



# Tendencias de uso en redes sociales y salud mental en escuelas secundarias: una revisión sistemática

## *Trends in social networks use and mental health in secondary schools: a systematic review*

**Yury Nathaly Chaux Real**   
Doctoranda en Educación y Sociedad  
Universidad de La Salle  
ynreal24@unisalle.edu.co

**Jorge Amado Rentería Vera**   
Doctor en Ciencias de la Educación  
Universidad de La Salle  
Institución Universitaria Pascual Bravo  
j.renteriave@pascualbravo.edu.co

Recibido: 17 enero 2025

Aceptado: 3 mayo 2025

DOI: <https://doi.org/10.18041/2619-4244/dl.37.13411>

## Resumen

Los avances en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han generado transformaciones socioculturales que permiten optimizar tiempos y recursos, así como establecer nuevas formas de comunicarse y relacionarse. Las redes sociales hacen parte de estos avances y suponen nuevos desafíos para la familia y la escuela, debido a la lógica cultural que se asocia, entre otras variables, a problemáticas de salud mental en los adolescentes, tales como la adicción, la depresión, la ansiedad, los trastornos del sueño, el aislamiento social y la procrastinación.

Se desarrolla un estudio de enfoque cualitativo con alcance descriptivo, a través de un análisis documental de 113 artículos correspondientes al periodo 2008-1 a 2023-1, identificando dos categorías de análisis: “salud mental” y “escuelas secundarias”. Los resultados indican una relación

**Cómo citar:** Chaux Real, Y. N., & Rentería Vera, J. A. (2025). Tendencias de uso en redes sociales y salud mental en escuelas secundarias: una revisión sistemática. *Dictamen Libre*, 37. <https://doi.org/10.18041/2619-4244/dl.37.13411>

Licencia Creative Commons  
Atribución-CompartirIgual  
4.0 Internacional



entre algunas formas de uso de las redes sociales y la salud mental de los adolescentes, la falta de apropiación de las redes sociales en el marco de las TIC por parte de la escuela a nivel pedagógico, y la influencia de la familia en las prácticas de uso de los adolescentes. Se concluye sobre la urgencia de desarrollar marcos teórico-metodológicos que promuevan el bienestar estudiantil en la educación básica secundaria en Colombia, a través de la apropiación de las TIC, actualmente obstaculizada por la desconexión entre el sector educativo, el sector salud, el núcleo familiar, la pertinencia de la política pública y la relación docente–estudiante frente a las TIC.

**Palabras clave:** adolescentes; salud mental; redes sociales; experiencias educativas; escuelas secundarias; bienestar escolar.

## Abstract

Advances in Information and Communication Technologies (ICT) have generated sociocultural transformations that make it possible to optimize time and resources, as well as to establish new ways of communicating and relating. Social media are part of these advances and pose new challenges for families and schools due to the cultural logic associated, among other variables, with adolescent mental health issues such as addiction, depression, anxiety, sleep disorders, social isolation, and procrastination.

A qualitative study with a descriptive scope was conducted through a documentary analysis of 113 articles published between 2008-1 and 2023-1, identifying two categories of analysis: “mental health” and “secondary schools.” The results indicate a relationship between certain forms of social media use and adolescents’ mental health, a lack of pedagogical appropriation of social media within the ICT framework by schools, and the influence of families on adolescents’ usage practices. The study concludes on the urgency of developing theoretical–methodological frameworks that promote student well-being in lower secondary education in Colombia through the appropriation of ICT, currently hindered by the disconnection among the education sector, the health sector, the family nucleus, the relevance of public policy, and the teacher–student relationship in relation to ICT.

**Keywords:** adolescents; mental health; social media; educational experiences; secondary schools; school well-being.

## Introducción

Según el Informe mundial sobre salud mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS) “Las tasas de trastornos que ya son comunes, como la depresión y la ansiedad, aumentaron en un 25% durante el primer año de la pandemia, sumándose a los casi 1000 millones de personas que ya sufren algún trastorno mental” (Organización Mundial de la Salud, 2022). En el contexto actual, la salud mental emerge como un pilar fundamental en los procesos educativos y el desarrollo integral de individuos, especialmente en niños, niñas y adolescentes durante su etapa escolar.

La OMS concibe la salud mental como un estado completo de bienestar físico, mental y social, más allá de la ausencia de enfermedad (Organización Mundial de la Salud, 2022). Este enfoque



abarca la capacidad de gestionar emociones y superar desafíos mediante herramientas de control en la vida diaria (Saorín y Gómez-Hernandez, 2014). La relevancia de la salud mental en el ámbito social plantea desafíos significativos para promoverla y potenciarla, en particular cuando se considera la interacción con variables como las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), el entorno educativo y la etapa de adolescencia.

Investigaciones como las de Marín et al. (2025) centran su atención en Colombia y Chile mediante la identificación del deterioro de la salud mental y su impacto académico, relacional y social, para ello analizan la dimensión familiar, educativa, social, personal y psicológica que contribuyan con el bienestar psicológico logrando resultados para la planificación y focalización de planes de intervención en la atención psicológica. A su vez, Velez y Ruiz (2025) analizan en una población colombiana de la costa caribe la percepción de salud mental entre los habitantes, centando su interés en factores clave como los son el bienestar, las dificultades emocionales y los problemas de salud mental reportados. Estudios que destacan la relevancia de la salud mental en los diferentes grupos etareos y la necesidad de desarrollar estrategias de intervención en Colombia.

La investigación se ha centrado en analizar cómo los adolescentes, las familias y las escuelas secundarias se relacionan con las redes sociales en el contexto de las TIC. Además, ha explorado las implicaciones de estas formas de relación en el bienestar de los adolescentes. Los resultados muestran un panorama global en el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, con patrones similares que trascienden el contexto sociocultural. También se ha identificado la influencia de la familia en los patrones de uso de las redes sociales y los desafíos que enfrenta la escuela ante las nuevas demandas de una sociedad en constante transformación.

La metodología empleada para estudiar la literatura existente alrededor del tema de interés está fundamentada en un estudio cualitativo desarrollado por medio de cuatro fases: contextualización, clasificación, categorización y análisis. El objetivo principal es analizar la intersección entre la salud mental, el uso de las redes sociales, el ámbito educativo y la etapa de adolescencia. Al comprender cómo estas variables interactúan, se contribuye a la formulación de estrategias efectivas para promover la salud mental y potenciar el uso de las TIC y las redes sociales.

Los resultados evidencian que existe una relación entre algunas formas de uso de las redes sociales y la salud mental de los adolescentes. A su vez, exponen la influencia de la familia en las prácticas de los adolescentes y la falta de apropiación de las TIC por parte de la escuela a nivel pedagógico.

