

**Usos de redes sociales y autoimagen en adolescentes de Instituciones Educativas en  
Antioquia, Colombia<sup>1</sup>**

**Uses of social networks and self-image in adolescents from Educational Institutions in  
Antioquia, Colombia**

Autores:

Sergio Andrés Acosta Tobón<sup>2</sup>, <https://orcid.org/0000-0002-7042-7435>

Ana Yulieth Ramírez Arroyave<sup>3</sup>, <https://orcid.org/0000-0003-4069-8194>

Yadira Andrea Saldarriaga Álvarez<sup>4</sup>, <https://orcid.org/0000-0003-3355-1768>

Juliana Uribe Ortiz<sup>5</sup>, <https://orcid.org/0000-0003-1837-6850>

Nathalia Ruiz Mejía<sup>6</sup>, <https://orcid.org/0000-0001-7540-5043>

Recibido: 01/06/2021

Aprobado: 02/05/2022

Preprint: 31/05/2022

DOI: <https://doi.org/10.53995/rsp.v13i13.1123>

<sup>1</sup> Artículo de investigación.

<sup>2</sup> Doctor en Psicología, Universidad de San Buenaventura; Magíster en Psicología, Universidad de San Buenaventura; Especialista en Psicología Jurídica, Universidad de San Buenaventura; Psicólogo, Universidad de San Buenaventura; miembro de los Grupos de Investigación en Estudios Clínicos y Sociales y de Psicología y Neurociencia, Universidad de San Buenaventura; Director del Programa de Atención Humanizada, Instituto Psicoeducativo de Colombia (IPSICOL). [sergioacostatobon@gmail.com](mailto:sergioacostatobon@gmail.com)

<sup>3</sup> Psicóloga, Tecnológico de Antioquia – Institución Universitaria; miembro del Grupo de Investigación Observatos, línea de desarrollo humano y social. Psicóloga de selección en Serdan. [ana.ramirez54@correo.tdea.edu.co](mailto:ana.ramirez54@correo.tdea.edu.co)

<sup>4</sup> Psicóloga, Tecnológico de Antioquia – Institución Universitaria; miembro del Grupo de Investigación Observatos, línea de desarrollo humano y social. Psicóloga organizacional en Construcciones Zea Zapata. [yadira.saldarriaga@correo.tdea.edu.co](mailto:yadira.saldarriaga@correo.tdea.edu.co)

<sup>5</sup> Psicóloga, Tecnológico de Antioquia – Institución Universitaria; miembro del Grupo de Investigación Observatos, línea de desarrollo humano y social. [juliana.uribe@correo.tdea.edu.co](mailto:juliana.uribe@correo.tdea.edu.co)

<sup>6</sup> Psicóloga, Tecnológico de Antioquia – Institución Universitaria; miembro del Grupo de Investigación Observatos, línea de desarrollo humano y social. Psicóloga en Buen Comienzo Valdivia, Antioquia. [nathaliaruizmejia@correo.tdea.edu.co](mailto:nathaliaruizmejia@correo.tdea.edu.co)

Este es un artículo en acceso abierto, distribuido según los términos de la licencia Creative Commons BY-NC-SA 4.0 Internacional.



**Resumen:**

El artículo de investigación se centra en identificar la incidencia del uso de redes sociales en el desarrollo de la autoimagen en adolescentes escolarizados en diferentes Instituciones Educativas de Antioquia, Colombia. Mediante un diseño de investigación cuantitativa de tipo descriptivo, con una muestra de ciento diecisiete (117) participantes, se implementaron tres (3) instrumentos: autoinforme *ad hoc*, cuestionario de adicción a las redes sociales y cuestionario de autoimagen. Como resultado relevante se puede indicar que no se puede generalizar la asociación del uso de las redes sociales y el desarrollo de la autoimagen negativa en adolescentes; la autoimagen no es alterada debido al uso de las plataformas virtuales y en los adolescentes se evidencia la aceptación de ellos mismos. Las condiciones individuales, sociales y familiares determinan estrategias cognitivas protectoras y condicionan el uso funcional de las redes sociales.

**Palabras clave:** autoimagen, redes sociales, adolescentes.

**Abstract:**

The research article focuses on identifying the incidence of the use of social networks in the development of self-image in adolescents enrolled in different Educational Institutions of Antioquia, Colombia. Through a descriptive quantitative research design, with a sample of one hundred seventeen (117) participants, three (3) instruments were implemented: ad hoc self-report, social media addiction questionnaire, and self-image questionnaire. As a relevant result, it can be indicated that the association use of social networks and the development of negative self-image in adolescents cannot be generalized; the self-image is not altered due to the use of virtual platforms and in the adolescents the acceptance of themselves is evident. Individual, social and



family conditions determine protective cognitive strategies and condition the functional use of social networks.

