

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL Y DEPORTES



# LAS REDES SOCIALES Y SU INFLUENCIA EN EL COMPORTAMIENTO DE LOS ADOLESCENTES.

DRA. MARGARITA MARTÍN MARTÍN

FACULTAD DE EDUCACIÓN- UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE  
MADRID

# ÍNDICE



I. Cambios psicosociales derivados del uso de las redes sociales



2. Aspectos positivos de la utilización de las redes sociales



3. Cambios neuropsicológicos y cognitivos



4. El papel de la educación para la prevención

# I. CAMBIOS PSICOSOCIALES DERIVADOS DE LAS REDES SOCIALES

---



Figura 1. Evolución de las redes sociales. Fuente: marketing4ecommerce.net

# I.I. EVOLUCIÓN TECNOLÓGICA

Sociedad actual

- Digitalizada, plural y diversa
- Agenda 2030: ODS 4
- Huérfanos digitales

Evolución

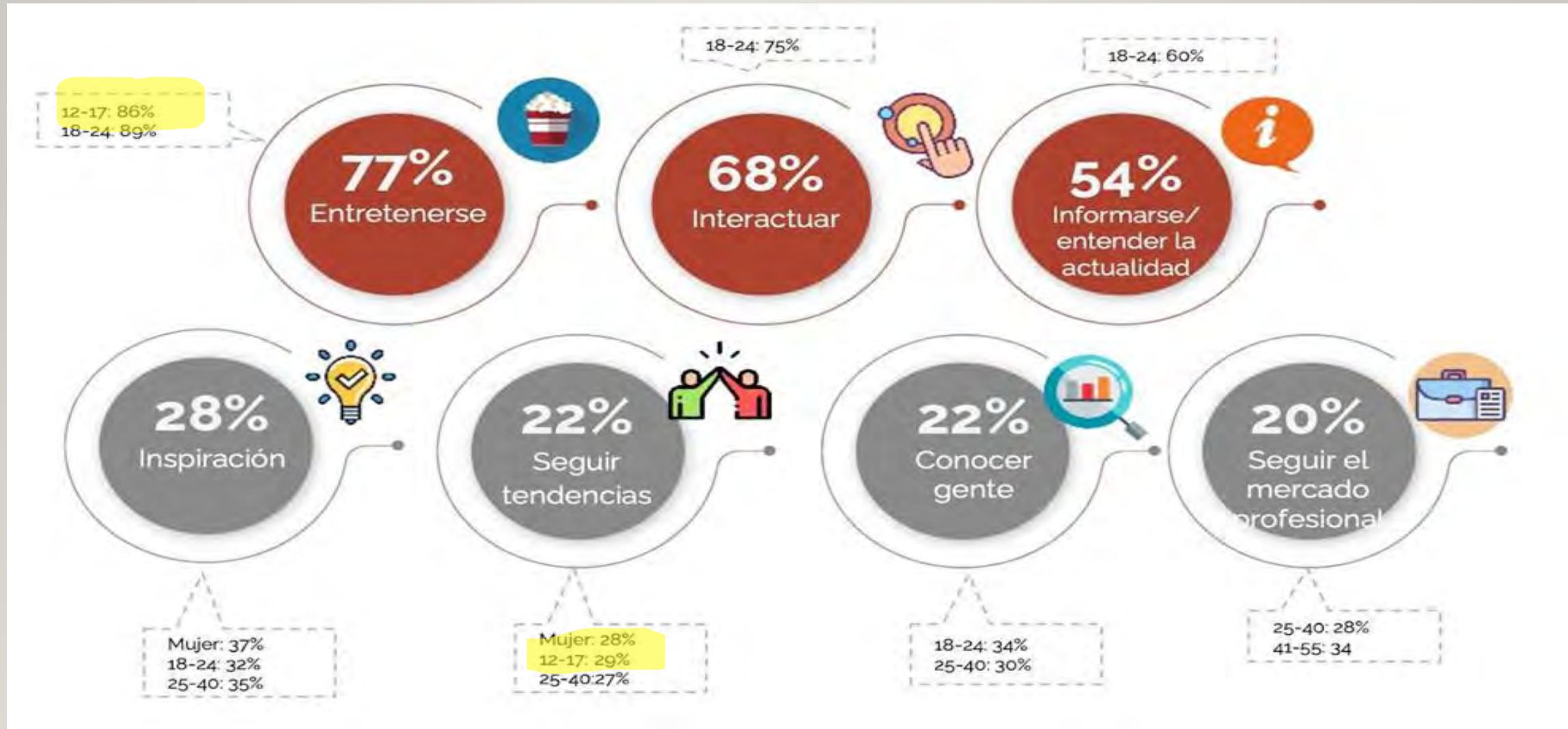
- TIC (Información y comunicación)
- TAC (Aprendizaje y conocimiento)
- TRIC (Relación, Información y Comunicación)

## OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE



Producido en colaboración con TROLLBACK + COMPANY | TheGlobalGoalsChallenge.com | +1.212.320.1010  
Para obtener más información sobre la infografía, por favor comuníquese con: djs@anapagofutura.org

## I.2. USOS Y PARTICIPACIÓN EN LAS REDES SOCIALES



Fuente: IAB (2024)

## I.3. CAMBIOS EN LOS Y LAS ADOLESCENTES

---

### **Estudio propio: metodología mixta**

- Estudio cuantitativo: encuesta a 1.388 adolescentes (14-16 años)
- Estudio cualitativo:
  - ✓ Focus groups con padres y docentes
  - ✓ Panel Delphi a expertos

# Objetivos

---

- Analizar la influencia del uso de las rrss en el desarrollo socioemocional de los adolescentes
- OE1: conocer si los adolescentes perciben mejoras en la calidad de sus relaciones gracias al uso de las redes.
- OE2: saber si los acontecimientos surgidos en las redes sociales tienen consecuencias reales en su vida diaria.
- OE3: averiguar si conocen los ciber-riesgos a los que se exponen los adolescentes.

OE1: conocer si los adolescentes perciben mejoras en la calidad de sus relaciones gracias al uso de las redes.

- Preferencia por el **cara a cara** frente a lo virtual (67,7% no elegiría rrss para un tema delicado)
- Importa la **confianza, la comprensión y la sinceridad** (el 37,2% siempre elige a sus amigos para chatear)

OE2: saber si los acontecimientos surgidos en las redes sociales tienen consecuencias reales en su vida diaria.

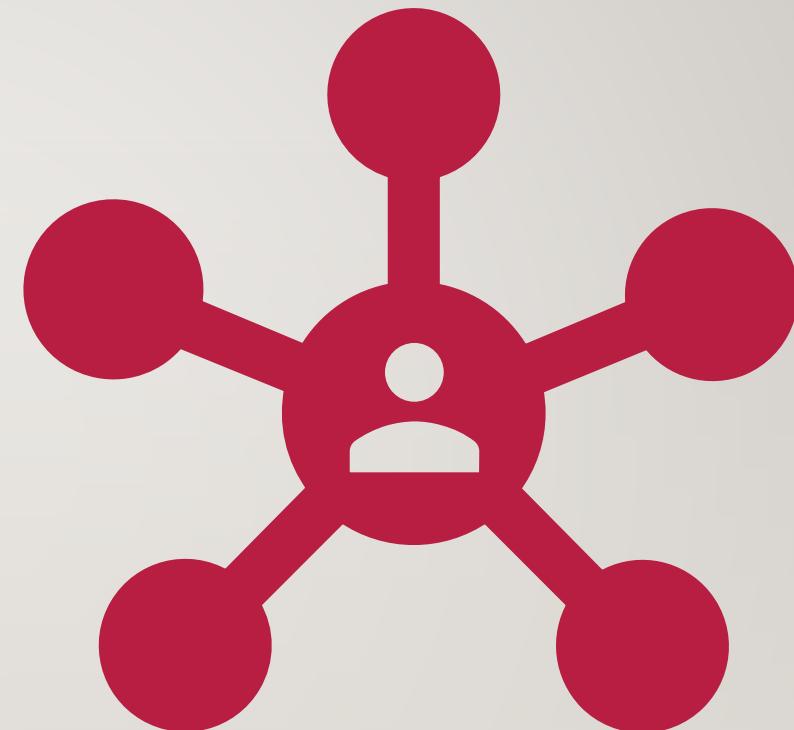
- Buena **gestión** de las emociones : enfado (52,2% nunca), empatía (55,6% con bastante o mucha frecuencia)
- No suelen **sobreexponer** sus sentimientos en ellas (53,7% poco o nada)
- Distinguen **vida** online-real (al 32,6% nunca le afecta)