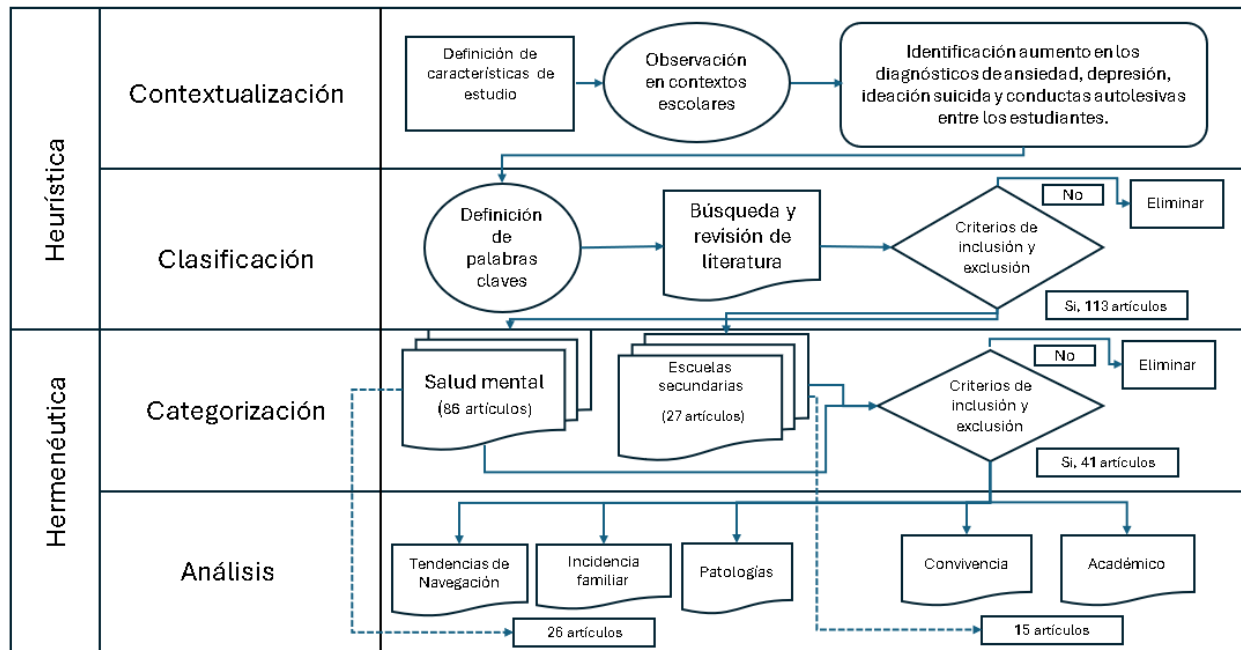
## Metodología

La revisión documental se enmarca en un estudio cualitativo que permite un análisis exhaustivo y comprensivo del fenómeno social en cuestión. Siguiendo la perspectiva propuesta por Hernández-Sampieri, Fernández y Baptista (2015) en este enfoque, el rol del investigador implica llevar a cabo un análisis inductivo; es decir, observar la situación y desarrollar teorías, iniciando desde lo particular y avanzando hacia lo general. La flexibilidad inherente a este enfoque se traduce en la libertad a la hora de seleccionar, ajustar o crear una ruta metodológica que responda a las necesidades de la investigación. En este sentido, se toman como punto de referencia los principios de



Vélez y Calvo citados por Molina (2005) en el que el análisis bibliográfico se desarrolla en las fases: contextualización, clasificación, categorización y análisis. Las fases se enmarcan en los principios de heurística y hermenéutica (Beuchot, 1999) como se observa en la figura 1.

**Figura 1.** Fases del proceso de revisión bibliográfica



Fuente: Elaboración de los autores.

De acuerdo con la figura anterior, la etapa heurística incluye las fases de contextualización y clasificación. En la “contextualización” se inicia con la exploración del fenómeno de estudio cuyo objetivo corresponde a hacer un reconocimiento general de la relación entre salud mental y redes sociales en el marco de las TIC y el escenario escolar a nivel internacional y nacional. En la fase de “clasificación” se definen los criterios de inclusión y exclusión mediante las palabras claves salud mental, experiencias educativas, redes sociales y adolescencia en las bases de datos de Scopus y Web of Science mediante publicaciones de artículos en el periodo 2008 al 2023 seleccionado 113 publicaciones.

En la etapa hermenéutica se analizan (i) el sentido didáctico, con relación al título y las categorías e intereses de investigación; (ii) el sentido semántico, acerca del abordaje general del artículo, y (iii) el sentido pragmático, en el cual se hacen inferencias de los textos para definir una teoría consistente. En este sentido, en la fase de “categorización” emergen como núcleos de interpretación las categorías de Salud mental y Escuelas secundarias. Seguido, producto del análisis bibliográfico e intereses de investigación se excluyen aquellas publicaciones que no corresponden a estudios en básica secundaria arrojando 41 artículos. En la fase de “análisis” se configuran cinco subcategorías que permiten comprender el fenómeno para identificar tendencias y perspectivas para futuras investigaciones. De acuerdo con lo anterior se sistetiza como estrategia de búsqueda los siguientes elementos:



Palabras clave para la formula de búsqueda Principal: en título, resumen y palabras claves “Redes sociales” and “salud mental” para las bases de datos Web of Science -WoS (65) y Scopus (21).

Palabras clave para la formula de búsqueda secundaria: para complementar el eje de “Escuelas secundarias” se utilizó “Tecnologías de la Información y la comunicación” and educación secundaria” (17) en WoS y 10 en Scopus.

Periodo de Publicación: La revisión se delimitó en un periodo de 15 años abarcando publicaciones desde 2008 hasta 2023-1.

Palabras clave (iniciales y definitivas): se definieron “salud mental”, “experiencias educativas”, “redes sociales” y “adolescencia” luego se refinaron a “TIC, redes sociales, experiencias pedagógicas y adolescencia” para la búsqueda final.

Criterios de inclusión y exclusión: se incluyen artículos cuya relación de variables componen estudios sobre salud mental, experiencias educativas, redes sociales y adolescencia. Se excluyen estudios que no abordan la relación en la etapa de secundaria.

Proceso de filtrado: Se inicia con 113 artículos ( periodo 2008-2023-1) y luego de los criterios de inclusión y exclusión en las fase heurística y hermenéutica se obtiene una muestra de 41 artículos.

## Resultados

Los resultados de la investigación se presentan de acuerdo con las fases propuestas del diseño metodológico.

### Fase 1: Contextualización

La génesis surge de la observación en contextos educativos mediante el ejercicio profesional en la orientación escolar en la localidad de Engativá (ciudad de Bogotá D.C. – Colombia), la cual es la encarga de identificar los riesgos psicosociales presentes en el contexto a nivel individual y colectivo, con el fin de crear y ejecutar proyectos de prevención, promoción y mitigación. En dicho contexto, se ha evidenciado un aumento en los diagnósticos de ansiedad, depresión, ideación suicida y conductas autolesivas entre los estudiantes, al mismo tiempo se ha registrado un crecimiento en el acceso a las redes sociales con mayor concentración entre los años 2020 y 2023, según el sistema de alertas de la Secretaría de Educación del Distrito (2023).

Las cifras del Ministerio de Salud y Protección Social en Colombia (2023) indican que el 63,3% de los colombianos manifiestan haber presentado problemas de salud mental en algún momento de su vida. A nivel Bogotá, el estudio de Salud Mental (Secretaría Distrital de Salud y UNODC, 2023) elaborado en conjunto entre la Secretaría de Salud y la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC) para la Región Andina y el Cono Sur, indica que el 18.1% de los jóvenes tienen un posible trastorno depresivo o están en riesgo depresivo y el 23.57% de la misma población tienen un posible trastorno de ansiedad generalizada. Con relación a ideas suicidas el 28.87% de los adolescentes presentan este fenómeno.



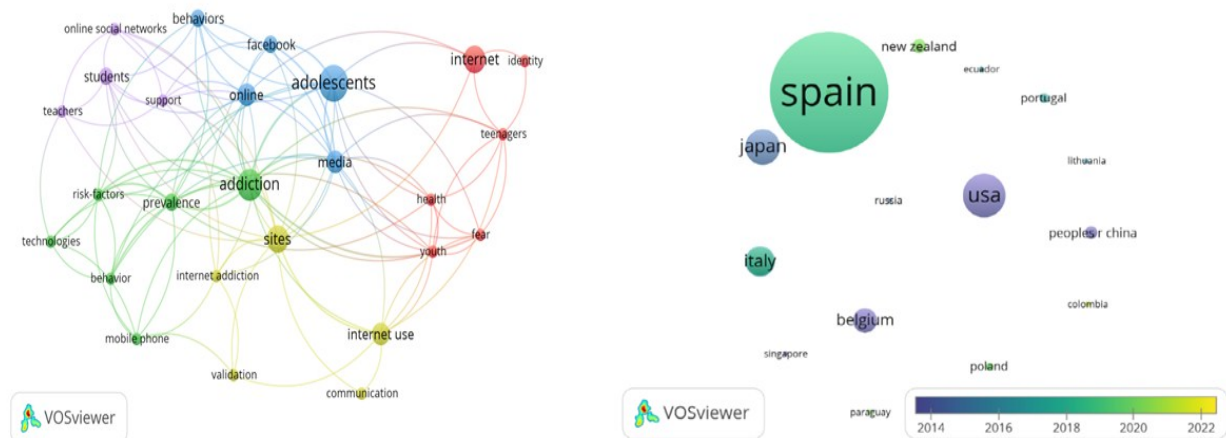
A partir del contexto anterior, surge el interés de investigación por conocer cómo se ha abordado en términos de investigación la relación entre la salud mental, el uso de las redes sociales en el contexto de las TIC y el ámbito educativo en la etapa de la adolescencia.

