a 3 horas
 - De 4 a 6 horas
 - Una vez a la semana
 - En todo momento
- 5.- ¿Desde qué lugar accedes con mayor frecuencia a internet?
- Desde casa
 - Desde la escuela
 - En casa de amigos/as o familiares
 - Todas las anteriores
- 6.- ¿Qué actividades has dejado de hacer o disminuido su frecuencia por utilizar internet?
- Estudiar
 - Hacer deporte
 - Asistir a reuniones familiares y salir con amigos
 - Todas las anteriores
- 7.- ¿Tus padres te controlan o conocen los tipos de contenidos que ves en internet?
- Sí me controlan
 - No me controlan
 - Mis padres no saben qué es el internet
 - Mis padres también usan internet
- 8.- ¿Cuáles consideras que son los principales riesgos de navegar en internet?
- Contenido inapropiado (pornografía, violencia, etc.)/Contenido engañoso

- (desinformación, noticias falsas, etc.)
- b) Compartir información personal
 - c) Pasar mucho tiempo en el dispositivo
 - d) Todas las anteriores

9.- ¿Cómo te informas acerca de los riesgos en internet?

- a) En la escuela
- b) Padre y Madre
- c) Amigos
- d) Navegando en páginas de internet

10.- ¿Cómo consideras el tiempo que pasas a diario en internet?

- a) Poco
- b) Regular
- c) Considerable
- d) Excesivo

11.- ¿Con quién platicas acerca de lo que haces en internet y redes sociales?

- a) Con tu familia
- b) Con amigos/as
- c) Con los profesores
- d) Con nadie

12.- ¿Cuando tienes dudas del contenido visto en internet con quien lo comentas?

- a) Con mi familia
- b) Con mis amigos/as
- c) Con los profesores
- d) Con nadie

Redes sociales

13.- Para ti, ¿qué son las redes sociales?

14.- ¿Qué redes sociales utilizas más?

- a) Facebook y WhatsApp
- b) Instagram
- c) Tik tok
- d) Todas las anteriores

15.- ¿A qué edad creaste tu primer perfil en una red social?

- a) De 6 a 9 años
- b) De 10 a 13 años
- c) Utilizo un perfil que no es mío
- d) No tengo redes sociales

16.- ¿Consideras que el uso de redes sociales afecta la comunicación persona a persona?

- a) Sí
- b) No
- c) Tal vez
- d) De vez en cuando

17.- Califica del 1 al 4 qué tan importante son las redes sociales para ti

- a) 4 Nada importante
- b) 3 No tan importante
- c) 2 Importante
- d) 1 Muy importante

18.- ¿Para qué utilizas las redes sociales?

- a) Para estar en contacto con mis amigos y conocer gente nueva
- b) Para contactar con amigos que hace tiempo no ves
- c) Para compartir lo que haces en tu día a día
- d) Todas las anteriores

19.- ¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales?

- a) Una vez a la semana
- b) Todos los días más de una hora diaria
- c) Todos los días menos de una hora diaria
- d) Todo el tiempo

20.- ¿Revisas las condiciones de privacidad de las redes sociales que utilizas?

- a) Sí
- b) No
- c) En ocasiones
- d) Nunca

21.- ¿Sueles postear fotos tuyas en las redes sociales?

- a) Subo la mayoría de las fotos que tengo
- b) Subo solo algunas fotos, independientemente de quien salga en ellas
- c) Solo subo fotos en las que aparezco yo. Si sale más gente, primero pido su permiso antes de ponerlas
- d) Nunca subo fotos más o de mis amigos

22.- ¿Qué actividades consideras que has dejado de hacer por estar conectado a tus redes sociales?

- a) Leer, realizar tareas y trabajos de investigación para la escuela
- b) Pasar tiempo con tu familia
- c) Tareas del hogar (tender tu cama, lavar los trastes, asear tu habitación, lavar el baño, etc.)
- d) Todas las anteriores

Huella digital

23.- ¿Sabías que todo lo que hacemos o buscamos en Internet, deja un rastro con nuestra identidad?

- a) Sí lo sabía
- b) No lo sabía
- c) Lo desconocía
- d) Había escuchado un poco sobre el tema

24.- ¿Qué te imaginas que es la “huella digital”?

25.- ¿Qué consideras que es la huella digital en el contexto de internet?

- a) Una plataforma para compartir fotos
- b) El rastro de actividades que dejas al navegar en internet
- c) Una red social para profesionales
- d) Una técnica de seguridad en línea

26.- ¿Alguna vez has escuchado sobre la “huella digital”?

- a) Sí
- b) No
- c) Tal vez
- d) Desconozco el término

27.- ¿Qué datos piensas que componen la huella digital?

- a) Contraseña
- b) Nombre de usuario, control parental y las redes sociales
- c) Datos que generarás como: comentarios, fotos en redes sociales y foros
- d) Ninguna de las anteriores

28.- ¿Se puede borrar la huella digital?

- a) Sí, se puede borrar
- b) No, no se puede borrar
- c) Tal vez
- d) No sé

Identidad digital

29.- ¿Alguna vez has escuchado el término “identidad digital”?

- a) Sí
- b) No
- c) Tal vez
- d) Desconozco el término

30.- ¿Qué te imaginas o sabes que es la “identidad digital”?

31.- De los siguientes datos personales, ¿cuáles crees que merecen especial protección?

- a) Tu nombre y edad
- b) Tu ubicación en cada momento
- c) Fotos con tu familia
- d) Todas las anteriores

32.- ¿Crees que la identidad que proyectas en las redes sociales y en otros espacios de participación en internet te puede afectar positiva o negativamente en tu vida? ¿por qué?

33.- Califica del 1 al 10, cuanto tu “yo” real se parece a tu “yo” en la red. siendo 1 muy poco y 10 mucho.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

34.- ¿Te preocupa la imagen que pueden tener tus amigos de ti en las redes sociales?

- a) Sí, mucho
- b) No
- c) Poco
- d) Nada

Internet y redes sociales en pandemia Covid-19

35.- ¿Consideras que la pandemia por covid-19 influyó en el uso excesivo de internet y redes sociales? ¿por qué?

36.- ¿Durante la pandemia qué actividades realizabas en casa?

- a) Leer, hacer tareas, jugar con mi familia
- b) Ver vídeos, películas, series
- c) Estar en mis redes sociales o jugar en línea
- d) Todas las anteriores

37.- Durante la pandemia de covid-19, ¿cuál fue el papel principal que desempeño el internet y las redes sociales?

- a) Ampliar el acceso a información precisa y relevante
- b) Difundir noticias falsas y desinformación
- c) Aumentar la conectividad y disminuir la interacción social
- d) Todas las anteriores

38.- Durante la pandemia de covid-19 ¿cuál era tu principal fuente de aprendizaje?

- a) Transmisión de programas educativos por televisión o radio
- b) Plataformas en línea de aprendizaje a distancia
- c) Clases en línea
- d) Aprendizaje fuera de línea

Deseas agregar algo más:

¡¡¡GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!!!