## OE3: averiguar su conciencia sobre los ciber-riesgos a los que se exponen.

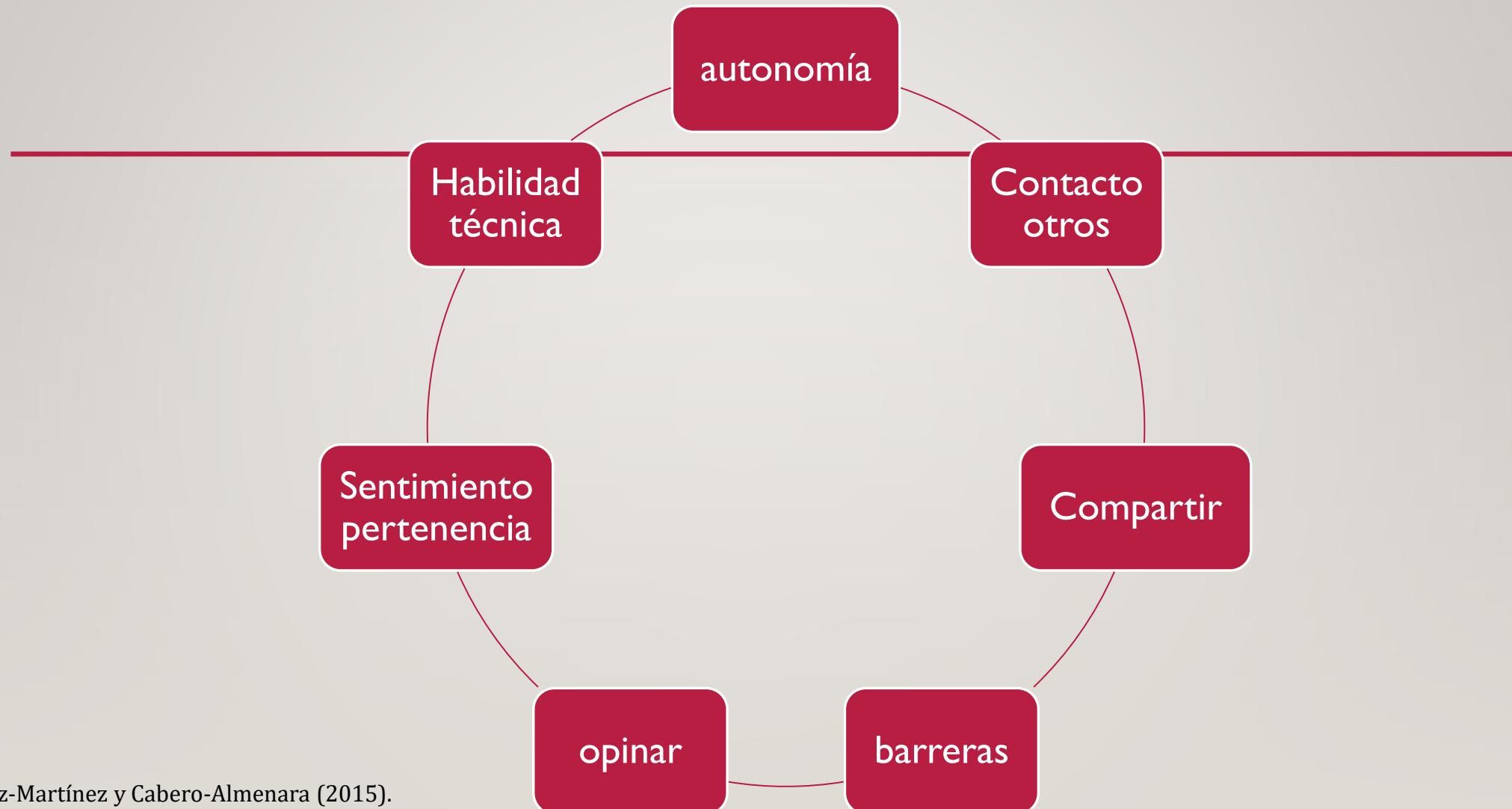
- Conocen los **riesgos** asociados a las rrss (el 73% configura la privacidad y el 44,8% nunca acepta invitaciones de desconocidos)
- **Bajo control** de los padres en el uso de las rrss de sus hijos (78,3% poco o nada)

## 2. VENTAJAS Y POTENCIALIDADES DE LA UTILIZACIÓN DE LAS REDES SOCIALES POR LOS Y LAS ADOLESCENTES

---



## 2.I. MOTIVOS PARA UNIRSE A LAS REDES SOCIALES



Fuente: Vázquez-Martínez y Cabero-Almenara (2015).