## Fase 2: Clasificación

Luego de identificar las diferentes variantes de las problemáticas asociadas a la salud mental y uso de redes sociales en el ámbito educativo, se procede a definir como palabras claves de búsqueda en las bases de datos Scopus y Web of Science: “salud mental, TIC, redes sociales, experiencias pedagógicas y adolescencia”. A su vez, se procede con la definición de criterios de inclusión y exclusión, delimitada para el periodo 2008 a 2023 alcanzando un total de 113 publicaciones.

En este sentido, como se observa en la figura 2, se logra identificar palabras claves asociadas y tendencias por país en publicaciones entre dichas relaciones.

**Figura 2.** Relaciones entre palabras claves y tendencias de publicaciones por país sobre salud mental vs. uso de redes sociales en adolescentes



Fuente: Elaboración de los autores.

La literatura permite identificar preocupaciones alrededor del tema tanto en Europa, América, Asia y Oceanía, siendo España el país con mayor frecuencia de publicaciones seguido de Japón y Estados Unidos. A su vez, con relación a las palabras claves asociadas se encuentra adolescente, internet y adicción, lo que demuestra un interés en torno a la relación de conceptos. De forma menos frecuente, se observa el concepto de profesor, enunciando el papel de la escuela. Además de salud, adolescencia, tecnología y factores de riesgo.

A partir de este primer acercamiento se procede con la fase hermenéutica en donde se profundiza en la interpretación de las publicaciones como se detalla a continuación.



### Fase 3 y 4: Categorización y Análisis.

La información socavada se categoriza en dos líneas de análisis de acuerdo con la interpretación de las publicaciones: Una mirada desde la salud mental y Una mirada desde las escuelas secundarias. En la tabla 1, se visualiza la ecuación de búsqueda, fuentes arrojadas por categoría y subcategorías.

**Tabla 1.** Categorías y subcategorías de análisis de la información

Categorías de Análisis de las Redes sociales	Subcategorías	Fórmula de Búsqueda	Fuentes Arrojadadas		Criterios de exclusión e inclusión	Información filtrada
			Web of Science	Scopus		
Salud Mental	Tendencias de Navegación de los adolescentes en las Redes sociales	Redes sociales AND Salud mental AND adolescencia	65	21	<b>Inclusión:</b> Artículos que presentan relación entre las variables que componen el estudio: salud mental, experiencias educativas, redes sociales y adolescencia. <b>Excluidos:</b> Los estudios que no abordan dicha relación en la etapa escolar de secundaria.	26
	Incidencia de las familias en la navegación de los adolescentes					
	Principales patologías asociadas					
Escuelas secundarias	Con relación a la convivencia	Tecnologías de la información y la comunicación AND educación secundaria	17	10		15
	Con relación a lo académico					
Artículos en los que se centra el estudio						41

Fuente: Elaboración por los autores.

La información analizada refleja los campos según las citaciones. En este sentido, la información permite identificar la tendencia de las palabras claves y su aparición en la línea de tiempo, lo que nutre la comprensión, reflexión y alimenta la categorización.

### Salud mental

El análisis documental revela el incremento de los casos atendidos relacionados con la salud mental de los estudiantes, tales como depresión, ansiedad, insomnio, ideación e intento de suicidio, entre otras patologías. Estos artículos se categorizan en: Tendencias de navegación de los adolescentes en las redes sociales, Incidencia de las familias en la navegación de los adolescentes y





Patologías asociadas al uso excesivo de las redes sociales, con el fin de identificar relaciones causales, como se describe a continuación:

## **Tendencias de Navegación de los Adolescentes en las Redes**

Según Rodríguez y Fernández (2014), Internet amplía las formas de socialización de los adolescentes, quienes lo integran en su cotidianidad a partir de parámetros culturales, y su uso contribuye a marcar sus intereses como grupo.

El principal objetivo de conexión en adolescentes a nivel mundial está relacionado con la interacción social, generada por las redes sociales y el entretenimiento. El 68 % de los estudiantes consume contenidos de interacción social por razones psicosociales y el 60 % señala la misma razón para consumir contenidos de entretenimiento (Serna et al, 2018). Así lo confirman los resultados de las investigaciones de Holgado, Sánchez y Navarro (2010); Parra (2014); Del Barrio-Fernández y Ruiz (2014); Chaparro, et al (2016); Serna, et al (2018); Pacheco et al (2018); y Maidana y Coppari (2020). Entre tanto, la actividad académica relacionada con el uso de las TIC es mínima y siempre se menciona en los porcentajes más bajos de las investigaciones.

Según Varona-Fernández y Hermosa-Peña (2020) entre las redes sociales que utilizan los adolescentes se encuentran Instagram, Snapchat, TikTok, Pinterest, VSCO, 21Buttons, YouTube y Discord. Antes del 2018 en algunos países Latinoamericanos se destacaba el Facebook, con un 50 %, en menor medida WhatsApp con 27,3 % y YouTube con un porcentaje de 34,7 % (Chaparro et al., 2016), en Europa según el Estudio Anual de Redes Sociales (2017) lo lidera Instagram.

Por su parte, en el año 2021 el centro de Investigaciones PEW de Estados Unidos afirma que Facebook y YouTube son los líderes (PEW Research Center, 2021). Es de anotar que la mayoría de los adolescentes tienen 2 o más redes sociales y hacen uso de varios perfiles de acuerdo con la necesidad.

El tiempo de navegación de los adolescentes se ha ido intensificando desde que tienen mayor facilidad para acceder a smartphome, ya que les permite mantenerse conectados todo el tiempo. Pacheco, et al. (2018) reporta según su investigación que el tiempo utilizado por los adolescentes en las redes sociales alcanzó un mínimo de seis horas al día y un máximo de 14 horas al día, obteniendo una media de 11.2 horas, enfocando su uso en un 93% como pasatiempo, un 4% para usos académicos y un 3% de usos variados. Según Bernal-Bravo y Angulo-Rasco (2013) el hábitat principal de acceso a las redes sociales es la habitación (74,3%) lo que facilita la conectividad, seguido del salón de la casa (25,4%).

Entre los comportamientos que se destacan en las redes sociales López y Sánchez (2019), así como Varona-Fernández y Hermosa-Peña (2020), mencionan las agresiones, siendo víctimas y victimarios, ya que alguna vez han recibido malos tratos en las redes sociales y también han empleado dicha herramienta para agredir a otros. En cuanto a los comportamientos de riesgo asociados, Pacheco, et al (2018) menciona en sus hallazgos el acoso cibernético (83%), el sexting (72%) y grooming (47%), entre otros.





Garitaonandia, et al (2020) agregan que los adolescentes han aumentado las visitas a páginas relacionadas con discursos de odio un 36%, suicidio un 18%, consumo de drogas 25% y trastornos alimenticios un 30%. Se han detectado actitudes nocivas que generan en las redes un espacio de vulnerabilidad y refugio en el que se ocultan conductas agresivas, disruptivas y delictivas (López y Sánchez, 2019).

De acuerdo con el género, se presentan algunas variaciones en los comportamientos: las mujeres participan más en redes compartiendo fotos, videos y recibir feedback, mientras que los hombres las usan de forma individual (Varona-Fernández y Hermosa-Peña, 2020).

## **Incidencia de las familias en la navegación de los adolescentes**

Se pueden destacar la percepción del consumo familiar por parte de los adolescentes, el control parental y estilos de crianza. En cuanto al papel que desempeña la familia se identifica como factor diferencial las acciones ejercidas entre activas y pasivas (Hiniker, et al., 2016). En sintonía, (Livingstone, et al., 2011), manifiestan que los adolescentes que forman parte del grupo de consumidores perciben que sus madres y hermanos/as también hacen un uso intensivo de estas tecnologías, funcionando como modelos de consumo. Por su parte, Yu y Shek (2016) plantean que el comportamiento parental positivo es un factor de protección contra el desarrollo de adicción a redes sociales, y un patrón negativo lo contrario.

Varona-Fernández y Hermosa-Peña (2020) señalan que la mayoría de los padres no supervisan el uso que hacen los menores de las redes sociales. Así como Tomczyk y Wąsiński (2017) quienes afirman que el 72,3% de los padres permiten que sus hijos tengan una autonomía en la elección de software, juegos, sitios web y tiempo en línea. En la misma línea Díaz-López, et al (2020) plantean que más de la mitad de los adolescentes navegan por Internet sin control, moderación o supervisión.