Anexo 2

“ADICCIONES DE CONECTIVIDAD: INTERNET Y REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES”

Cuestionario para tutores

Este cuestionario busca recoger información sobre los hábitos de uso, las percepciones y las experiencias de los adolescentes. Este cuestionario es confidencial.

Objetivo general

Identificar el uso de Internet y las redes sociales en la vida diaria de los adolescentes, con el fin de comprender sus efectos en aspectos como las relaciones interpersonales, las habilidades sociales y el rendimiento académico.

Instrucciones:

Por favor sea lo más sincero (a) posible en sus contestaciones y responda a todas las preguntas, gracias.

Datos Personales:

Sexo:

Edad:

Internet y Redes sociales

1.- ¿Con anterioridad han realizado talleres o pláticas sobre el tema de adicciones de conectividad específicamente Internet y Redes sociales? (Sí o No, especifique ¿Por qué?)

2.- ¿Cómo les asignan la tutoría?

3.- ¿Reciben alguna capacitación para desempeñar la función de tutor?

4.- ¿Consideran que la tutoría y la orientación tienen alguna relación? ¿por qué?

5.- ¿Qué impacto considera que tiene el internet y las redes sociales en los adolescentes?

6.- ¿Cuáles son los posibles efectos del uso excesivo de internet y redes sociales en los adolescentes?

7.- ¿Cómo influyen las interacciones en línea en las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los adolescentes?

8.- ¿Cuáles son los riesgos específicos de la exposición a contenidos inapropiados o perjudiciales en Internet y redes sociales para los adolescentes?

9.- ¿Cuál es la problemática del internet y las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes?

10.- ¿De qué manera Internet y las redes sociales pueden influir en el desarrollo de la identidad de los adolescentes?

11.- De acuerdo con el uso de internet y redes sociales ¿Cómo pueden los adolescentes gestionar de manera segura su identidad digital y su privacidad en línea?

12.- ¿Cuáles piensa usted que son las estrategias efectivas para fomentar un uso saludable y equilibrado de Internet y las redes sociales entre los adolescentes?

Marque con una **X** la o las respuestas que considere adecuada de acuerdo con el planteamiento propuesto.

13.- ¿Desde su punto de vista qué importancia tiene la utilización de recursos tecnológicos, como apoyo didáctico en los procesos de enseñanza-aprendizaje?

- a) Necesaria
- b) Opcional
- c) No es aplicable en el área
- d) Otro (por favor especifique) _____

14.- ¿Implementan la tecnología dentro del aula como herramienta didáctica?

- a) Muchas veces
- b) Algunas veces
- c) Pocas veces
- d) Nunca

16.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?

- a) Correo electrónico
- b) Aplicaciones como (Classroom, Gmail, Canva, etc.)
- c) Redes Sociales (Facebook, Twitter, Instagram, TikTok, etc.)
- d) Otro (por favor especifique) _____

16.- ¿Utiliza las redes sociales en proyectos educativos, clases o debates de algún tipo? (Si su respuesta es Sí especifique ¿qué red social y por qué?)

17.- ¿Considera que el uso de internet y redes sociales tiene alguna ventaja para trabajar dentro del aula? (Sí o No y ¿por qué?)

Huella digital e identidad digital

18.- Para usted ¿Qué es la "huella digital"?

19.- ¿Ha oído hablar del término "identidad digital"?

20.- ¿Considera que la identidad digital puede impactar la vida cotidiana y las interacciones sociales de una persona? ¿Por qué?

21.- ¿Cuáles son algunos aspectos importantes a considerar cuando se habla de la huella y la identidad digital en un entorno en línea?

22.- ¿Consideran que estos conceptos son importantes para los adolescentes?

Internet y redes sociales en pandemia Covid-19

23.- ¿Cuáles considera que han sido los principales cambios en el comportamiento en línea y presencial de los adolescentes durante la pandemia de COVID-19?

24.- ¿De qué manera ha influido el uso excesivo de internet en la concentración y el rendimiento académico de los adolescentes?

25.- ¿Cuáles cree que han sido las consecuencias más significativas del acceso a información y contenido en línea para los adolescentes durante la pandemia?

26.- ¿Qué papel han desempeñado las redes sociales como fuente de apoyo, conexión y pertenencia hacia los adolescentes durante la pandemia?

27.- ¿Cuáles considera que han sido los riesgos en línea para los adolescentes durante la pandemia, y cómo han influido en el desarrollo personal y académico?

28.- ¿Cómo cree que el aumento del tiempo en línea ha afectado el equilibrio social de los adolescentes durante y después de la pandemia?

29.- ¿Cuáles considera que son algunas estrategias efectivas para apoyar a los adolescentes en el uso equilibrado de Internet y las redes sociales durante y después de la pandemia respecto a lo académico?

¡Gracias por su participación!

Anexo 3

Tabla 1. INTERNET

Datos Generales			
Sexo: Femenino	Edad:	12	13
			14

Preguntas	1.- ¿Qué es para ti el internet?	2.- ¿Qué dispositivo utilizas para conectarte a internet?				3.- ¿Para qué utilizas internet?				4.- ¿Cuántas horas al día la pasas en internet?				5.- ¿Desde qué lugar accedes con mayor frecuencia a internet?				6.- ¿Qué actividades has dejado de hacer o disminuido su frecuencia por utilizar internet?				7.- ¿Tus padres te controlan o conocen los tipos de contenidos que ves en internet?				8.- ¿Cuáles consideras que son los principales riesgos de navegar en internet?			
		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
A1	Una forma de investigación o entretenimiento		X						X				X				X	X				X				X			
A2	Un medio de comunicación		X						X	X							X			X		X							X
A3	Una herramienta muy importante para el uso del ser humano		X						X				X				X				X				X				X
A4	Es un medio para buscar información		X						X	X				X						X		X				X			
A5	Un medio de comunicación		X						X	X							X	X				X							X
A6	Es algo científico que nos ayuda a buscar algo por redes sociales		X						X	X				X						X		X							X

A7	Es una fuente de datos que hacen una fuente de datos verdaderos y falsos en una base de datos con internet garantizar, buscar o ver simplemente algo	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X			X		X			X				X	X							X		
A8	Es donde la tecnología ahí ya está muy avanzadas las cosas prácticamente. Ahí te dan todas las respuestas que uno pida y las redes que hicieron no son seguras	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X	X						X					
A9	Es para poder abrir redes sociales si no tenemos internet no podemos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X								X			X	X
A10	Una fuente donde podemos sacar información sobre algo en específico y para poder comunicarnos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X	X	X			X					X					X			X		
A11	Es una red	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X	X					X					X				X	X
A12	Es una fuente donde puedes investigar o buscar lo que gustes	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X		X				X						X	X			
A13	Es una red para encontrar lo que buscamos y a veces para divertirnos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X			X				X								X				X			
A14	Es donde puedo buscar información, videos o imágenes	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X	X					X						X
A15	Es una fuente donde puedo investigar cosas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X	X							X			X	
A16	Un medio por donde puedes buscar información necesaria o	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X	X					X					X				X	