**Keywords:** self-image, networks social, adolescents.

El presente artículo de investigación se centra en la influencia del uso de las redes sociales (RS) sobre la autoimagen en adolescentes; es decir, cómo influye el uso de plataformas virtuales tales como *Facebook*, *Instagram* y *WhatsApp* en la construcción del concepto de sí mismo y de su apariencia (Gama et al., 2021).

La adolescencia constituye una etapa en el desarrollo evolutivo en la que se cimientan las bases del concepto sobre la figura y la apariencia (Gaete, 2015). La idea de sí mismo está influenciada tanto por factores internos y externos (Escourido et al., 2019), desencadena en construcciones mentales que determinan la respuesta comportamental (Mesa, 2005) e involucra ideas positivas o negativas de sí mismo, tales como: autoestima (actitud intrínseca para relacionarse consigo mismo, percibiéndose de manera positiva o negativa frente al mundo); autoconcepto (conjunto de percepciones, imaginarios, valoraciones de sí mismo); autoeficacia (creencia de la propia capacidad de organizar y ejecutar acciones y gestionar situaciones posibles) (Jara, et al., 2018); autoimagen (aceptación positiva o negativa basada en la apariencia personal y el cuidado de sí mismo - amarse, quererse) (Vernieri, 2006, como se citó en Cifuentes, 2016).

Por lo tanto, el individuo adquiere la capacidad de confrontarse con la opinión externa (familiares, pares, etc.) reconociendo habilidades, capacidades y limitaciones. En la adolescencia, el desarrollo de una autoimagen positiva favorece una referenciación de sí mismo (sentimientos y pensamientos) que fomentan la diferenciación, la identificación de cualidades internas - externas



y el logro del equilibrio con el entorno que le rodea frente a las experiencias de vida, desafíos y adversidades (Roncancio y Mattos, 2019).

El desarrollo de la autoimagen negativa debido al uso de las RS puede constituirse en un factor de riesgo a la salud mental, ya que puede conllevar a trastornos de la conducta alimentaria (Sabater y Montes, 2018); adicción a las RS (Araujo, 2016); desarrollo de la identidad (Mendoza et al., 2015); aislamiento social (Chimbana, 2020); problemas de autoestima y de autocontrol (Challco et al., 2016).

La pertinencia de indagar sobre las situaciones en las que el uso de las RS puede influir en la salud mental, especialmente en la autoimagen, posibilita el reconocimiento de acciones preventivas. En la actualidad, en las RS existen lugares con alta popularidad, donde cualquier persona puede interactuar, compartir y recibir cualquier tipo de información (Stringham et al., 2021). De este modo, en la interacción en las plataformas virtuales el adolescente puede exponerse a establecer vínculos (Hütt, 2012) que influyen en el desarrollo psicoemocional y la percepción que el individuo tiene de sí mismo.

El uso de las RS, en este sentido, no puede generalizarse, ya que es necesario establecer tres (3) tipos: redes profesionales (uso de pymes y empresas a mayor escala); redes generalistas (uso empresarial a menor escala) y especializadas (actividad social o económica que satisfacen una necesidad de interacción) (Martín et al., 2021).

El Ministerio de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (MinTic) indica que existe un alto índice de colombianos registrados en las RS especializadas (*Facebook*, *Instagram* y *Twitter*); su uso ubica a Colombia en el puesto catorce (14) a nivel mundial, siendo Bogotá la novena ciudad la en el mundo con 6.5 millones de usuarios y con 15 millones de suscriptores aproximadamente en *Facebook* (MinTic, 2020).



La adolescencia corresponde a una etapa del desarrollo evolutivo de transición y de cambios condicionados a procesos biológicos y hormonales (Lillo, 2004); por lo tanto, implica readaptaciones individuales, personales, familiares y sociales en las que se establecen las bases del desarrollo psicológico y la personalidad (Rodríguez, 2017).

Según Borrás (2014), los efectos negativos del uso de las RS están relacionados con déficit atencional, hiperactividad, insomnio (Gutiérrez y Gutiérrez, 2021), bajo rendimiento académico (De los Reyes et al., 2021), abandono escolar (Parra y Onieva, 2021), problemas psicosociales (Martin et al., 2021). Asimismo, factores de riesgo tales como: *grooming*, victimización sexual en línea (Montie et al., 2011); ciberviolencia (Álvarez et al., 2017); o *sexting*, compartir imágenes sexuales (Arab y Diaz, 2015). Como indican los antecedentes investigativos, el uso de las RS se encuentra altamente relacionado con aspectos negativos en la salud mental (Guevara et al., 2021). Sin embargo, el mundo de hoy exige que desde edades muy tempranas se ingrese a las plataformas virtuales y, sumado a las decisiones políticas y de salud pública que conllevaron al confinamiento de la población durante el 2020 por el Coronavirus SARS-COV-2, aumentó la utilización de sistemas de educación virtual que incrementaron el uso de las RS (Muñoz, s.f.).