En consonancia, Tomczyk y Wąsiński (2017) encontraron correlaciones significativas entre el control parental del tiempo de actividad electrónica y el respeto de las normas de descarga de contenidos de Internet. Asociado a lo anterior, Pacheco, et al. (2018) resalta la poca participación de los tutores y/o padres de familia para las reglas de uso, ya que un 92% de la muestra manifiesta no tener reglas de uso en el hogar, vinculando conductas de riesgo como el grooming, sexting, acoso cibernético; además de la falta de autocontrol en línea, descarga de contenidos ilegales, excesiva inmersión en el mundo virtual y la pérdida gradual de la capacidad de autorrealización en la realidad social Díaz-López, et al (2020).

En secuencia, los estilos de crianza según las investigaciones son determinantes a la hora de establecer relación entre el uso de las TIC y los adolescentes. Al respecto Tomczyk y Wąsiński (2017) destacan que la mayoría de los padres tienden a adoptar un enfoque controlador o negligente en la crianza, lo que se traduce en una menor participación en la vida digital de sus hijos y una falta de establecimiento de límites claros. Por su parte, Lachuma y Marín-Cipriano citados por Benítez (2021), afirman que las familias con un nivel de cohesión moderado y adaptabilidad disminuyen y promueven el uso moderado de las redes sociales, mientras que las familias en exceso flexibles se relacionan con una mayor obsesión por las redes desencadenando conductas adictivas, impulsividad y falta de control.



Por su parte Cornejo (2021) y Solís, et al (2021), afirman en sus investigaciones que una mayor funcionalidad familiar caracterizada por un medio de cohesión socio afectiva, además de normas claras para la interacción y el desenvolvimiento, conllevan a que los adolescentes regulen el uso de las redes sociales de tipo virtual.

Aunque las familias visualizan las redes sociales como una oportunidad para la innovación y el fomento de las relaciones personales entre toda la comunidad educativa (Dans, et al. 2019), es evidente la baja participación en la regulación de la actividad por parte de los hijos, por lo cual no se generan los resultados esperados a nivel personal, familiar y educativo.

### **Principales patologías asociadas al uso excesivo de las Redes sociales**

Se observa adicción, ansiedad, trastornos del sueño, depresión, agresividad, aislamiento social, problemas relacionados con la atención, conductas asociadas al suicidio, comportamientos autolesivos (cutting) y nomofobia. Es importante destacar que las investigaciones provienen de diferentes países con diversas realidades culturales y sociales, como China, Brasil, España, Colombia y Polonia, los resultados convergen en patrones similares. Aunque las patologías asociadas al uso de las redes sociales por parte de los adolescentes son similares, los factores desencadenantes varían de acuerdo con características sociales, económicas y culturales.

Cuando se aborda la noción de adicción, se hace referencia a la pérdida de control y dependencia hacia cierta actividad o sustancia. Según la definición del Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales, quinta edición “DSM-5” (APA, 2014), la adicción se describe como una enfermedad primaria, crónica y neurobiológica que involucra factores genéticos, psicosociales y ambientales que influyen en su manifestación. Se caracteriza por patrones de comportamiento que abarcan problemas de control en el uso compulsivo, persistencia a pesar de los daños causados y un fuerte deseo irresistible (craving) hacia la actividad o sustancia en cuestión.

A diferencia de las adicciones relacionadas con sustancias químicas, las adicciones a las pantallas y las tecnologías no están clasificadas como trastornos en el DSM-5 (APA, 2014). No obstante, cuando se refiere a adicciones no vinculadas a sustancias químicas, como las relacionadas con las nuevas tecnologías, se refieren a patrones de comportamiento repetitivos que, en la etapa inicial representan placer o alivio llevando a la persona de forma progresiva a la pérdida de control, afectando el bienestar. En el caso de los adolescentes y su relación al uso excesivo de las Redes sociales, se manifiesta en desinterés escolar, aislamiento, ausentismo, ansiedad, depresión y muchas veces trastornos de sueño severos (Cao, Sun y Wan, 2011).

Klimenko et al. (2021), concluye que las deficiencias en las habilidades blandas de los adolescentes y el acceso a internet por medio de su propio celular podrían estar relacionadas con el aumento de riesgo de adicción a redes sociales e Internet. En cuanto a la Nomofobia, los autores determinaron que existe una correlación negativa con autoeficacia y tolerancia a la frustración, indicando que bajos niveles de autoeficacia y tolerancia a la frustración están relacionados con mayores niveles de ansiedad y la necesidad de estar conectados, estableciéndose relación entre el número de likes que se recibe y la ansiedad (Ximenes y Souza, 2019). Como consecuencia se evidencia en estas personas fatiga y trastorno de sueño (Ferreira, et al., 2017; Cao, Sun y Wan, 2011). En cuanto a la depresión, Ximenes y Souza (2019) la relacionan con el ciberacoso, el suicidio y las



tentativas de cometer dicho acto. Es imposible pasar por alto la estrecha relación que se presenta entre ciberacoso, depresión, ansiedad, suicidio y comportamientos asociados según las investigaciones, evidenciándose un ciclo que podría iniciar en cualquier punto.

## **Escuelas secundarias**

Esta categoría se centra en la relación entre el entorno educativo y las redes sociales en el marco de las TIC, se identifican 15 artículos (ver tabla 1) los cuales describen experiencias pedagógicas mediadas por TIC, dirigidas tanto al desarrollo intelectual como a la mitigación de fenómenos convivenciales escolares.

## **En relación con la convivencia escolar**

El ciberacoso y ciberbullying, ha tomado proporciones inimaginables y son el objeto de discusión de las autoridades educativas. Según la investigación de Cerezo et al (2016), las conductas relacionadas con el uso adictivo del internet se asocian al bullying y ciberbullying. Una de las variables asociadas según Ortega-Barón et al (2016), es el clima familiar y escolar del adolescente; entre menos autoestima familiar tenga el adolescente más vulnerable es ante el ciberacoso y ciberbullying, así mismo, se relaciona el bajo rendimiento académico del estudiante y sus habilidades sociales.

En concordancia Mula y Cruz (2023); Benítez (2019); Prats et al (2018); y Ortega-Barón et al (2016), señalan la necesidad de crear programas de prevención del ciberacoso y ciberbullying, teniendo en cuenta todos los actores de la comunidad educativa, encaminados en el fortalecimiento de las ciber-capacidades (Mula y Cruz, 2023) o habilidades ciudadanas en la Red.

Sin embargo, las investigaciones demuestran que ante tal realidad se han creado proyectos y programas con el objetivo de prevenir y mitigar dicho fenómeno, por medio de la capacitación a los adolescentes, evidenciando los riesgos asociados y las violaciones a la ley en las que se puede incurrir de acuerdo con algunos comportamientos. Programas como Kiva (Williford et al, 2010); ConRed (Del Rey et al., 2012); Cyberprogram (Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014); PreCib (Ortega-Barón, 2018) y RedSocs (Prats et al., 2018) son ejemplos destacados. Sin embargo, la mayoría de estas iniciativas carecen de durabilidad en el tiempo y de evaluaciones a largo plazo.

Es posible evidenciar, que desde las escuelas secundarias faltan iniciativas que vinculen el uso de redes sociales, como una competencia digital y ciudadana para el siglo XXI; los currículos no muestran ninguna transformación ni apropiación de las TIC que permitan desarrollar en los estudiantes competencias digitales más allá del uso del artefacto, que redunden en una adecuada convivencia y bienestar de los estudiantes. No se encuentran enunciadas en los Derechos Básicos de Aprendizaje y los manuales de convivencia de las instituciones se hace referencia al uso apropiado de los espacios y de los recursos físicos.



## **En relación con lo académico**

Potencialidades según la literatura. En cuanto a potencialidades Benítez (2019) afirma que el uso racional de las TIC, en determinadas materias, se correlaciona positivamente con la mejora del rendimiento académico, tales como lenguaje y matemáticas (Ariza, et al., 2021); permitiendo según Otero, et al. (2019) desarrollar competencias de pensamiento lógico, resolución de problemas complejos, recursividad y coherencia narrativa.

La evolución de las TIC ha generado un impacto significativo en la educación, ya que ha permitido mejorar el acceso a los contenidos y a los espacios educativos, sin importar la distancia o las condiciones físicas de los estudiantes (Otero, et al., 2019). Las redes sociales como una de las herramientas de las TIC pueden facilitar una mejora de la comunicación de la institución educativa con las familias y el alumnado (Dans, et al., 2021). Además de procesos administrativos y gestión académica (Said-Hung, Valencia y Gonzalez, 2017).