Preguntas	9.- ¿Cómo te informas acerca de los riesgos en internet?				10.- ¿Cómo consideras el tiempo que pasas a diario en internet?				11.- ¿Con quién platicas acerca de lo que haces en internet y redes sociales?				12.- ¿Cuándo tienes dudas del contenido visto en internet con quien lo comentas?			
A1	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X					X		X		
A2	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X					X		X		
A3	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X				X				X
A4	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X			X						X
A5	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X							X		
A6	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X				X						X
A7	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X	X				X				X			x	x		
A8	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X					X				X
A9	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X		X				X						X

A10	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X			X				X			
A11	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X	X					X		X				X			
A12	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X						X				X
A13	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X			X							X	X			
A14	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X			X				X		
A15	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X						X		X			X			
A16	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X					X	X			
A17	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X							X		X		X				X
A18	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X							X		X						X
A19	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X			X						X
A20	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X	X					X		X	X			X	X		

	Es una red social para comunicarse y saber de otras cosas				X				X					X					X				X						
A4	Es una forma de comunicarse y me distraigo con las redes	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X				X				X				X				X				X		
A5	Es un centro de información	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X					X					X					X					X				X		
A6	Es un centro de investigación	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X					X	X				X					X				X				X			
A7	Un centro de entretenimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X		X						X	X					X				X		
A8	Lo desconozco	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X	X				X								X	X		
A9	Entretenimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X			X				X				X				X				X				X			
A10	Un centro de entretenimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X		X			X				X				X							X
A11	Es una red	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X	X				X				X				X				X			
A12	Desconozco el tema	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X	X				X				X				X			

Preguntas	9.- ¿Cómo te informas acerca de los riesgos en internet?				10.- ¿Cómo consideras el tiempo que pasas a diario en internet?				11.- ¿Con quién platicas acerca de lo que haces en internet y redes sociales?				12.- ¿Cuando tienes dudas del contenido visto en internet con quien lo comentas?			
A1	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X					X			X				X			
A2	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X								X						X
A3	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X	X	X			X			

A4	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X				X		X			
A5	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X		X				X						X
A6	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X		X				X						X
A7	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X							X		
A8	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X		X				X			
A9	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X						X	X			
A10	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X			X						X
A11	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X				X			X			
A12	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X			X				X			

Tabla 2. REDES SOCIALES

Datos Generales			
Sexo: Femenino	Edad:	12	13
			14

Preguntas	13.- Para ti, ¿qué son las redes sociales?	14.- ¿Qué redes sociales utilizas más?	15.- ¿A qué edad creaste tu primer perfil en una red social?	16.- ¿Consideras que el uso de redes sociales afecta la comunicación persona a persona?	17.- Califica del 1 al 4 que tan importante son las redes sociales para ti	18.- ¿Para qué utilizas las redes sociales?	19.- ¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales?	20.- ¿Revisas las condiciones de privacidad de las redes sociales que utilizas?
-----------	--	--	--	---	--	---	---	---

A1	Formas de entretenimiento y diversión	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X				X				X					X				X			X		
A2	Son fuentes de internet donde puedes sacar información y ver videos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X			X						X		X					X					X	
A3	Algo para divertirnos y hablar con amigos/personas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X	X						X				X					X		X						X
A4	Son fuentes para ver lo que te gusta o te interesa	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X				X					X		X						X		X			
A5	Son fuentes de internet algunos son más importantes que otros	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X			X					X						X			X				X	
A6	Facebook, WhatsApp, TikTok, etc.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X			X					X				X					X				X	
A7	Son fuentes de información que son de utensilios básicos para ayudarte a conectarte a una base de mensajes, llamadas, etc.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X	X		X							X		X			X						X				X	
A8	Son redes donde es fácil sacar información de tu perfil e información personal tuya no son confiable.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X					X			X				X					X		X			
A9	Son redes para tomar fotos o mandar mensajes.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X	X							X			X					X		X					X	
A10	Aplicaciones para comunicarnos el uno al otro	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X			X					X			X						X		X			
A11	Es una plataforma en donde se puede compartir cosas o a acceder a internet	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X			X					X			X	X					XX					

A12	Son apps con las que te puedes comunicar o escuchar música	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
							X			X						X							X				X		
A13	Una plataforma para hablar y navegar y divertirnos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X					X				X				X			X				X		
A14	Donde puedo publicar fotos, videos y hablar con mis amigas por chat	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X			X						X		X								X	X		
A15	Son para ver videos o algo	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X					X				X						X				X			X
A16	Son cuentas para ver lo que te gusta	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X							X				X			X				X					X			X	
A17	La onda, uso YouTube para ver la rosa de guadalupe, lo que callamos las mujeres, lo que la gente cuenta como dice el dicho	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X				X							X					X		X		X	X	
A18	Son páginas en donde puedes ver todo tipo de cosas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X	X				X						X						X				X			X
A19	Medios por los que la gente se comunica y comparte diversos aspectos de su vida diaria	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X						X		X							X		X					X
A20	Unas apps de entretenimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X				X					X		X					X			X			
A21	Unas apps de entretenimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X	X			X					X				X			X				X			X			
A22	Es donde la pasamos todo el día y subimos cosas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X			X					X							X	X				X		
A23	Unas apps para hablar con amigos, ver videos, etc.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X		X						X			X						X		X			X		

Preguntas	21.- ¿Sueles postear fotos tuyas en las redes sociales?				22.- ¿Qué actividades consideras que has dejado de hacer por estar conectado a tus redes sociales?			
A1	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X			
A2	a	b	c	d	a	b	c	d
			X		X			
A3	a	b	c	d	a	b	c	d
			X		X			
A4	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X	
A5	a	b	c	d	a	b	c	d
			X		X			
A6	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X	
A7	a	b	c	d	a	b	c	d
			X			X		
A8	a	b	c	d	a	b	c	d
			X			X		
A9	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X		
A10	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X			
A11	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X	
A12	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X
A13	a	b	c	d	a	b	c	d
			X					
A14	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X	
A15	a	b	c	d	a	b	c	d

		X						X
A16	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X	
A17	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X			
A18	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X
A19	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X		
A20	a	b	c	d	a	b	c	d
			X					
A21	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				
A22	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X			
A23	a	b	c	d	a	b	c	d
	X							

Tabla 2. REDES SOCIALES

Datos Generales			
Sexo: Masculino	Edad: 12	13	14

Preguntas	13.- Par ti, ¿qué son las redes sociales?	14.- ¿Qué redes sociales utilizas más?	15.- ¿A qué edad creaste tu primer perfil en una red social?	16.- ¿Consideras que el uso de redes sociales afecta la comunicación persona a persona?	17.- Califica del 1 al 4 que tan importante son las redes sociales para ti	18.- ¿Para qué utilizas las redes sociales?	19.- ¿Con qué frecuencia utilizas tus redes sociales?	20.- ¿Revisas las condiciones de privacidad de las redes sociales que utilizas?
A1	Donde suben videos para ganar	a b c d	a b c d	a b c d	a b c d	a b c d	a b c d	a b c d
		X	X	X	X	X	X	X