Las RS forman parte de la vida cotidiana y es necesario conocer cómo los adolescentes utilizan este tipo de plataformas digitales y cómo influyen en el desarrollo psicoemocional y evolutivo, especialmente en la autoimagen. De ahí que, el objetivo central de la investigación fue identificar la influencia del uso de las RS en el desarrollo de la autoimagen en adolescentes escolarizados en Instituciones Educativas de Antioquia, Colombia.



## Metodología

El enfoque cuantitativo de la investigación permitió recoger los datos necesarios para probar la influencia de las RS en la autoimagen en adolescentes (Hernández et al., 2014). El diseño es de tipo descriptivo, ya que se adoptó una estrategia sistemática que condujera al cumplimiento del objetivo de investigación (Sousa et al., 2007); es decir, a partir de las evidencias recolectadas se establecieron conclusiones. El diseño es de carácter no experimental, observacional, transversal y retrospectivo. No se contó con grupos de control o de manipulación de variables.

La población de estudio (n=117) corresponde a adolescentes escolarizados, entre 14 y 17 años, que estaban cursando los grados de sexto a undécimo de educación básica secundaria, vinculados a cinco (5) Instituciones Educativas de Antioquia (Medellín, Bello, Itagüí, Valdivia y Santa Rosa de Osos). El muestreo fue no probabilístico y por conveniencia (Tamayo, 2001); muestreo que permitió la selección según la accesibilidad y utilidad de los casos en la investigación (Manterola et al., 2019).

Los instrumentos de investigación que se utilizaron fueron los siguientes:

- Autoinforme *ad hoc*: cuestionario creado para recoger datos de los adolescentes a partir de preguntas orientadas a identificar las características sociodemográficas de la población, mediante variables dicotómicas y politómicas, tales como: edad, sexo, grado de escolaridad, uso, número y tipo de RS que usa. Dicho cuestionario fue sometido a juicio de expertos.
- Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS): este cuestionario fue diseñado por Ecurra y Salas (2014) con base en los indicadores del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM IV) para establecer adicción a las RS en población



adolescente entre los 14 a 18 años. El instrumento consta de veinticuatro (24) ítems con tres (3) factores: obsesión por las redes sociales, diez (10) ítems; falta de control personal en el uso de las redes sociales, seis (6) ítems; y uso excesivo de las redes sociales, ocho (8) ítems. La calificación global corresponde a la suma de valores por dimensión en una escala Likert que corresponde a: Siempre = 4; Casi siempre = 3; Rara vez = 2; Casi nunca = 1; Nunca = 0; la confiabilidad es de 0.95.

- Cuestionario de Autoimagen (CAI): el instrumento es de tipo autoinforme, diseñado por los autores y tuvo como referencia el Cuestionario de autoimagen del Grupo Ambezar (2020) y cuenta con nueve (9) ítems y cinco (5) opciones de respuesta: “Si, casi siempre”, “a veces”, “No, casi nunca”. La valoración del instrumento consta de la suma de los puntos correspondientes, en el que la puntuación de 25-29 corresponde a una imagen positiva de sí mismo; 30-45, una buena imagen; 41-59, aceptable y superior a 60, negativa imagen. El instrumento escala arroja un alfa de 0.473, presentando un alto grado de consistencia y estabilidad en las puntuaciones obtenidas en las mediciones a la muestra (ver Tabla 1).

**Tabla 1**

*Indicador de confiabilidad*

Alfa de Cronbach	Número de elementos
0,473	10

*Nota.* Elaboración propia (extraído del *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) V21.0).



El análisis de los datos se realizó mediante estadística descriptiva que permitió extraer medidas de tendencia central. Con los puntos de referencia se interpretaron las calificaciones que se obtuvieron de las pruebas y así se interpretaron los valores en relación con el puntaje central o típico.

Es importante tener en cuenta que el reconocimiento de criterios éticos se fundamentó en la Ley 1090 de 2006 y la Resolución 8430 de 1993, orientaciones legales que reglamentan las obligaciones de la investigación científica en Psicología. Se utilizó el consentimiento informado y se respetaron las fuentes de información, confidencialidad e integridad de los participantes según los criterios de respeto y dignidad.

## **Resultados y discusión**

### ***Exposición a redes sociales en adolescentes escolarizados***

Los resultados obtenidos en el autoinforme *ad hoc* (n=117) revelan que el 69,2% corresponden a mujeres y el 30,8% a hombres (ver Tabla 2). Con respecto a la edad, los datos evidencian que el 28,2% son adolescentes de 14 años; el 29,9% tiene 15 años; el 24,8% corresponde a 16 años y el 17,1% a mayores de 17 años (ver Tabla 2).

La caracterización de los participantes revela aspectos sociodemográficos como edades entre 14 a 17 años, en la que el 58,1% se encuentra entre los 14 y 15 años; es decir, la población es adolescente. Este tipo de individuos se encuentra en un tránsito de vida con cambios fisiológicos, cognitivos, afectivos y psicosociales (Rodríguez y Fernández 2014), que los predisponen a riesgos psicopatológicos, especialmente por el uso desmedido de las RS.