Por otra parte, la investigación de Maidana y Coppari (2020) en sus hallazgos menciona una relación directa y moderada entre las habilidades sociales y el uso de las TIC en la dimensión educativa, lo que incide de forma directa en la convivencia escolar y en el logro académico.

## **Prospectivas de investigación como oportunidades para la generación de nuevo conocimiento**

Una vez analizadas las publicaciones se identifica la necesidad de definir marcos de referencia en términos de contribuir con el bienestar de los estudiantes de básica secundaria en Colombia, las publicaciones si bien abordan diferentes situaciones escolares que permiten identificar patologías asociadas al uso de las redes sociales entre otras, en los ambientes escolares y no escolares, no se logra identificar una ruta teórico-metodológica que logre marcar las pautas para mejorar el bienestar de los estudiantes en los ambientes escolares.

Esta preocupación la han manifestado entre otras investigaciones (Gutiérrez-Martín et al., 2022; Vanegas y Sanvicén, 2022), indicando que el desafío debe centrarse en la integración y apropiación curricular de las TIC. También lo ha manifestado (Said-Hung et al., 2017), indicando la necesidad de encontrar mecanismos que aseguren la integración de los usos pedagógicos y administrativos de las TIC.

La atención de los adolescentes está puesta en las redes sociales y se convierten en un factor distractor de los objetivos académicos (Benítez 2019; Ariza, et al., 2021). Se ha evidenciado que la relación entre adolescentes y TIC dista de la deseada, ya que estudios revelan que un elevado número de adolescentes hace uso de la tecnología sin ninguna formación, ni control por parte de adultos (Díaz-López, et al., 2020; Dans, et al., 2021).

Frente a dicho panorama la escuela y la familia presentan varios desafíos, uno de ellos es incorporar en el aula el uso habitual desde la dimensión educativa (Maidana y Coppari, 2020) de las redes sociales (los estudiantes tienen reservado casi en exclusiva para sus actividades de ocio (Dans et al., 2021). A nivel familiar, Benítez (2019) propone una mayor participación de los tutores legales de los estudiantes entendiendo el papel de la familia como un actor protagónico (Díaz-López et al, 2020).



Otro desafío fundamental, enunciado en las investigaciones de Said-Hung, et al (2017); Gutiérrez-Martín, et al. (2022) y Vanegas y Sanvicén (2022), es la formación de los docentes de acuerdo con las necesidades de la sociedad en la era digital encaminadas en el aspecto metodológico (Said-Hung et al., 2017) ya que el uso de las TIC se lleva a cabo en su mayoría a nivel comunicativo, pero su uso para el aprendizaje es muy bajo, según lo afirman Escorcía y Jaimes (2015).

Es posible para Gutiérrez-Martín, et al (2022) que dicha tendencia obedezca a que el profesorado se siente insuficientemente formado en competencias digitales, pero, a la vez consideran que son competencias importantes. Asimismo, Otero et al (2019), afirman que en el contexto socio cultural actual es necesario que el docente diversifique sus prácticas y replantee procesos didácticos en función de las tecnologías de la información y comunicaciones de manera que sean más efectivos y eficientes. En este punto, es importante comprender lo que afirma Parra (2012) citado por Vanegas y Sanvicén (2022) “ha existido una subordinación de la educación a la tecnología (dotación, acceso y uso de artefactos) por tanto, la formación del maestro ha privilegiado la lógica de la innovación tecnológica, por encima de la educativa” (p.153).

Dentro de dicho desafío es importante resaltar, el modelo global COMPROMETIC por parte de Gutiérrez-Martín et al (2022), cuya apuesta se enfoca en fortalecer la formación de los docentes, con el fin de que su ejercicio profesional sea acorde y pertinente a las demandas sociales.

De otro modo, disminuir las brechas digitales mencionadas por Otero, et al (2019) al igual que Vanegas y Sanvicén (2022) sigue siendo un desafío importante, aunque han sido muchos los esfuerzos para que los territorios tengan conectividad y acceso a las TIC. Las brechas digitales, según lo enuncian Vanegas y Sanvicén (2022) “son una consecuencia de la desigualdad social por extensión (capacidad económica para acceder a las TIC) y por profundidad (adecuado uso y frecuencia para lograr habilidades sociales)”.

## Discusión

Los hallazgos de esta investigación se estructuran en tres ejes: (i) la cultura de uso de las redes sociales en el contexto educativo y social, (ii) el proceso de apropiación crítica de las TIC (elucidación e inteligencia colectiva), y (iii) la postura política y curricular frente a las problemáticas identificadas. Ejes que permiten comprender el uso actual de las redes sociales con el poder transformador de la cibercultura.

La cultura de uso de las redes sociales en el contexto educativo y social: La evolución de los medios de comunicación desde la década de 1990 ha generado una profunda huella cultural, social y económica. Levy (2007) acuñó el término “cibercultura” para describir el conjunto de sistemas culturales que emergen con las tecnologías digitales. Si bien las redes sociales se configuran como una herramienta de potencia comunicativa considerable, resulta clave preguntarse: ¿Se está aprovechando el potencial de las redes sociales en el marco de las TIC en las escuelas secundarias, o están siendo alternativas de crecimiento individual y colectivo?

Los avances tecnológicos, si bien han impulsado transformaciones sociales, ven su potencial amenazado por las prácticas de uso evidenciadas. La investigación ha relevado que, en su mayoría, los adolescentes centran su actividad en el entretenimiento, donde el tiempo invertido, los contenidos



y las actividades virtuales pueden poner en riesgo su seguridad y salud mental. Estas prácticas son un reflejo de su contexto social inmediato.

La atracción hacia las redes sociales de este grupo poblacional es comprendida en el plano neurofisiológico. Rojas (2008) indica que las redes activan el sistema de recompensa del cerebro, segregando dopamina entre el sistema de aprobación o el acceso inmediato a videos y juegos, restando interés por aquellas actividades que exigen un esfuerzo físico y sostenido. En consecuencia, la ciberadicción emerge como un actor protagónico de la salud mental; planeado un cuestionamiento ¿qué importancia en la política pública de salud mental y educación se le está dando a la adicción por el uso a las redes sociales y el bienestar de miles de adolescentes en el mundo en especial a los estudiantes en Colombia? Es evidente que las TIC son herramientas potentes, pero el uso que culturalmente se les está dando no genera los resultados esperados, marcando una subutilización alarmante.

El proceso de apropiación crítica de las TIC (elucidación e inteligencia colectiva): frente a la realidad de la subutilización, este segundo eje resalta la premisa de que la apropiación de las TIC requiere un proceso de elucidación que conduzca a la inteligencia colectiva. La elucidación, en su sentido Castoriadis (1975), implica el proceso por el cual “los hombres intentan pensar lo que hacen y saber lo que piensan”.

La apropiación crítica, según Morales (2014), será el resultado únicamente de una “elucidación crítica acerca de los condicionamientos económicos, tecnológicos, sociales e ideológicos que establecen los medios de comunicación y TIC presentes en su contexto inmediato”. Este ejercicio reflexivo permite manifestar deseos, convicciones, intereses propios, en el marco de la construcción de proyectos de autonomía individual y colectiva.

En este sentido, Levy (2007) propone la inteligencia colectiva en el marco de la cibercultura. Esta lógica de uso enfoca los recursos tecnológicos en la comprensión de fenómenos sociales, la identificación de soluciones y la construcción de conocimiento de forma colaborativa. Se trata de un proceso de aprendizaje comunitario que implica, necesariamente, la transformación de las prácticas de enseñanza de la escuela, concibiendo el aprendizaje como un proceso contextualizado y visualizado al estudiante y su familia como actores críticos y participativos.

La postura política y curricular frente a las problemáticas identificadas: La falta de una apropiación crítica por parte de la escuela y la familia tiene una consecuencia directa en el ámbito político. No se percibe la voz del maestro ni de los acudientes en la construcción de políticas asociadas a las TIC. Tradicionalmente, la discusión se ha centrado en la logística y el acceso (conectividad, adecuación de infraestructura), pero la discusión pedagógica desde el currículo aún es escasa.