Preguntas	21.- ¿Sueles postear fotos tuyas en las redes sociales?				22.- ¿Qué actividades consideras que has dejado de hacer por estar conectado a tus redes sociales?			
	a	b	c	d	a	b	c	d
A1				X	X			
A2	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X	
A3	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X
A4	a	b	c	d	a	b	c	d
A5	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X	
A6	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X	
A7	a	b	c	d	a	b	c	d
				X		X		
A8	a	b	c	d	a	b	c	d
			X		X			
A9	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X			
A10	a	b	c	d	a	b	c	d
				X		X		
A11	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X			
A12	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X		

Tabla 3. HUELLA DIGITAL

Datos Generales			
Sexo: Femenino	Edad: 12	13	14

Preguntas	23.- ¿Sabías que todo lo que hacemos o buscamos en Internet, deja un rastro con nuestra identidad?	24.- ¿Qué te imaginas que es la "huella digital"?	25.- ¿Qué consideras que es la huella digital en el contexto de internet?	26.- ¿Alguna vez has escuchado sobre la "huella digital"?	27.- ¿Qué datos piensas que componen la huella digital?	28.- ¿Se puede borrar la huella digital?															
A1	a	b	c	d	Es lo que tienes en el dedo con lo que te pueden identificar	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d				
	X								X			X			X	X					
A2	A	b	c	d	Es una forma de identidad sobre cada persona	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X	X				X				X			
A3	a	b	C	d	Para que puedas proteger tu información con la huella (una protección)	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X			X						X		X			
A4	a	b	C	d	No es una huella de humano para que tu rastro este	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X	X				X				X			
A5	a	b	c	d	Es algo para verificar tu identidad o algo de seguridad	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X	X				X				X			
A6	a	b	c	d	Es para tener bloqueadas tus redes	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X							X	X				X			X				
A7	a	b	c	d	Es como un rastro que dejas en una app a través de dejar una fotografía, mensaje o llamada	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X			X				X	X				X		
A8	a	b	c	d	Es por si quieres privar algo le pones tu huella digital y solo con ella puedes acceder en donde la pusiste	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X	X						X	X				
A9	a	b	c	d		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d

	X				Es como privacidad de bloqueo para el celular		X			X				X				X			
A10	a	b	c	d	La huella de nuestros dedos que dejamos marcados en el dispositivo.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X	X					X						X
A11	a	b	c	d	Es el rastro de todo lo que buscas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X			X						X				X	
A12	a	b	c	d	Es parte de tu información	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X				X	X					X		
A13	a	b	c	d	Es parte de tu información la huella digital sirve para muchas cosas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X						X			X					X						X
A14	a	b	c	d	Algo para proteger la información que tienes en tu celular como fotos, videos, chats, etc.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X	X					X				X		
A15	a	b	c	d	No se	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X		X							X			
A16	a	b	c	d	Es un rastro que dejas cuando entras a internet	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X				X			X					X						
A17	a	b	c	d	La huella dactilar de tu dedo	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X	X					X	X	X		X	X	
A18	a	b	c	d	Es algo para identificar qué eres tú	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X			X					X						X
A19	a	b	c	d	Una marca que tienes de ti mismo y en el internet una que dejas de tu historial	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X			X						X			X					
A20	a	b	c	d	Es la marca de un dedo	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X					X	X					X				X		
A21	a	b	c	d	La marca de un dedo	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X					X	X					X				X		
A22	a	b	c	d	Donde nos piden el dedo	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X							X		X					X				X		
A23	a	b	c	d	No se	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
	X								X		X				X						X

										sobre ti, sin tu consentimiento									
A6	a	b	c	d	No, no tengo ni idea	a	b	c	d	Por qué no son seguras	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X									X	
A7	a	b	c	d	Es como dejar información tuya en redes sociales alguna foto, video, mensaje o llamada	a	b	c	d	Sí, porque puede crear alguna cosa de valor y provocar algún acontecimiento en un futuro	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
	X								X										
A8	a	b	c	d	Es cuando te identifica tu rostro digital es casi igual que la huella, pero aquí es tu rostro	a	b	c	d	Sí, porque hace que ya no convivas con las personas por estar con el dispositivo conectado a internet	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
	X								X										
A9	a	b	c	d	Tu información a dejar rastro	a	b	c	d	Tal vez porque no todo es seguro	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
			X						X										
A10	a	b	c	d	El usuario que tenemos en los dispositivos	a	b	c	d	Sí, al haber críticas de lo que subimos y opiniones con cosas negativas	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
						X													
A11	a	b	c	d	Son los perfiles que te haces al momento de abrir una red social	a	b	c	d	Por qué te pueden generar comentarios que te lastimen	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
									X										
A12	a	b	c	d	Cuando la usas para esconder tu identidad	a	b	c	d	Si, porque habrá personas que no conozca y lo vean	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X									X	
A13	a	b	c	d	La identidad que representas en las redes sociales	a	b	c	d	Tal vez ya que estas dando información tuya	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
	X								X						10				X
A14	a	b	c	d	La verdad nose	a	b	c	d	Creo que sí porque a veces te critican hacen muchos comentarios sobre tu cuerpo y eso te crea inseguridad	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X						8				x
A15	a	b	c	d	No se	a	b	c	d	Si porque a veces hay comentarios ofensivos	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X						8		X		
A16	a	b	c	d	Cuando pones todos tus datos en el internet	a	b	c	d	Si, si una persona tiene tus cosas o datos personales te pueden secuestrar o hacer cosas malas	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X		1								X
A17	a	b	c	d	No se bro	a	b	c	d		1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d

			X					X	No proyecto nada de mi persona				7			X			
A18	a	b	c	d	Me imagino que es la foto de la persona que es dueño del perfil	a	b	c	d	Si porque te pueden robar o recibir cosas sobre tu físico y eso te puede afectar	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X					X							5					
A19	a	b	c	d	Lo que se dice que eres por internet, cómo te muestras en este	a	b	c	d	Ambas, positiva porque puedes crear tu propia forma de ser sin mentir demasiado y negativa porque puede afectar lo que piensen los demás de ti, obtener diversos datos tuyos, etc.	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X						7				
A20	a	b	c	d	Información de las personas en la tecnología	a	b	c	d	Negativamente, rastrear, etc.	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
			X						X					5					X
A21	a	b	c	d	Información personal en tecnología	a	b	c	d	Negativamente, pueden rastrear, etc.	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
			X						X					5					X
A22	a	b	c	d		a	b	c	d		1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X				X								4				X	
A23	a	b	c	d	No se	a	b	c	d	No lo creo	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X				X									7		X		

Tabla 4. IDENTIDAD DIGITAL

Datos Generales			
Sexo: Masculino	Edad:	12	13
			14

Preguntas	29.- ¿Alguna vez has escuchado el término "identidad digital"?	30.- ¿Qué te imaginas o sabes que es la "identidad digital"?	31.- De los siguientes datos personales, ¿cuáles crees que merecen especial protección?	32.- ¿Crees que la identidad que proyectas en las redes sociales y en otros espacios de participación en internet te puede afectar positiva o negativamente en tu vida? ¿por qué?	33.- Califica del 1 al 10, cuanto tu "yo" real se parece a tu "yo" en la red. siendo 1 muy poco y 10 mucho.	34.- ¿Te preocupa la imagen que pueden tener tus amigos de ti en las redes sociales?
-----------	--	--	---	---	---	--