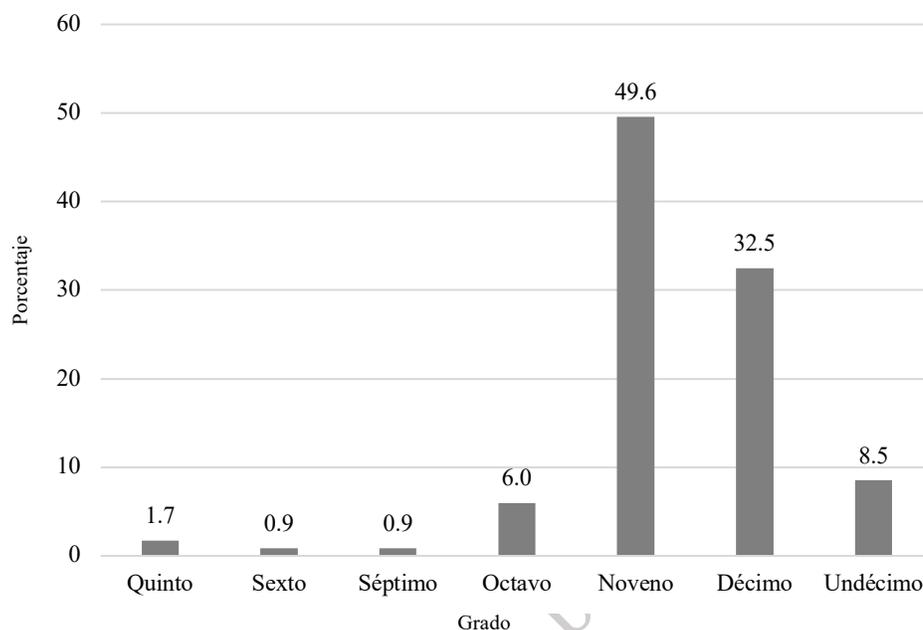
**Tabla 2***Distribución de los datos de acuerdo con la variable edad y sexo*

<b>Edad</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje (%)</b>	<b>Sexo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
14 años	33	28,2	Femenino	81	69,2
15 años	35	29,9	Masculino	36	30,8
16 años	29	24,8			
Mayores de 17 años	20	17,1			
Total	117	100,0	Total	117	100,0

*Nota.* Elaboración propia (extraído del SPSS V21.0).

En relación a la variable grado de escolaridad, los datos evidencian que la mayor cantidad de participantes están en grado noveno con 49,6%; seguido del grado décimo con un 32,5%; los estudiantes de undécimo representan el 8,5% de adolescentes escolarizados (ver Figura 1). La relación entre las edades con los niveles de escolaridad permite identificar que en los participantes el nivel académico es acorde al grupo etario. Dicha correspondencia se ajusta a los indicadores del Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas (DANE), que establecen que los adolescentes en el rango de edad entre 11 a 14 años se encuentran cursando básica secundaria (6°, 7°, 8° y 9°), y entre 15 y 16 están en la media (10° y 11°) (2013); es decir, las características de la muestra indican un índice bajo de retraso escolar.



**Figura 1***Índice de escolaridades participantes*

Nota. Elaboración propia (extraído del SPSS V21.0).

La evidencia empírica demuestra que el 4,3% de los adolescentes utilizan una (1) red social; el 30,8% visitan dos (2) RS; el 31,6% manejan tres (3) RS; el 20,5% de la muestra frecuentan cuatro (4) RS y un 12,8% cinco (5) o más RS. Por otra parte, la frecuencia de ingresos a las plataformas virtuales revela que el 40,2% de los individuos se conectan todo el tiempo; el 33,3% entre seis (6) y doce (12) veces al día; el 20,5% entre tres (3) y seis (6) veces al día; y un 6,0% de una (1) a dos (2) veces al día (ver Tabla 3). Es decir, es posible inferir que la mayoría de los participantes tienen una frecuencia significativa de visita a las RS, entre dos (2) y cuatro (4) veces, con una periodicidad de ingresos entre tres (3) a seis (6) veces al día, hasta estar conectado todo el tiempo. Las RS de uso más frecuente son: *Facebook, Instagram y WhatsApp*.



**Tabla 3**

*Distribución de los datos de acuerdo con la variable de número y tiempo de uso de las redes sociales*

Número de redes sociales	Frecuencia	Porcentaje (%)	Tiempo de uso	Frecuencia	Porcentaje (%)
Una	5	4,3	Todo el tiempo	47	40,2
Dos	36	30,8	Entre 6 y 12 veces al día	39	33,3
Tres	37	31,6	Entre 3 y 6 veces al día	24	20,5
Cuatro	24	20,5	Entre 1 o 2 veces al día	7	6,0
Cinco o más	15	12,8			
Total	117	100,0	Total	117	100,0

*Nota.* Elaboración propia (extraído del SPSS V21.0).