No incluir las nuevas demandas sociales a nivel de TIC desde el currículo es un desconocimiento de las necesidades del contexto educativo, tal como lo expresa Rentería (2020, p60). Esta omisión deja un vacío que es ocupado por una lógica de mercado y consumo, perpetuando la subutilización y acentuando las afectaciones a la salud mental. Por lo tanto, surgen cuestionamientos para la política pública en términos de: ¿Cómo dialoga el sector salud y el sector educativo ante la subutilización de las redes sociales y las consecuencias que esto genera? ¿Qué lugar ocupan realmente las redes sociales en la vida del adolescente, la familia y la escuela desde la perspectiva formativa?





En consecuencia, la sociedad ha logrado avances significativos en herramientas comunicativas que están siendo subutilizadas debido a prácticas culturales marcadas por un sistema de mercado, pensadas desde una lógica de consumo que desde un enfoque educativo. Es necesario trascender el debate del acceso y centrar la acción política y educativa en la apropiación crítica (elucidación) y la inteligencia colectiva. Potenciar el uso de las TIC reside en implementar estrategias curriculares que reduzcan las afectaciones e incentiven el desarrollo individual y colectivo, ancladas en un ejercicio ciudadano crítico que involucre de manera articulada la familia, la escuela y el estado

## Conclusiones

El análisis de la revisión bibliográfica destaca la necesidad de desarrollar marcos teórico-metodológicos que promuevan el bienestar de los estudiantes de básica secundaria en Colombia a través de la apropiación efectiva de las TIC reconociendo que esta tarea se ve obstaculizada por cuatro tensiones estructurales – la desonexión entre los sectores educativo y de salud, la transferencia de responsabilidad del núcleo familiar a la escuela, la falta de pertinencia contextual de las políticas públicas y el desajuste en la relación docente-estudiante frente a las TIC –; para ello se determinan tres desafíos centrales demandando un urgente dialogo intersectorial para la construcción de políticas integrales, una reestructuración profunda de la práctica pedagógica y curricular de la escuela para sintonizarla con la sociedad contemporánea, y una comprensión situada de las lógicas territoriales que sirvan de guía para el fortalecimiento del tejido social.

En este sentido, a continuación se presentan las tensiones y desafíos identificados para su puesta en marcha.

## Tensiones

La primera tensión se presenta en la desconexión entre el sector educativo y el sector salud. Si bien el informe de salud mental de la OMS (2022) destaca la importancia de reorganizar las características físicas, sociales y económicas de los diferentes entornos de salud mental, son las instituciones educativas quienes deben planificar, diseñar, ejecutar y hacer seguimiento al proceso, lo que implica asumir las responsabilidades en materia de recursos tanto humanos como financieros.

La segunda tensión emerge entre la familia y la escuela. Como lo mostraron los hallazgos de la investigación, las prácticas de uso de las redes sociales y de las TIC en general son producto de la influencia y supervisión parental. Es decir, la adicción a las redes sociales se da en el núcleo familiar y afecta las prácticas escolares, pero se le demanda a la escuela la apropiación de la herramienta.

La tercera tensión se encuentra en las políticas públicas actuales relacionadas con las TIC y la falta de pertinencia de estas en Colombia. Las políticas públicas no comprenden la cotidianidad de la escuela (Morales, 2023) y por tanto no responden a las necesidades que allí emergen. En las últimas dos décadas las políticas han estado centradas en proveer de recursos tecnológicos a las escuelas, adecuar los espacios físicos y en el acceso a internet (Parra, 2012), tarea que aún tiene metas por cumplir en muchos territorios. Lejos de hacer un reconocimiento de las particularidades de los contextos, de sus necesidades y emergencias. Ahora bien, esa falta de pertinencia es el resultado de





la participación pasiva de los maestros y los padres de familia en la construcción de dichas políticas y de la comprensión que han hecho los estados en cuanto a la incorporación de las TIC en el sector educativo.

En cuarto lugar, se presenta tensión entre el docente y el estudiante, debido a la relación que cada uno entabla con las redes sociales y con las TIC en general. Una relación que se da desde el uso desmedido de las redes sociales y/o la prohibición, ambas como producto de la falta de apropiación de las TIC. Es evidente que “la sociedad contemporánea es la que interpela la escuela” (Barbero, 2009, p. 23), demandando una actualización en sus prácticas de enseñanza, en los paradigmas que la constituyen en torno al aprendizaje y la enseñanza. Dicha interpelación busca que la escuela responda a las necesidades del contexto sociocultural, en el que se requieren el desarrollo de competencias tecnológicas para acceder a servicios, para relacionarse y para trabajar, esto dentro de la cotidianidad de la escuela y en cuanto a la formación de competencias por parte de los estudiantes.

## **Desafíos**

En primer lugar, es urgente entablar un diálogo intersectorial que contribuya con la formulación de estrategias encaminadas a la apropiación (Lévy, 2007) de las redes sociales, por parte de la familia y la escuela y que a su vez contribuya con la construcción de políticas públicas que aporten al bienestar de la ciudadanía, transformando las prácticas culturales que se han venido instalando, desde el consumo desmedido y sin objetivos claros por parte de la familia, la escuela y la sociedad en general.

La escuela, por su parte, enfrenta un desafío coyuntural que la redefine y la reestructura. Lo que supone actualizar sus prácticas pedagógicas en sintonía con las transformaciones y demandas sociales contemporáneas mediadas por los avances tecnológicos. Dicha actualización la obliga a ver el aprendizaje como un proceso colaborativo y autónomo que se da desde y para la comunidad. Un desafío que reta a la escuela a apropiarse de las herramientas tecnológicas, a enunciar su voz a nivel público y a reestructurar los currículos de acuerdo con las necesidades de los contextos.

En tercer lugar, comprender las lógicas de cada territorio de acuerdo con las capacidades tecnológicas a nivel de TIC, las necesidades de los contextos, enunciadas desde sus particularidades, potencialidades y las afectaciones existentes. Esto, con el fin de diseñar rutas que permitan construir estrategias pertinentes para cada contexto sociocultural y así lograr la apropiación de las herramientas tecnológicas y contribuir al crecimiento y fortalecimiento de las comunidades a nivel individual y colectivo.

## **Trabajos futuros**

Con base en el análisis de la literatura se generan líneas de investigación futura relacionada con: (i) investigaciones que permitan determinar marcos teóricos metodológicos que integren TIC y bienestar en contextos reales de básica secundaria en Colombia. (ii) Evidencia empírica con relación a la eficacia de marcos de mejora de bienestar y apropiación de TIC. (iii) estudios de caracterización territorial y contextual sobre las variaciones de las TIC y el bienestar. (iv) analizar las relaciones entre



políticas públicas y el impacto diferenciado en el bienestar según los territorios. (v) Modelos de integración de TIC y la relación docente comunidad educativa.

En el marco del Doctorado en Educación y Sociedad de la Universidad de La Salle, existe un interés en aportar conocimiento científico desde el Subsistema de Ciencia, Cibercultura y Tecnosociedad hacia la creación y consolidación de puentes entre la política pública y la realidad compleja del aula y los hogares colombianos, buscando que la tecnología se articule al bienestar de la sociedad y se consilide como un pilar fundamental para el desarrollo y futuro del país.