A1	a	b	c	d	Tu identidad en las redes sociales	a	b	c	d	La verdad no lo sé	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
				X					X								X		
A2	a	b	c	d	Nada casi	a	b	c	d	Sí, hace que o haya comunicación	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
				X			X											X	
A3	a	b	c	d	No sé	a	b	c	d	Sí, porque no cumplo con mis horas de sueño	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X										X
A4	a	b	c	d	Desconozco el tema	a	b	c	d	Sí, porque corres el riesgo de que te rastreen o te hackeen tu cuenta	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
			X				X												
A5	a	b	c	d	Es como eres en redes sociales	a	b	c	d	Sí	12	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
	X					X												X	
A6	a	b	c	d	Lo desconozco	a	b	c	d	No, porque no público o subo nada	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X								X		
A7	a	b	c	d	Los datos de la persona	a	b	c	d	Si porque si	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X		2								
A8	a	b	c	d	Desconozco el tema	a	b	c	d	No se	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
				X					X						10			X	
A9	a	b	c	d		a	b	c	d		1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
			X			X							5					X	
A10	a	b	c	d	Los datos personales	a	b	c	d	Si por nomas	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X		2								
A11	a	b	c	d	Que son los perfiles que le hacen al momento	a	b	c	d	Porque te pueden decir comentarios que te lastiman	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
	X								X			3						X	
A12	a	b	c	d	Desconozco el tema	a	b	c	d	Desconozco el tema	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	a	b	c	d
		X							X						10			X	

Tabla 5. INTERNET Y REDES SOCIALES EN PANDEMIA COVID-19

Datos Generales			
Sexo: Femenino	Edad:	12	13
			14

Preguntas	35.- ¿Consideras que la pandemia por covid-19 influyó en el uso excesivo de internet y redes sociales? ¿por qué?	36.- ¿Durante la pandemia qué actividades realizabas en casa?				37.- Durante la pandemia de covid-19, ¿cuál fue el papel principal que desempeñó el internet y las redes sociales?				38.- Durante la pandemia de covid-19 ¿cuál era tu principal fuente de aprendizaje?			
A1	No	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X	X			
A2	Sí, porque era un medio de comunicación	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X			X	
A3	Sí, porque nos hicimos viciosos y no hacíamos nada	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X					X				X	
A4	Sí porque no podíamos salir y de cierta manera nos aislamos con el internet	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X					X				X	
A5	Sí, porque era el medio que más utilizábamos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X			X	
A6	Sí, porque todos tenían internet para la escuela	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X							X			X	
A7	Sí porque hizo más a los jóvenes proyectarse en el internet y tener alguna base de información mal.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X	X						X		X	X	
A8	Sí porque o se podía salir a la calle y utilizábamos el dispositivo para entretenernos.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X			X	
A9	Sí porque todo se ocupaba por línea	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X			X	
A10		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d

	Sí, al haber muy poco tiempo fuera y no poder salir a convivir o a jugar encontramos los juegos o la importancia para entretenernos un rato												
A11	Sí, porque muchas personas compartían lo que hacían	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X			X				X			X	
A12	Si, porque se la pasaban en el teléfono	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X			X	
A13	Si porque no salíamos y fue una forma de comunicarnos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X			X	
A14	Si porque no podías salir antes y solo tenías que estar en casa y ahora todos se la pasan en el cel	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X				X	
A15	Si porque no teníamos nada que hacer	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X			X		X		X	
A16	Si, porque no podíamos salir de casa y la gente utilizó más su teléfono para entretenerse	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X			X	
A17	Si, porque mi amiga se hizo una cuenta y ahora no la puede borrar	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X							X	X	
A18	Porque nadie podía salir y solo se entretenían en el teléfono	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X			X	
A19	Si porque al no tener mucho contacto o diversas actividades para realizar las personas comenzaron a utilizarlas más para comunicarse con el mundo exterior	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X			X	
A20	Si porque la mayoría se quedaba en su casita	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X									X	
A21	No, si me ponía a hacer cosas al aire libre, yo creo que por la edad	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X	X									X	
A22		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X						X	
A23	Si, ya que todo el tiempo era aburrido	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X							X

Tabla 5. INTERNET Y REDES SOCIALES EN PANDEMIA COVID-19

Datos Generales			
Sexo: Masculino	Edad: 12	13	14

Preguntas	35.- ¿Consideras que la pandemia por covid-19 influyó en el uso excesivo de internet y redes sociales? ¿por qué?	36.- ¿Durante la pandemia qué actividades realizabas en casa?				37.- Durante la pandemia de covid-19, ¿cuál fue el papel principal que desempeñó el internet y las redes sociales?				38.- Durante la pandemia de covid-19 ¿cuál era tu principal fuente de aprendizaje?			
A1	Sí porque nadie odia salir y todos estaban más aburridos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X					X			X	
A2	Sí no hubo distancia	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X						X				X
A3	Sí, porque no podíamos salir a las calles	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X							X	
A4	Sí, porque esa era la forma para desaburrirte en el día	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X				X						X	
A5	Sí, porque fueron meses en línea	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
			X			X				X			
A6	Sí, porque por eso no tenemos mucho conocimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X				X				X	
A7	Si nomas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X					X			X	
A8	Si por aburrimiento	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X					X			X	
A9	Si porque no podíamos salir	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
		X					X					X	
A10	Si nomas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
				X	X							X	
A11		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d

	Si porque no salías de tu casa y era lo que te distraía	X						X		X			
A12	Si porque estaba muy aburrido	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d
					X				X				X

Anexo 4

Tabla 1. INTERNET Y REDES SOCIALES

Datos generales	
Sexo: Femenino	Edad: 41 años

Preguntas	1.- ¿Con anterioridad han realizado talleres o pláticas sobre el tema de adicciones de conectividad específicamente Internet y Redes sociales? (Sí o No, especifique ¿Por qué?)	2.- ¿Cómo les asignan la tutoría?	3.- ¿Reciben alguna capacitación para desempeñar la función de tutor?	4.- ¿Consideran que la tutoría y la orientación tienen alguna relación? ¿por qué?	5.- ¿Qué impacto considera que tiene el internet y las redes sociales en los adolescentes?	6.- ¿Cuáles son los posibles efectos del uso excesivo de internet y redes sociales en los adolescentes?	7.- ¿Cómo influyen las interacciones en línea en las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los adolescentes?	8.- ¿Cuáles son los riesgos específicos de la exposición a contenidos inapropiados o perjudiciales en Internet y redes sociales para los adolescentes?	9.- ¿Cuál es la problemática del internet y las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes?
T1	No	Lo elige la subdirectora	No	Si, para apoyar a los adolescentes en todo	Bastante	Distracción, pereza, pérdida de la vista, apatía		Que el adolescente obtenga información falsa de cualquier tema	Que no aprendan cosas buenas, normalmente lo usan para socializar
	10.- ¿De qué manera Internet y las redes sociales pueden influir en el desarrollo de la identidad de los adolescentes?	11.- De acuerdo con el uso de internet y redes sociales ¿Cómo pueden los adolescentes gestionar de	12.- ¿Cuáles piensa usted que son las estrategias efectivas para fomentar un uso saludable y equilibrado de Internet y las redes sociales entre	13.- ¿Desde su punto de vista qué importancia tiene la utilización de recursos tecnológicos, como apoyo didáctico en los procesos	14.- ¿Implementan la tecnología dentro del aula como herramienta didáctica?	15.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?	16.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?	17.- ¿Considera que el uso de internet y redes sociales tiene alguna ventaja para trabajar dentro del aula? (Sí o No y ¿por qué?)	