## 2.2. VENTAJAS Y POTENCIALIDADES A NIVEL PSICOSOCIAL DE UNIRSE A LAS REDES SOCIALES

---

Habilidades sociales

Autoestima/  
autoconcepto

Empatía

Desarrollo moral

Inteligencia emocional

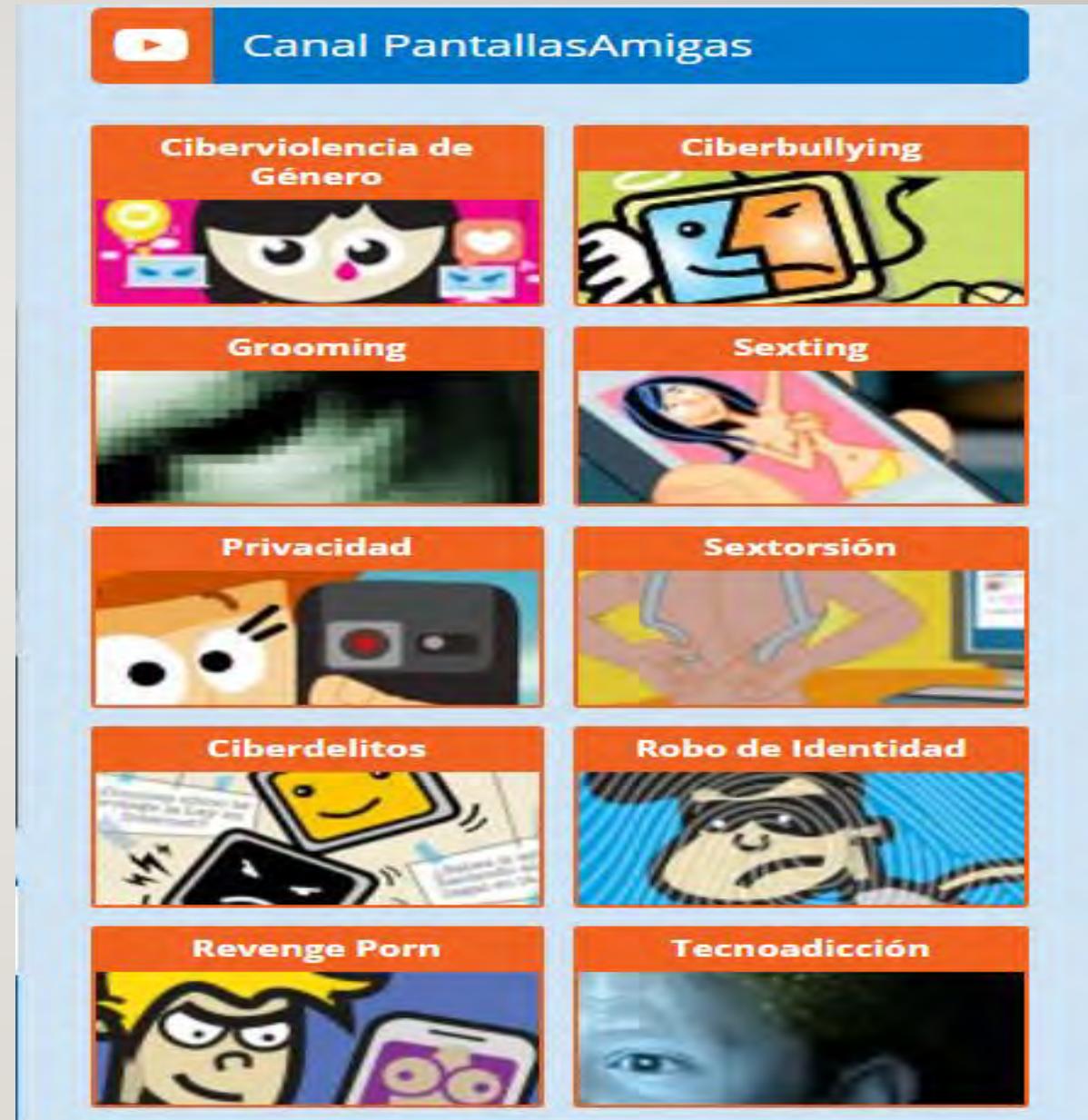
Responsabilidad

Autogestión

## 2.3. ALGUNOS DE LOS PRINCIPALES RIESGOS DE LAS REDES SOCIALES PARA LOS ADOLESCENTES

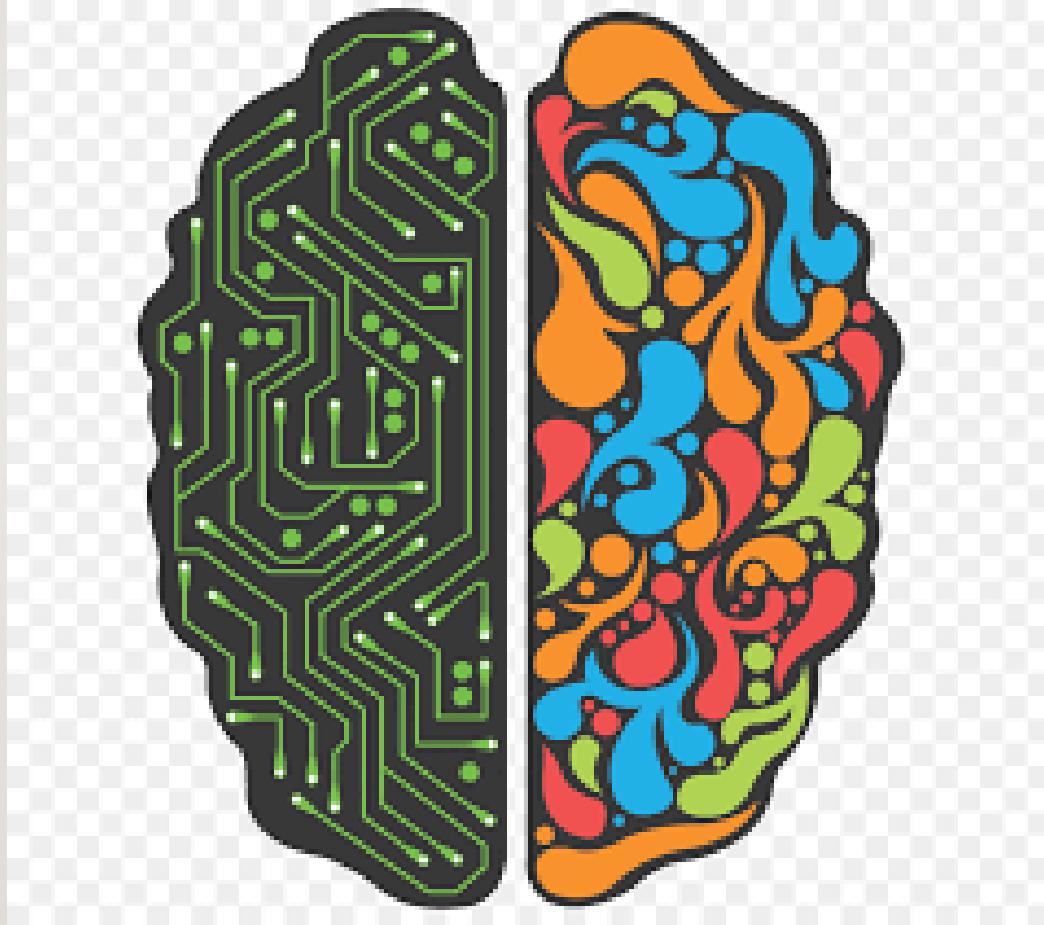
---

“No seas estrella”(UNICEF)  
[https://www.youtube.com/watch?v=iaxbtkl\\_alm](https://www.youtube.com/watch?v=iaxbtkl_alm)



### 3. CAMBIOS NEUROPSICOLÓGICOS Y COGNITIVOS ASOCIADOS AL USO DE LOS DISPOSITIVOS DIGITALES

---



*figura 1.* cerebro imagen ia. fuente: freepngs.com

# RESPUESTAS DE LOS EXPERTOS (PANEL DELPHI)

---

**Socialización en el futuro:** complementariedad de ámbitos (rrss-cara a cara).

**Modificaciones cerebrales:** Estudios sobre capacidad atencional, procesamiento de la información, lectoescritura y cambios en el córtex prefrontal.