## Referencias

- Alfaro González, M., Vázquez Fernández, M. E., Fierro Urturi, A., Herrero Bregón, B., Muñoz Moreno, M. F., y Rodríguez Molinero, L. (2015). *Uso y riesgos de las tecnologías de la información y comunicación en adolescentes de 13-18 años*. Acta pediatri. esp, e126-e135.
- American Psychological Association [APA]. (2014). Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5).
- Arab, L. y Díaz, G. (2015). *Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos*. Revista Médica Clínica Las Condes, 26(1), 7–13. <https://doi-org.hemeroteca.lasalle.edu.co/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Ariza, J., Saldarriaga, J. P., Reinoso, K. Y., y Tafur, C. D. (2021). *Tecnologías de la información y la comunicación y desempeño académico en la educación media en Colombia*. Lecturas De Economía, (94), 47–86. <https://doi.org/10.17533/udea.le.n94a338690>
- Barbero, J. (2009). *Cuando la tecnológica deja de ser una ayuda didáctica para convertirse en mediación cultural*. Revista Electrónica Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información, 10(1), 19-31. [http://www.usal.es/~teoriaeducacion/rev\\_numero\\_10\\_01/n10\\_01\\_martin-barbero.pdf](http://www.usal.es/~teoriaeducacion/rev_numero_10_01/n10_01_martin-barbero.pdf) ISSN: 1138- 9737. DOI: <https://doi.org/10.14201/eks.15549>
- Bernal-Bravo, C., y Angulo-Rasco, F. (2013). *Interactions of young Andalusian people inside social networks*. [Interacciones de los jóvenes andaluces en las redes sociales]. Comunicar, 40, 25-30. <https://doi.org/10.3916/C40-2013-02-02>
- Benítez, L. (2019). Efectos sobre el rendimiento académico en estudiantes de secundaria según el uso de las TIC. [Doctoral Dissertation, UNED]. Dialnet. <http://bit.ly/3cWhrvU>
- Benítez, L. (2021). Riesgos del uso de las TIC y redes sociales en el ámbito familiar: análisis de la literatura. En M. A. Gento Palacios & C. R. Gago (Coords.), *Claves para la intervención educativa* (pp. 57–66). Dykinson.
- Cao H, Sun Y, Wan Y, Hao J, y Tao F. (2011). *Uso problemático de Internet en adolescentes chinos y su relación con los síntomas psicosomáticos y la satisfacción con la vida*. BMC Salud Pública. 14 de octubre de 2011; 11:802. doi: 10.1186/1471-2458-11-802. PMID: 21995654; PMCID: PMC3214169.



- Castrillón Díaz, L. E., & Álvarez Santoyo, J. H. (2015). *Impacto del programa Ciudadano Digital en la incorporación de TIC en el proceso de enseñanza por parte de algunos maestros de la institución educativa Centro de Comercio de Piedecuesta*. Santander. Zona Próxima, (23), 118-130.
- Castoriadis, C. (1975). *La institución imaginaria de la sociedad*, Tusquets. Editores, Buenos Aires, 2.
- Cerezo, F., Arnaiz, P., Giménez, A. M., y Maquilón, J. J. (2016). Conductas de ciberadicción y experiencias de cyberbullying entre adolescentes. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 32(3), 761-769. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.3.217461>.
- Cornejo Chinchipe, M. (2021). Funcionamiento familiar y uso de las redes sociales en adolescentes de una institución educativa de Surco, en tiempos de COVID-19.
- Chaparro, A., González, C. y Caso Niebla, J. (2016). Familia y rendimiento académico: configuración de perfiles estudiantiles en secundaria. *Revista electrónica de investigación educativa*, 18(1), 53-68.
- Dans, I., González-Sanmamed, M., y Muñoz, P. (2019). *Redes sociales, adolescencia y familia: desafíos y oportunidades*. Publicaciones, 49(2), 117-132. doi:10.30827/publicaciones.v49i2.8527
- Dans, I., Fuentes, E., González-Sanmamed, M., y Muñoz, P. (2021). *El reto de los profesores de secundaria ante las redes sociales*. *Educación*, [en línea], 2021, Vol. 57, n.º 1, pp. 207-22, <https://doi.org/10.5565/rev/educar.1151>
- Del Barrio-Fernández, A., y Ruiz, I. (2014). *Los adolescentes y el uso de las redes sociales* International Journal of Developmental and Educational Psychology, vol. 3, núm. 1, 2014, pp. 571-576.
- Del Rey, R., Casas, J. A., y Ortega, R. (2012). El programa ConRed, una práctica basada en la evidencia. *Comunicar*, 39(20), 129-138.
- Díaz-López, A.; Maquilón, J. y Mirete, A. (2020). *Uso desadaptativo de las TIC en adolescentes: Perfiles, supervisión y estrés tecnológico*. *Comunicar: Revista Científica Iberoamericana de Comunicación y Educación*, 64, 29-38.
- Escorcía, L., y Jaimes, C. (2015). *Tendencias de uso de las TIC en el contexto escolar a partir de las experiencias de los docentes*. *Educación y educadores*, 18(1), 137-152.
- Estévez, E., Flores, E., Estévez, J. F., y Huéscar, E. (2019). *Programas de intervención en acoso escolar y ciberacoso en educación secundaria con eficacia evaluada: una revisión sistemática*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 51(3), 210-225.
- Estudio Anual de Redes Sociales (2017). *IAB Spain*.
- Ferreira, C., Ferreira, H., Vieira, M., Costeira, M., Branco, L., Días Â, y Macedo L. (2017). Epidemiología del uso de Internet en la población adolescente y su relación con los hábitos de sueño. 30(7-8):524-533. Portugués. doi: 10.20344/amp.8205. Epub 31 de agosto de 2017. PMID: 28926325.
- Garaigordobil, M., y Martínez-Valderrey, V. (2014). Efecto del Ciberprograma 2.0 sobre la reducción de la victimización y la mejora de la competencia social en la adolescencia//Efecto del



- Ciberprograma 2.0 sobre la reducción de la victimización y la mejora de la competencia social en la adolescencia. *Revista de Psicodidáctica*, 19 (2).
- Garitaonandia, C., Karrera-Xuarros, I., Jiménez-Iglesias, E. y Larrañaga, N. (2020). Menores conectados y riesgos online: *contenidos inadecuados, uso inapropiado de la información y uso excesivo de internet*. *Profesional de la información*, v. 29, n. 4, e290436. <https://doi.org/10.3145/epi.2020.jul.36>
- Gómez Vargas, M., Galeano Higueta, C. y Jaramillo Muñoz, D. (julio-diciembre, 2015). El estado del arte: una metodología de investigación. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(2), 423-442
- Gutiérrez-Martín, A., Pinedo-González, R., y Gil-Puente, C. (2022). ICT and Media competencies of teachers. Convergence towards an integrated MIL-ICT model. [Competencias TIC y mediáticas del profesorado. Convergencia hacia un modelo integrado AMI-TIC]. *Comunicar*, 70, 21-33. <https://doi.org/10.3916/C70-2022-02>
- Hernández Sampieri, R., Fernández y Baptista (2015). *Metodología de la Investigación (6ta edición)*. México: Editorial McGraw Hill
- Hiniker, A., Schoenebeck, SY y Kientz, JA (febrero de 2016). No en la mesa: las perspectivas de padres e hijos sobre las reglas tecnológicas familiares. En *Actas de la 10a conferencia de la ACM sobre trabajo cooperativo e informática social asistido por computadora* (págs. 1376- 1389).
- Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I., y Úsuga Echeverri, S. J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de envigado: Risk of addiction to social networks and the internet and its relationship with life and socio-emotional skills in a sample of high school students from the municipality of envigado. *Psicogente*, 24(46). <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Lévy, P. (2007). *Cibercultura: la cultura de la sociedad digital*. México: Universidad Autónoma Metropolitana.
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. y Ólafsson, K. (2011). Riesgos y seguridad en Internet: la perspectiva de los niños europeos: conclusiones completas e implicaciones políticas de la encuesta EU Kids Online realizada a niños de 9 a 16 años y sus padres en 25 países.
- López Berlanga, M.C. y Sánchez Romero, C. (2019). La interacción y convivencia digital de los estudiantes en las redes sociales. *Revista de Educación Inclusiva*, 12(2), 114-130.
- Maidana, P y Coppari, N, (2020). Habilidades Sociales y Uso de las TIC en Adolescentes de Colegios de Luque. CDID Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica, Universidad Católica “Nuestra Señora de la Asunción”, Paraguay. *Eureka: Asunción (Paraguay)* 17(2):253–274, 2020ISSN 2218-0559 (CD R), E-ISSN2220-9026
- Malo-Cerrato, S., Martín-Perpiñá, M., & Viñas-Poch, F. (2018). Excessive use of social networks: Psychosocial profile of Spanish adolescents. [Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles]. *Comunicar*, 56, 101-110. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>