		manera segura su identidad digital y su privacidad en línea?	los adolescentes?	de enseñanza-aprendizaje?														
	Puede usarse de manera adecuada para su desarrollo	No deberían hasta los 18 años	Que solo sea con fines educativos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	A veces google	A veces	
					X					X			X					

Tabla 2. HUELLA DIGITAL E IDENTIDAD DIGITAL

Preguntas	18.- Para usted ¿Qué es la "huella digital"?	19.- ¿Ha oído hablar del término "identidad digital"?	20.- ¿Considera que la identidad digital puede impactar la vida cotidiana y las interacciones sociales de una persona? ¿Por qué?	21.- ¿Cuáles son algunos aspectos importantes a considerar cuando se habla de la huella y la identidad digital en un entorno en línea?	22.- ¿Consideran que estos conceptos son importantes para los adolescentes?
T1		No			

Tabla 3. INTERNET Y REDES SOCIALES EN PANDEMIA COVID-19

Preguntas	23.- ¿Cuáles considera que han sido los principales cambios en el comportamiento en línea y presencial de los adolescentes durante la pandemia de COVID-19?	24.- ¿De qué manera ha influido el uso excesivo de internet en la concentración y el rendimiento académico de los adolescentes?	25.- ¿Cuáles cree que han sido las consecuencias más significativas del acceso a información y contenido en línea para los adolescentes durante la pandemia?	26.- ¿Qué papel han desempeñado las redes sociales como fuente de apoyo, conexión y pertenencia hacia los adolescentes durante la pandemia?	27.- ¿Cuáles considera que han sido los riesgos en línea para los adolescentes durante la pandemia, y cómo han influido en el desarrollo personal y académico?	28.- ¿Cómo cree que el aumento del tiempo en línea ha afectado el equilibrio social de los adolescentes durante y después de la pandemia?	29.- ¿Cuáles considera que son algunas estrategias efectivas para apoyar a los adolescentes en el uso equilibrado de Internet y las redes sociales durante y después de la pandemia respecto a lo académico?	30.- ¿Cuentan con internet dentro de la institución?			31.- El internet con el que cuentan dentro de la institución es de:	
T1	Que buscan el uso del internet solo con fines lúdicos	Bastante						a	b	c	a	b
									X			

Preguntas	32.- Considera que el funcionamiento de internet dentro de la institución y el aula es:			33.- ¿Utilizan el internet y las redes sociales para el desarrollo de las sesiones, entrega de trabajos y tareas?				34.- ¿Consideran que el internet que utilizan dentro de la institución tiene la suficiente capacidad para que todos/as estén conectados/as?		35.- ¿Tienen un salón de computación?		36.- De acuerdo con la pregunta anterior ¿Con qué frecuencia la utilizan?			37.- En caso de tener acceso al salón de computación ¿los equipos se encuentran en óptimas condiciones o no todos funcionan?
T1	a	b	c	a	b	c	d	a	b	a	b	a	b	c	No está en función
							X			X				X	

Tabla 1. INTERNET Y REDES SOCIALES

Datos generales	
Sexo: Masculino	Edad: 42 años

Preguntas	1.- ¿Con anterioridad han realizado talleres o pláticas sobre el tema de adicciones de conectividad específicamente Internet y Redes sociales? (Sí o No, especifique ¿Por qué?)	2.- ¿Cómo les asignan la tutoría?	3.- ¿Reciben alguna capacitación para desempeñar la función de tutor?	4.- ¿Consideran que la tutoría y la orientación tienen alguna relación? ¿por qué?	5.- ¿Qué impacto considera que tiene el internet y las redes sociales en los adolescentes ?	6.- ¿Cuáles son los posibles efectos del uso excesivo de internet y redes sociales en los adolescentes ?	7.- ¿Cómo influyen las interacciones en línea en las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los adolescentes ?	8.- ¿Cuáles son los riesgos específicos de la exposición a contenidos inapropiados o perjudiciales en Internet y redes sociales para los adolescentes ?	9.- ¿Cuál es la problemática del internet y las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes ?
-----------	---	-----------------------------------	---	---	---	--	---	---	--

T2	No porque no se ha observado como una problemática a atacar	Por indicación directa del superior	No	Si porque se revisan temas de autocontrol de las emociones, adicciones y otros temas de reflexión para formar al alumno	Pues un impacto recreativo más que técnico ya que utilizan el internet para revisar videos no para algo didáctico	Pues si lo vemos del lado malo la adicción de juegos y el mal uso de redes sociales que puede terminar en violencia psicológica	Pues como medio de comunicación es bueno, aunque se interprete muchas veces como ocio.	Violencia, acoso, adicciones, bullying	Que no tienen internet los alumnos para utilizarlo en las escuelas y la escuela no abastece ese servicio a estudiantes
T3	No, la conectividad en la zona es limitada	De acuerdo con el horario y disponibilidad en la carga de grupos que se asigna	No	Sí, la tutoría gestiona asuntos concretos en el aula que de forma directa inciden en cuestiones de orientación	Tienen un impacto considerable ya que constituyen un elemento de comunicación e interacción esencial en sus vidas	El uso excesivo provoca daños físicos, además de ciertos trastornos mentales	Si se usa de forma adecuada, ayuda de forma sustancial al desarrollo de habilidades sociales.	Daños y trastornos psicológicos que pueden ser severos.	El prolongado tiempo destinado a las redes y al internet, disminuye el tiempo dedicado al estudio y la elaboración de actividades escolares.
T4	No se han promovido talleres en ese sentido	No lo sé	No	Sí, son asignaturas que pueden compaginarse	Altísimo	Distorsión de la realidad, deshumanización.	Desde mi punto de vista los alumnos son más desinhibidos, se creen personalidades que no tienen.	Nuevamente distorsión de la realidad	No las saben utilizar, se usa indiscriminadamente, no son capaces de comparar la información obtenida