Hoy la revolución digital pone de frente al sistema educativo nuevas estrategias de enseñanza. Cuando las sociedades integran nuevas tecnologías se adquieren nuevas ventajas que hacen posible que el estudiante explore, navegue, establezca relaciones, y, por lo tanto, acceda a recursos, desarrolle habilidades y obtenga beneficios. El hito del uso de las RS asociado al retraso educativo pone la discusión en el uso, ya que las nuevas tecnologías no son buenas o malas, el problema radica en cómo el adolescente se expone a las mismas. Según Barquero y Calderón (2016), el internet por sí solo es una herramienta; es el uso que se le da lo que lo puede convertir en funcional o disfuncional.

La adolescencia puede ser entendida como etapa del desarrollo de conflictos psicoemocionales propios de la edad, en la que el individuo busca pares mediante el establecimiento de redes sociales reales o virtuales (Muñiz et al., 2020). En este caso, la



transformación del mundo hacia un universo virtual pone de cara a los adolescentes ante diferentes RS en la que se exponen a otros factores de riesgo, tales como: aislamiento social, ansiedad (Déu, 2021), depresión (Tamayo et al., 2012), irritabilidad (Arab y Díaz, 2015), problemas de autoestima y autocontrol, de autoimagen y de habilidades sociales (Castro y de la Villa, 2017).

Sin embargo, en tiempos de una revolución digital, la Psicología tiene el deber de evaluar, medir y establecer en qué casos se puede hablar de condiciones positivas o negativas que influyen en la autoimagen; teniendo en cuenta que, el velo negativo asociado al uso de las RS pone el debate en el escenario de posibles adicciones (Gómez y Marín, 2017) y el posible desencadenamiento de condiciones patológicas en el desarrollo psicoevolutivo del adolescente (Alfaro et al., 2015).

Los resultados indican que en el 90% de los adolescentes (n=117) que hacen uso habitual de las RS, no evidencian retraso escolar y tienen un uso funcional de las plataformas virtuales. Que el adolescente permanezca conectado no se constituye en un indicador de problemas psicoemocionales o de autoimagen (Rodríguez et al., 2018). El 64,4% de los adolescentes se conectan diariamente a las RS y el 26% al menos algunos días a la semana, permitiéndole la búsqueda de autoidentidad, confianza en sí mismos y compensación del entorno social (Colás et al., 2013).

### ***Salud mental en adolescentes escolarizados expuestos a las redes sociales***

Según Fernández (2013), el uso constante de las RS constituye un factor de riesgo asociado con el desarrollo de trastornos mentales e indica que dichos problemas se derivan debido al acceso a contenidos, desencadenando en adicciones a este tipo de plataformas virtuales. Es decir, esta adicción puede ser un agente nocivo debido al uso desmedido, considerándose un factor de



vulnerabilidad. En este sentido, el desarrollo de la investigación obliga a distinguir dos (2) aspectos: uso funcional *versus* uso desmedido. Acorde al análisis estadístico del ARS, las puntuaciones directas indican en la muestra un uso funcional de las RS con una media de uso de 1,422 y una moda de 1,2 (ver Tabla 4).

**Tabla 4**

*Distribución del uso de las redes sociales*

Válidos	117	Desviación típica	0,55
Perdidos	0	Rango	3,1
Media	1,42	Mínimo	0,2
Mediana	1,3	Máximo	3,3
Moda	1,2	Suma	166,4

*Nota.* Elaboración propia (extraído del SPSS V21.0).

Las nuevas tecnológicas impactan la realidad del mundo actual, convirtiéndose en herramientas imprescindibles para todas las actividades sociales. Identificar el uso funcional de las RS en los adolescentes habla de que la frecuencia de uso no está relacionada con el desarrollo de cuadros clínicos. Las RS pueden obedecer a la necesidad de permanecer conectados con el fin de estar vinculados con el mundo, enterados de las novedades y estableciendo relaciones, que no necesariamente son patológicas (Arnao y Surpachín, 2016). Es decir, el problema no radica en la frecuencia, sino el uso indebido de estas herramientas tecnológicas.

Los resultados del ARS indican que, la primera actividad que realizan los adolescentes corresponde a revisar su celular (R1. 2,09) y puede considerarse como una señal que indica una predisposición psicomotriz (Barros Bernal et al., 2017). El tiempo invertido a las RS (R16. 2,09)



(ver Tabla 5) y la automatización de un patrón conductual diario (Jasso et al., 2017) en el que la primera acción del día es revisar el celular y permanecer atento a las alertas enviadas desde las RS al computador y/o teléfono (R17. 2,20), genera una dependencia a las plataformas virtuales (Fernández, 2013). La activación anómala delante el ordenador desencadena en la negación de señales de alarma; por esta razón, el adolescente puede invertir más tiempo en plataformas (R18. 2,32) (ver Tabla 5), trayendo consigo afectaciones a nivel social y puede debilitar relaciones interpersonales cara a cara.