- Marín, C., Cudris-Torres, L., Tarkakowsky, V., Araneda, M. E., Niño-Vega, J. A., Benítez-Agudelo, J. C., Morales-Cuadro, A. R., Barrios-Núñez, Á., Gaviria Arrieta, N., Mejía Gutiérrez, J., Bustos Arcón, V., Bahamón, M. J., Ibáñez-Reyes, S., Zubillaga Páez, M., & Bermúdez, V. (2025). *Resilience, well-being, and family satisfaction: A protective shield for the mental health of Colombian and Chilean university students*. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/393449834\\_Resilience\\_well-being\\_and\\_family\\_satisfaction\\_A\\_protective\\_shield\\_for\\_the\\_mental\\_health\\_of\\_Colombian\\_and\\_Chilean\\_university\\_students](https://www.researchgate.net/publication/393449834_Resilience_well-being_and_family_satisfaction_A_protective_shield_for_the_mental_health_of_Colombian_and_Chilean_university_students)
- Martínez Heredia, N., y González García, E. (2017). *Potential risks of social media use in adolescents*. Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación, (13), 006-010. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2120>
- Martínez, A. (2019) Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes: Internet y Teléfono Móvil. Universidad de Jaén. [https://crea.ujaen.es/bitstream/10953.1/10585/1/Martnez\\_Garca\\_Ana\\_Paz\\_TFG\\_Psicologia.pdf](https://crea.ujaen.es/bitstream/10953.1/10585/1/Martnez_Garca_Ana_Paz_TFG_Psicologia.pdf)
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2023, 11 de octubre). *Encuesta de Minsalud revela que el 66,3% de los colombianos declara haber enfrentado algún problema de salud mental*. Gobierno de Colombia. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/66-porciento-de-colombianos-declara-haber-enfrentado-algun-problema-de-salud-mental.aspx>
- Molina, N. (2005) ¿Qué es el estado del arte? Ciencia y tecnología para la salud visual y ocular. 3(5), 73-75.
- Moral, M. de la V., & Fernández, S. (2019). *Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad*. Avances en Psicología Latinoamericana, 37(1), 103-119. DOI: [dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.5029](https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.5029)
- Morales, S. (2014). *La apropiación de medios y TIC. Una propuesta teórico-metodológica*. En Mayora Ronsini, V., Cogo, D. y Repoll, J. (coord.). Estudios de Recepção Latino Americanos: métodos e práticas. Institut de la Comunicació, Universitat Autònoma de Barcelona.
- Morales, S. (2023, 14–19 de agosto). *De los sentidos de las configuraciones sociales del ciberespacio y posibles articulaciones con los lenguajes híbridos* [Ponencia]. V seminario internacional: Sociedades evanescentes entre oralidades y literacidades hospitalarias, Universidad de La Salle, Bogotá, Colombia.
- Moreira de Freitas, R., Carvalho, T., Lopes de Melo, J., Silva, J., Melo, K., & Fontes, S. (2021). *Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental*. Enfermería Global, 20(64), 324-364. DOI: [dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631](https://doi.org/10.6018/eglobal.462631)
- Mula Falcón, J., y Cruz González, C. (2023). *Effectiveness of cyberbullying prevention programmes on perpetration levels: a meta-analysis*. Revista Fuentes. 25(1), 12-25. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2023.21525>



- OMS (2022) *Informe mundial sobre salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general* [World mental health report: transforming mental health for all. Executive summary]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2022. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
- Ortega-Barón, J., Buelga-Vasquez, S., & Cava-Caballero, M. (2016). *The influence of school climate and family climate among adolescents victims of cyberbullying*. [Influencia del clima escolar y familiar en adolescentes, víctimas de ciberacoso]. *Comunicar*, 46, 57-65. <https://doi.org/10.3916/C46-2016-06>
- Otero, A., Rivera, W., Pedraza, C. y Canay, J. (2019). *TIC para la educación: sistema adaptativo basado en mecanismos de aprendizaje automático para la apropiación de tecnologías en estudiantes de educación media*. TELOS. Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales Universidad Privada Dr. Rafael Belloso Chacín ISSN1317-0570~Depósito legal ppi199702ZU31ISSN (e) 2343-5763~Vol.21(3):526-543.2019
- Pacheco, B., Lozano Gutiérrez, J. L., y González Ríos, N. (2018). *Diagnóstico de utilización de Redes sociales: factor de riesgo para el adolescente*. RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo, 8(16), 53 - 72. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.334>
- Parra, C. (2012). *Las TIC y la educación en Colombia durante la década del noventa: alianzas y reacomodaciones entre el campo de las políticas educativas, el campo académico y el campo empresarial*. *Revista Educación y Pedagogía*. 24(62), 173-189. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulocodigo=4161109>
- PEW Research Center. (2021). *Teens and social media: Key findings from the 2021 survey*.
- Prats Fernández, M. A., Torres-Rodríguez, A., Oberst, U., y Carbonell, X. (2018). *Diseño y aplicación de talleres educativos para el uso saludable de internet y redes sociales en la adolescencia: descripción de un estudio piloto*. *Píxel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 2018, Núm. 52.
- Rentería Vera, J. (2020). Variables para el diseño y actualización curricular para la solución de problemas locales-globales mediados por procesos de innovación educativa para básica secundaria. Tesis de posgrado. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. En Memoria Académica. Disponible en: <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1816/te.1816.pdf>
- Rodríguez Puentes, A. P., y Fernández Parra, A. (2014). *Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos*. *Acta Colombiana de Psicología*, 17(1), 131-140. <https://doi.org/10.14718/ACP.2014.17.1.13>
- Rojas, M. (2018). *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*. Madrid: España.
- Said-Hung, E., Valencia-Cobos, J., y González, E. (2017). *La promoción de experiencias de innovación educativa en TIC en los centros escolares: Caso región Caribe colombiana*. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 43(1), 457-473.
- Saorín, T., y Gómez-Hernández, J. A. (2014). Alfabetizar en tecnologías sociales para la vida diaria y el empoderamiento. *Anuario ThinkEPI*, 8, 342-348.





- Secretaría de Educación del Distrito. (2023). *Sistema de Alertas*. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.
- Secretaría Distrital de Salud & Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). (2023). *Estudio Distrital de Salud Mental 2023*. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.
- Serna, A., Hernández, M., Sandoval, Y., y Manrique, J. (2018). *Prácticas de consumo cultural mediático en jóvenes estudiantes colombianos: Un estudio piloto*. *Dixit*, (28), 22-39. <https://doi.org/10.22235/d.v0i28.1579>
- Solis Baltazara, J., y Quispe Mamani, A. (2022). *Apoyo social percibido y riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución pública de Haquira*. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 14(2), 34 - 48. <https://doi.org/10.17162/rccs.v14i2.1654>
- Tomczyk, Ł., Szotkowski, R., Stošić, L., Maksimović, J., y Počuča, M. (2022). *Uso problemático de las redes sociales entre los adolescentes de la República Checa frente a las conductas de riesgo fuera de línea y el control parental*. En: Limone, P., Di Fuccio, R., Toto, G.A. (eds) *Psicología, Aprendizaje, Tecnología*. PLT 2022. Comunicaciones en Ciencias de la Computación e Información, vol 1606. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-15845-2\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-031-15845-2_4)
- Tomczyk, Ł., & Wąsiński, A. (2017). *Los padres en el proceso de impacto educativo en el ámbito del uso de los nuevos medios por parte de los niños y adolescentes en el entorno familiar*. *Educación y Ciencia/Egitim ve Bilim*, 42(190).
- Vanegas, L., y Sanvicén, P. (2022). *Tendencias de investigación sobre las TIC en el sector educativo colombiano: un estado del arte (2000-2021)*. *Academia y Virtualidad* 15(2), 143-164. <https://doi.org/10.18359/ravi.5931>
- Velez Carvajal, J. D., & Ruiz Gonzalez, E. P. (2025). Percepción sobre salud mental de los habitantes del Municipio de Sahagún, Córdoba, Colombia. *European Public and Social Innovation Review*, 10, 1. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-2255>, <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-2255>
- Varona-Fernández, M., y Hermosa-Peña R. (2020). *Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes*. *RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA)*. 2020 Mayo; 8 (1): 18-30.
- Williford, A., Boulton, A., Noland, B., Little, TD, Kāmā, A. y Salmivalli, C. (2012). Efectos del programa antibullying KiVa sobre la depresión, la ansiedad y la percepción de los compañeros de los adolescentes. *Revista de psicología infantil anormal*, 40, 289-300.
- Ximenes, M., y Souza, K. (2019). *Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura*. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, 3, 204–2017. <https://doi.org/10.37444/issn-2594-5343.v3i3.156>
- Yu, L. y Shek, D. (2021) *Atributor positivos del desarrollo juvenil y la paternidad como factores protectores contra la adicción a las redes sociales de los adolescentes en Hong y Kong*. *Fronteras en psicología*. 9(649232), 1- 13. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.649232>.