Preguntas	10.- ¿De qué manera Internet y las redes sociales pueden influir en el desarrollo de la identidad de los adolescentes?	11.- De acuerdo con el uso de internet y redes sociales ¿Cómo pueden los adolescentes gestionar de manera segura su identidad digital y su privacidad en línea?	12.- ¿Cuáles piensa usted que son las estrategias efectivas para fomentar un uso saludable y equilibrado de Internet y las redes sociales entre los adolescentes?	13.- ¿Desde su punto de vista qué importancia tiene la utilización de recursos tecnológicos, como apoyo didáctico en los procesos de enseñanza-aprendizaje?	14.- ¿Implementan la tecnología dentro del aula como herramienta didáctica?	15.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?	16.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?	17.- ¿Considera que el uso de internet y redes sociales tiene alguna ventaja para trabajar dentro del aula? (Sí o No y ¿por qué?)									
T2	No lose	Utilizando restricciones y supervisión de padres	Primero utilizarlo en las aulas por lógica debería haber internet en todas las aulas	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	Si porque no es red social es una página de Youtube	No, no son necesarias
					X					X					N i n g		
T3	Las redes hoy en día pueden afectar o incidir de forma directa en la identidad, ya que a través de ellas se observa diferentes formas de comportamient o que afectan	Es necesario recurrir a los controles parentales y al monitoreo constante por parte de los padres	Limitar el tiempo de uso, controlar el contenido y las comunicaciones, fomentar actividades recreativas y lúdicas en internet.	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	No	En el caso del plantel no es posible, ya que el alto nivel de marginalidad limita el acceso a internet a un porcentaje importante de los alumnos
				X					X				X				

	a los adolescentes																	
T4	Otra vez, se crean personalidades que no son, se deshiniben.	Debe de haber controles parentales	Definitivamente bajo supervisión de un adulto	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	No	Sí, el tema es más digerible	
				X				X										

Tabla 2. HUELLA DIGITAL E IDENTIDAD DIGITAL

Preguntas	18.- Para usted ¿Qué es la "huella digital"?	19.- ¿Ha oído hablar del término "identidad digital"?	20.- ¿Considera que la identidad digital puede impactar la vida cotidiana y las interacciones sociales de una persona? ¿Por qué?	21.- ¿Cuáles son algunos aspectos importantes a considerar cuando se habla de la huella y la identidad digital en un entorno en línea?	22.- ¿Consideran que estos conceptos son importantes para los adolescentes?
T2	Una contraseña de acceso	No	Psicológicamente si	No lose	No
T3	Es el rastro de datos que se deja al usan internet	Sí, es el conjunto de datos e información que se acumula para formar una imagen o reputación de cada persona en internet.	Sí, sobre todo porque existen muchas identidades falsas o ficticias que se usan para desinformar o atacar a las personas.	Veracidad, corroboración de identidad y uso de internet de forma responsable.	Sí, ya que son quienes en términos de tiempo pasan más horas al día conectados
T4	La forma como se identifica un usuario de internet	Realmente muy poco	Sí, se presta a no ser la persona verdadera	De qué manera se utiliza, es decir con qué fin.	Sí, siempre y cuando se les especifique.

Tabla 3. INTERNET Y REDES SOCIALES EN PANDEMIA COVID-19

Preguntas	23.- ¿Cuáles considera que han sido los principales cambios en el comportamiento en línea y presencial de los adolescentes durante la pandemia de COVID-19?	24.- ¿De qué manera ha influido el uso excesivo de internet en la concentración y el rendimiento académico de los adolescentes?	25.- ¿Cuáles cree que han sido las consecuencias más significativas del acceso a información y contenido en línea para los adolescentes durante la pandemia?	26.- ¿Qué papel han desempeñado las redes sociales como fuente de apoyo, conexión y pertenencia hacia los adolescentes durante la pandemia?	27.- ¿Cuáles considera que han sido los riesgos en línea para los adolescentes durante la pandemia, y cómo han influido en el desarrollo personal y académico?	28.- ¿Cómo cree que el aumento del tiempo en línea ha afectado el equilibrio social de los adolescentes durante y después de la pandemia?	29.- ¿Cuáles considera que son algunas estrategias efectivas para apoyar a los adolescentes en el uso equilibrado de Internet y las redes sociales durante y después de la pandemia respecto a lo académico?	30.- ¿Cuentan con internet dentro de la institución?			31.- El internet con el que cuentan dentro de la institución es de:	
								a	b	c	a	b
T2	Falta de interés y disciplina en las aulas	Pues sí el internet se utiliza correctamente con temas escolares es bueno e impacta en los aprendizajes	El ocio	Papel importante por la información a distancia	La violencia	Afecta porque viven fuera de la realidad	Classroom	X			X	
T3	Aumentó significativamente la cantidad de horas que pasan en internet,especifi	Tienden a ser más dispersos, son menos atentos y tiene una cierta	Las que señaló en la pregunta anterior	Ayudaron a mantener la comunicación y la cercanía con la familia y sus seres	El abuso en el uso de las redes ha contribuido a ciertos desequilibrio	La comunicación y la interacción ha dejado de ser	Fomentar la interacción presencial mejorar e incentivar la convivencia	X			X	

	camemente en las redes	ansiedad por consultar constantemente e el teléfono para ver sus redes		queridos, les ayudó a obtener habilidades digitales y a buscar información.	s emocionales, con riesgos latentes para la salud física y mental del alumno	presencial para priorizar la interacción en línea rompiendo el equilibrio necesario para mantener el tejido social.	familiar, practicar deportes o aprender a desarrollar hábitos sanos en la red.						
T4	Se han hecho más dependientes de internet.	Los alumnos ya no analizan la información.	La falta de analizar la información.	Uno muy importante	No saben seleccionar o buscar las páginas o información adecuada	Los ha deshumanizado.	Restringir el uso de las redes sociales.	a	b	c	a	b	
									X				

Preguntas	32.- Considera que el funcionamiento de internet dentro de la institución y el aula es:			33.- ¿Utilizan el internet y las redes sociales para el desarrollo de las sesiones, entrega de trabajos y tareas?				34.- ¿Consideran que el internet que utilizan dentro de la institución tiene la suficiente capacidad para que todos/as estén conectados/as?		35.- ¿Tienen un salón de computación?		36.- De acuerdo con la pregunta anterior ¿Con qué frecuencia la utilizan?			37.- En caso de tener acceso al salón de computación ¿los equipos se encuentran en óptimas condiciones o no todos funcionan?
T2	a	b	c	a	b	c	d	a	b	a	b	a	b	c	Regulares no todos funcionan
			X				X		X	X				X	
T3	a	b	c	a	b	c	d	a	b	a	b	a	b	c	
			X				X		X	X				X	
T4	a	b	c	a	b	c	d	a	b	a	b	a	b	c	
				X						X				X	

Tabla 1. INTERNET Y REDES SOCIALES

Datos generales	
Sexo: No respondieron	Edad: No respondieron

Preguntas	1.- ¿Con anterioridad han realizado talleres o pláticas sobre el tema de adicciones de conectividad específicamente Internet y Redes sociales? (Sí o No, especifique ¿Por qué?)	2.- ¿Cómo les asignan la tutoría?	3.- ¿Reciben alguna capacitación para desempeñar la función de tutor?	4.- ¿Consideran que la tutoría y la orientación tienen alguna relación? ¿por qué?	5.- ¿Qué impacto considera que tiene el internet y las redes sociales en los adolescentes?	6.- ¿Cuáles son los posibles efectos del uso excesivo de internet y redes sociales en los adolescentes?	7.- ¿Cómo influyen las interacciones en línea en las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los adolescentes?	8.- ¿Cuáles son los riesgos específicos de la exposición a contenidos inapropiados o perjudiciales en Internet y redes sociales para los adolescentes?	9.- ¿Cuál es la problemática del internet y las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes?
T5	Talleres como tal no, pero si he invitado a los alumnos a revisar videos sobre el tema	Es otorgada por el subdirector del planeta, el que elabora los horarios	No existe como tal solo es una autodidacta	Si porque las dos tienen un fin el interés superior del niño	Un 100% de impacto, porque nos está robando toda la atención e interés de los alumnos	Obtener conductas disruptivas	De una forma interesante y luego se le va perdiendo el fin	Deserción escolar, embarazo a temprana edad, situación de riesgo	Un rendimiento muy pobre y sin dirección
T6	No, no hay internet para trabajar con los alumnos en la escuela y la red	Al azar, no existe un método	No. Al menos yo no recibí nada	Si, pero, en 50 minutos no da tiempo de hacer todo lo que	Muchos siguen los patrones de conducta y moda que los	Falta de socialización personal entre los jóvenes,	Saben interactuar a través de una máquina, pero	Sexualizan a los niños a temprana edad. Afectando su	Descuidan su aprendizaje y sus tareas escolares por permanecer