Pese a lo anterior, en la muestra se evidencia estrategias de autocontrol frente al uso de las RS. Es decir, si el adolescente puede desconectarse por uno o varios días (R13. 2,48), delimitando separar el mundo real del virtual y logrando diferenciar momentos para el ingreso como la desconexión a las RS, se estará hablando de un uso funcional. Este modo de interacción con las RS dependerá de la capacidad para controlar la actividad de conectarse (R12. 2,05) (ver Tabla 5). Es decir, el uso funcional de las RS corresponde a una condición psicoemocional en el que el adolescente posee herramientas cognitivas y emocionales, como el autocontrol ante la demanda o la necesidad de conectarse (Kuss y Griffiths, 2011). En este sentido, Griffiths (2000) indica que la estabilidad emocional de los adolescentes se afecta en la ansiedad por no frecuentar las RS. Por lo tanto, el asunto no radica ni en el uso, ni la frecuencia, sino en los estados de ánimo alterados por la dependencia a las RS.

Los resultados del ARS en la muestra evidencian aspectos positivos en el uso de las RS, favoreciendo el rendimiento escolar y la mayor participación en las actividades diarias, identificando la capacidad para controlar la actividad de conectarse. El grupo de investigación Auca Projectes Educatius (2017) indica que el tiempo de ocio no direccionado y acompañado se reinvierte en tiempo en las RS y el adolescente al no tener nada que hacer dedica más tiempo en



éstas. Es decir, la inmersión en las plataformas de modo no controlado desencadena en un uso desmedido de las RS y centrado en motivos como hacer amigos, aumentar listas de conocidos o sin un objetivo específico que pueden constituirse en factores de riesgo de exclusión social; razones que permiten comprender los estudios que vinculan el uso de las RS con problemas de salud mental.

El uso desmedido de las RS puede ocasionar problemas en el adolescente, especialmente cuando el uso es persistente, permanecen conectados gran parte del día, emergen pensamientos intrusivos que deriva en que se estén conectando y desconectando, estados de aburrimiento cuando no están en las RS, no disfrute por las actividades emprendidas de no encontrarse en las RS y las plataformas empiezan a ser consideradas indispensables para la vida cotidiana (Barrio y Ruiz, 2014). La inmersión en la internet no puede constituirse en sumergirse en un mundo que deslinde al individuo de la realidad (Siles, 2005), ocasionando descuidos en las relaciones con cercanos (amigos, familia) o incumplimiento de obligaciones o tareas diarias, dejándose absorber en las RS, como el rendimiento escolar (Patiño, 2020).



**Tabla 5***Puntuaciones directas del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS)*

Ítems	Media	Desviación típica	Error típico de la media	Ítems	Media	Desviación típica	Error típico de la media
R1	2,09	0,938	0,087	R13	2,48	1,186	0,110
R2	1,39	0,956	0,088	R14	1,73	1,172	0,108
R3	0,93	1,006	0,093	R15	0,70	0,893	0,083
R4	2,19	1,152	0,106	R16	2,09	1,167	0,108
R5	1,26	1,109	0,103	R17	2,20	1,061	0,098
R6	0,62	0,971	0,090	R18	2,32	1,208	0,112
R7	0,81	0,999	0,092	R19	0,91	0,970	0,090
R8	1,36	1,125	0,104	R20	1,06	1,124	0,104
R9	1,85	1,254	0,116	R21	1,61	1,224	0,113
R10	1,83	1,227	0,113	R22	1,64	1,125	0,104
R11	1,31	1,078	0,100	R23	1,11	1,158	0,107
R12	2,05	1,425	0,132	R24	1,37	1,222	0,113

*Nota.* Elaboración propia (extraído del SPSS V21.0).

### ***La autoimagen y las redes sociales***

La revolución digital ha creado un escenario de relaciones en el que se valida indistintamente opiniones de conocidos y desconocidos. En las plataformas, la influencia de otras personas es importante en la autoimagen (INFOCOP, 2018). Es decir, gozar de una autoimagen positiva ayuda a conectarse consigo mismo, aprender a aceptarse y quererse. En el entendido de que el uso de las RS afecta positiva o negativamente la autoimagen, se verificó en las puntuaciones directas del CAI. Los datos revelan que la exposición a las RS no interfiere con la imagen corporal y, en general, hay una idea positiva respecto a la apariencia (R3. 0,84), existe preocupación por el aspecto corporal (R6. 0,76) y valoran el aspecto físico (R9. 0,66) (ver Tabla 6).



**Tabla 6***Datos directos del Cuestionario de Autoimagen (CAI)*

Ítems	Mínimo	Máximo	Media	Desviación típica
R1	0	1	0,74	0,439
R2	0	1	0,28	0,452
R3	0	1	0,84	0,370
R4	0	1	0,09	0,293
R5	0	1	0,58	0,495
R6	0	1	0,76	0,429
R8	0	1	0,30	0,460
R9	0	1	0,66	0,476
R10	0	1	0,27	0,448
R11	0	1	0,15	0,362

*Nota.* Elaboración propia (extraído del SPSS V21.0).