**Efectos negativos de las rrss:** estrés, pérdidas en habilidades sociales, atención, rendimiento.

# ALGUNOS DE LOS ESTUDIOS.....

Multitasking

Psicomotricidad

Lectoescritura

Funciones ejecutivas

Salud Mental

## 4. EL PAPEL DE LA EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN

---



## 4.I. FAMILIAS

### RESULTADOS FOCUS GROUPS

---

- Omisiones en la autoridad.
- Desactualización y desconocimiento.
- Preocupación por el nuevo ocio de los menores.
- Reconocimiento de la necesidad de educar en rrss.
- Preocupación por deficiencias de sus hijos en lenguaje, atención y comprensión lectora.

# ALGUNAS EVIDENCIAS....

---

**Tabla 1**

Conocimiento de las redes sociales e Internet

Categoría	Frecuencia	%
No me interesan	7	21,8
Las utilizo frecuentemente	16	50
Aprendo con mis hijos	9	28,1

# ALGUNAS EVIDENCIAS....

---

**Tabla 2**

Control de la actividad en Internet

Categoría	Frecuencia	%
Control alto de los dispositivos	7	21,8
Control de pc, no Smartphone	16	40
Sin control	9	38,2

# RECOMENDACIONES PARA EL HOGAR

---

- Configurar la privacidad
- Establecer normas de uso de las redes sociales
- Controlar la exposición de datos personales
- Herramientas de control parental
- Ubicación de los dispositivos y sin webcam
- Conocer a los contactos
- Fomentar alternativas de ocio y comunicación
- Mostrar interés hacia las rrss
- Formarse o actualizarse en rrss

## 4.2. SISTEMA EDUCATIVO

### RESULTADOS FOCUS GROUPS

---

Uso creciente de las TIC en los centros educativos.

Sobreesfuerzo para el profesorado.

Necesidad de regulación normativa.

Conflictos y riesgos entre el alumnado.

Posibles perjuicios en el proceso enseñanza-aprendizaje

Necesidad de involucrar a las familias.

# PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN: TRABAJO EN RED

---



## 4.3. FACTORES DE PROTECCIÓN

---

Red de  
apoyos

Ocio

Comunicación  
adultos

Habilidades  
sociales

Formación e  
información

# REFERENCIAS

- Asensio-Muñoz, I., Martín-Martín, M., & Bueno-Álvarez, J.A. (2021). Hacia una orientación basada en evidencias: aplicación a un estudio sobre adolescentes y redes. *REOP - Revista Española De Orientación Y Psicopedagogía*, 32(3), 23–40. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.32.num.3.2021.32554>
- Bueno-Álvarez, J.A. y Martín-Martín, M. (2023). Competencia digital de las familias en redes sociales: como perciben el uso de sus hijos. Actas del XI Congreso Internacional de Psicología y Educación.
- IAB (2024). *Estudio anual de redes sociales 2022*. IAB Spain
- Martín-Martín, M. (2015). Cambios psicosociales en los adolescentes. Incidencia del uso de las redes sociales (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/37737/1/T37232.pdf>
- Martín-Martín, M. (2018) Internet y las redes sociales. Aspectos éticos. *Funderética: Cuadernos de ética en clave cotidiana*, 10
- Martín-Martín, M., Asensio-Muñoz, I. y Bueno-Álvarez, J.A. (2021). Uso de las redes sociales en estudiantes de secundaria: análisis de perfiles para la intervención educativa. *Revista Complutense de Educación*, 32(3), 303-314. <http://dx.doi.org/10.5209/rced.57189>
- Martín-Martín, M., Asensio Muñoz, I., & Bueno Álvarez, J. (2021). Uso de las redes sociales en estudiantes de secundaria: análisis de perfiles para la intervención educativa. *Revista Complutense de Educación*, 32(3), 303-314. <https://doi.org/10.5209/rced.57189>
- Serrate-González, S., Sánchez-Rojo, A., Andrade-Silva, L., & Muñoz-Rodríguez, J. (2023). Identidad onlife: La cuestión del género y la edad en el comportamiento adolescente ante las redes. *Comunicar*, 75, 9-20. <https://doi.org/10.3916/C75-2023-01>
- Vázquez Martínez, A.I. y Cabero Almenara, J. (2015). Las redes sociales aplicadas a la formación. *Revista Complutense de Educación*, 26 (Núm. Especial), 253-272. [https://doi.org/10.5209/rev\\_RCED.2015.v26.47078](https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.47078)

---

# MUCHAS GRACIAS

Contacto: [margam05@ucm.es](mailto:margam05@ucm.es)