	pública no llega a las aulas.	hasta donde Conozco. En este caso seleccionaron a los que nunca habíamos sido tutores. Aunque no tengamos suficientes horas	les solicitaron a los tutores.	influencers muestran	falta de ejercitación	no de manera personal	manera de pensar	más tiempo en redes sociales.
--	-------------------------------	---	--------------------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------	-------------------------------

Preguntas	10.- ¿De qué manera Internet y las redes sociales pueden influir en el desarrollo de la identidad de los adolescentes?	11.- De acuerdo con el uso de internet y redes sociales ¿Cómo pueden los adolescentes gestionar de manera segura su identidad digital y su privacidad en línea?	12.- ¿Cuáles piensa usted que son las estrategias efectivas para fomentar un uso saludable y equilibrado de Internet y las redes sociales entre los adolescentes?	13.- ¿Desde su punto de vista qué importancia tiene la utilización de recursos tecnológicos, como apoyo didáctico en los procesos de enseñanza-aprendizaje?				14.- ¿Implementan la tecnología dentro del aula como herramienta didáctica?				15.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?				16.- Si usted implementa la tecnología en el aula de clase, ¿Cuáles herramientas utiliza?	17.- ¿Considera que el uso de internet y redes sociales tiene alguna ventaja para trabajar dentro del aula? (Sí o No y ¿por qué?)
T5	Un cambio de comportamiento y de pensamiento	En este tema los adolescentes son especialistas en ello	En lo particular considero que cada forma la tiene que tomar en cuenta la familia	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	No pues no existe red de internet para el funcionamiento	Si por supuesto con ello existe mayor interés
T6	Que tengan una idea errónea de su realidad	Abriendo perfiles para infantes con condados parentales	Controlar tiempo de redes sociales y momentos específicos	a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d	No, redes sociales no uso	Para trabajar algunas tareas o proyectos a distancia Sí.
				X							X		X				
				X					X						X		

Tabla 2. HUELLA DIGITAL E IDENTIDAD DIGITAL

Preguntas	18.- Para usted ¿Qué es la "huella digital"?	19.- ¿Ha oído hablar del término "identidad digital"?	20.- ¿Considera que la identidad digital puede impactar la vida cotidiana y las interacciones sociales de una persona? ¿Por qué?	21.- ¿Cuáles son algunos aspectos importantes a considerar cuando se habla de la huella y la identidad digital en un entorno en línea?	22.- ¿Consideran que estos conceptos son importantes para los adolescentes?
T5	Una identidad personal	Si, es la protección de datos de manera electrónica	Si puede impactar sobre todo cuando se encuentra en riesgo	Tener una protección u super anónima	Si son apropiados y a su edad
T6	Rastro que deja un usuario en redes sociales o páginas de internet.	Si	Si por que puede ser una identidad falsa y usarse de manera inadecuada	Que debe haber seguridad informativa y filtros	Si, para evitar afectaciones mentales o físicas a los jóvenes

Tabla 3. INTERNET Y REDES SOCIALES EN PANDEMIA COVID-19

Preguntas	23.- ¿Cuáles considera que han sido los principales cambios en el comportamiento en línea y presencial de los adolescentes durante la pandemia de COVID-19?	24.- ¿De qué manera ha influido el uso excesivo de internet en la concentración y el rendimiento académico de los adolescentes?	25.- ¿Cuáles cree que han sido las consecuencias más significativas del acceso a información y contenido en línea para los adolescentes durante la pandemia?	26.- ¿Qué papel han desempeñado las redes sociales como fuente de apoyo, conexión y pertenencia hacia los adolescentes durante la pandemia?	27.- ¿Cuáles considera que han sido los riesgos en línea para los adolescentes durante la pandemia, y cómo han influido en el desarrollo personal y académico?	28.- ¿Cómo cree que el aumento del tiempo en línea ha afectado el equilibrio social de los adolescentes durante y después de la pandemia?	29.- ¿Cuáles considera que son algunas estrategias efectivas para apoyar a los adolescentes en el uso equilibrado de Internet y las redes sociales durante y después de la pandemia respecto a lo académico?	30.- ¿Cuentan con internet dentro de la institución?			31.- El internet con el que cuentan dentro de la institución es de:	
								a	b	c	a	b
T5	Exceso de tiempo a mayor navegación en redes de internet	Ha influido un 90% en todos los sentidos de superación	El exceso de tiempo en redes sociales	Con un soporte y parte de su existencia	Riesgos de abusos, sobornos generación de violencias	Por el uso de internet y exceso uso del celular	Modificación de los derechos del niño		X			X
T6	Interactúan más con redes sociales, socializan menos. Manejan más los dispositivos digitales,	Bajó su rendimiento académico en la mayoría debido a que no las usan para aprender	Están expuestos a un sinnúmero de información de todo tipo y de cualquier contenido	Durante la pandemia las redes sociales les permitieron tener acercamiento entre ellos.	Se exponen a personas desconocidas, adultos con malas intenciones	Muchos adolescentes han desarrollado obsesión a redes sociales lo cual no es sano para su	Control parental, control de tiempos y horas de permanencia, Actividades dirigidas por	a	b	c	a	b
									X			

	cambió su manera de pensar.	temas escolares							desarrollo personal y mental.	padres y maestros.					
--	-----------------------------	-----------------	--	--	--	--	--	--	-------------------------------	--------------------	--	--	--	--	--

Preguntas	32.- Considera que el funcionamiento de internet dentro de la institución y el aula es:			33.- ¿Utilizan el internet y las redes sociales para el desarrollo de las sesiones, entrega de trabajos y tareas?				34.- ¿Consideran que el internet que utilizan dentro de la institución tiene la suficiente capacidad para que todos/as estén conectados/as?		35.- ¿Tienen un salón de computación?		36.- De acuerdo con la pregunta anterior ¿Con qué frecuencia la utilizan?			37.- En caso de tener acceso al salón de computación ¿los equipos se encuentran en óptimas condiciones o no todos funcionan?
	a	b	c	a	b	c	d	a	b	a	b	a	b	c	
T5			X				X		C, PART	X				Poco	No están en buen estado
T6			X				X		X	X				C	No lo sé, no puedo entrar pues se utiliza para la materia o asignatura de informática