Ardila (2018) indica la influencia negativa del uso de las RS en el desarrollo de la autoimagen. Sin embargo, la evidencia empírica de esta investigación no permite establecer la asociación negativa (Ver Tabla 6). Los datos permiten ver que la autoimagen no es alterada debido al uso de plataformas, todo lo contrario, está presente la aceptación de ellos mismos y el deseo de ser, sin parecerse a otra persona. Definitivamente, los datos no son concluyentes, porque no se podría generalizar sobre la relación autoimagen y RS. Pero, si se puede indicar que no siempre está asociación es patológica, ya que es pertinente establecer que las condiciones individuales así como las sociales y familiares entregan herramientas y estrategias cognitivas protectoras (Araya y Pedreros, 2013). Las RS también promueven acciones tales como: compartir información, conocer y aprender de otras personas y culturas, oportunidades para promover ideas de trabajo, estar en contacto con amigos y compartir ideales.



En segundo lugar, la influencia de uso de las RS en la autoimagen no está condicionada a la construcción individual de imágenes negativas o a la aceptación de la información como verdades absolutas. Es decir, los adolescentes reportan que no se ven afectados por la información publicada (R2. 0,28), no afectación por estereotipos de belleza (R8. 0,30) y la búsqueda de aceptación o agrado en determinadas plataformas (R10. 0,27). Si bien, el uso de las RS puede constituirse en un factor de decremento del concepto de sí mismo (García y Puerta, 2019), no se podría indicar que sucede en todos los casos.

## Conclusiones

La revolución digital pone a disposición del sistema educativo nuevas estrategias de enseñanza y aprendizaje en las que se pone en discusión el uso funcional y desmedido de las RS, debido a la inmersión de adolescentes en este tipo de plataformas. De ahí que, es un momento histórico para analizar la influencia que las RS tienen sobre la salud mental y la autoimagen. Frecuentemente, el uso de las RS está asociado a dificultades tales como: aislamiento social, retraso educativo, ansiedad, depresión, irritabilidad, problemas de autoestima, autocontrol, autoimagen y habilidades sociales; dificultades que se contrastan con el uso funcional de las plataformas y la idea de que permanecer conectado a las RS no necesariamente implica problemas psicoemocionales o de autoimagen.

La predisposición psicomotriz a una conducta de tipo compulsiva puede determinarse porque el adolescente presenta señales de alarma, tales como: activación anómala del estado de ánimo con o sin ordenador o celular, debilitamiento de las relaciones interpersonales cara a cara y estados ansiosos cuando no puede conectarse a plataformas virtuales (*Facebook, Instagram y Twitter*). Sin



embargo, el uso funcional de las RS dependerá de la salud mental y de la capacidad de delimitar el mundo real del virtual y lograr diferenciar momentos para el ingreso como la desconexión. En conclusión, el adolescente con estrategias de autocontrol posiblemente tenga un uso funcional de las RS, ya que posee herramientas cognitivas y emocionales que le permiten discernir juicios, opiniones e imágenes propias del intercambio en la virtualidad.

Todo escenario de intercambio social (cara a cara o virtual) está sometido a la influencia de los otros sobre el desarrollo de una autoimagen positiva o negativa. Cuando el adolescente goza de una autoimagen positiva puede conectarse consigo mismo, se acepta, se quiere y se reconoce independiente del escenario. Es decir, no es posible indicar que, la exposición a las RS es un factor *sinequanon* que interfiere con la imagen corporal negativa. En los adolescentes no necesariamente la exposición desmedida a las RS puede constituirse en un factor de decremento del concepto e imagen de sí mismo. De ahí, el desafío de continuar desarrollando estudios que contrasten mediante evidencia empírica la influencia negativa de las RS sociales en el desarrollo de la autoimagen. Aunque los datos de la presente investigación no son concluyentes, si se puede indicar que la autoimagen negativa no se ve afectada condicionalmente por la exposición a las plataformas; todo lo contrario, las RS pueden promover acciones que favorecen el desarrollo de una autoimagen positiva.

La psicoeducación contribuye a la protección del adolescente durante la exposición a las plataformas. La tarea del cuidador consiste en controlar, acompañar y guiar. Cuando se permite el uso desmedido de las RS y el adolescente no cuenta con herramientas cognitivas suficientes, es probable que se presenten alteraciones en el concepto propio, ya que la información recibida siempre estará en dirección a la autoconfrontación y comparación. Las RS pueden influenciar en el desarrollo de la identidad, ya que su contenido influye en las emociones y pensamientos



(Mendoza et al., 2015). Un halago en las RS puede tener efectos en la autoimagen y en la creencia que el adolescente tiene de su aspecto físico. Sin embargo, el efecto positivo o negativo es el producto de las herramientas cognitivas que tenga para evaluarlo. Cuando un adolescente desarrolla la capacidad de discernimiento, logra identificar cuando un perfil puede ser nocivo y lo evita, selecciona y afianza lazos de amistad y elige adecuadamente las publicaciones que desea compartir (Peña et al., 2014).

### **Recomendaciones**

Para futuras investigaciones es pertinente realizar estudios comparativos entre grupos poblacionales que permiten distinguir entre el uso desmedido y funcional de las RS considerando otras variables psicológicas como la autoestima y el autoconcepto. Si bien, la autoimagen permite identificar la percepción que tiene de sí mismo respecto a lo corporal, de acuerdo a los antecedentes se comprenden que las afectaciones a la salud mental pueden proceder de otras dimensiones, incluso sociales, que pueden indicar aspectos clínicos relevantes respecto a la salud mental.

### **Referencias**

Alfaro, M., Vázquez, M., Fierro, A., Herrero, B., Muñoz, M., y Rodríguez, L. (2015). Uso y riesgos de las tecnologías de la información y comunicación en adolescentes de 13-18 años. *Pediatría Española*, 73(6), 146-151.  
<https://www.actapediatrica.com/images/pdf/Volumen-73---Numero-6---Junio-2015.pdf>



- Álvarez, D., Barreiro, A., y Nuñez, J. (2017). Ciberagresión entre adolescentes: prevalencia y diferencias de género. *Comunicar, Revista Científica de Etnoeducación*, 50, 89-97.  
<https://doi.org/10.3916/C50-2017-08>
- Arab, E., y Díaz, A. (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/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Araujo, E. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 48-58.  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v10n2/a05v10n2.pdf>
- Araya, L., y Pedreros, M. (2013). Análisis de las teorías de motivación de contenido: una aplicación al mercado laboral de Chile del año 2009. *Revista de ciencias sociales*, IV(142), 45-61. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15333870004>
- Ardila, D. (2018). Las redes sociales y la crisis en la construcción de la autoimagen. *Las 2 orillas*. <https://www.las2orillas.co/crisis-de-las-redes-sociales-en-la-construccion-de-la-autoimagen-de-los-jovenes/>
- Arnao, J. y Surpachín, M. (2016). *Uso y abuso de las redes sociales digitales en adolescentes y jóvenes*. Centro de Información y educación para la prevención del abuso de drogas.
- Auca Projectes Educatius (2017). ¿Por qué los jóvenes dedican tanto tiempo a las redes sociales? *Auca Projects Educatius*. <https://www.auca.es/jovenes-dedican-tanto-tiempo-redes-sociales/#:~:text=La%20encuesta%20ha%20indicado%20que,ganas%20de%20aumentar%20esa%20lista.&text=sin%20esas%20tecnolog%c3%adas%20el%20joven,en%20un%20ser%20totalmente%20dependiente>



- Barquero, A. y Calderón, F. (2016). Influencia de las tecnologías en el desarrollo adolescente y posibles desajustes. *Revista Cúpula*, 30(2), 11-25.  
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v30n2/art02.pdf>
- Barros, S., Hernández, Y., Vanegas, O., Cedillo, M., Alvarado, H., y Cabrera, J. (2017). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztalaca*, 20(3) 42-68.  
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/61775>
- Borrás, T. (2014). Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad. *Correo Científico Médico de Holguín*, 18(1), 1-3.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1560-43812014000100002&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000100002&lng=es&tlng=es).
- Escourido, M., Fernández, V. y Prado, J. (2019). Internalization of Negative Self-Image of the City. *14<sup>th</sup> Iberian Conference on Information Systems and Technologies (CISTI)*, pp. 1960-1964.
- Castro, A. y de la Villa, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: análisis bibliográfico. *Salud y drogas*, 17(1), 73-85.  
<https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782008.pdf>
- Challco, K., Rodríguez, S., y Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista científica de ciencias de la salud*, 9(1), 9-15. <https://doi.org/10.17162/rccs.v9i1.542>
- Chimbana, J. (2020). *Acción a las redes sociales y su influencia en el aislamiento social en adolescentes* [Tesis de Psicología Clínica, Universidad Técnica de Ambato].  
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31556>



- Cifuentes, L. (2016). *Autoimagen e Inteligencia Emocional* [Tesis de Psicología Clínica, Universidad Rafael Landívar, campus Quetzaltenango].  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Cifuentes-Luz.pdf>
- Colás, P., González, T., y Pons, J. (2013). Juventud y redes sociales: motivaciones y usos preferentes. *Revista Científica de Comunicación y Educación Comunicar*, (40), 15-23.  
<http://dx.doi.org/10.3916/C40-2013-02-01>
- Del Barrio, A. y Ruiz, I. (2014). Los adolescentes y el uso de las redes sociales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 571-576.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851785056>
- De los Reyes V., Jaureguizar, J., Bernaras, E., y Redondo, I. (2021). Violencia de control en las redes sociales y en el móvil en jóvenes universitarios. *Aloma*, 39(1), 27-35.  
<https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.27-35>
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE). (2013). *Metodología Encuesta de Cultura Polica*.  
[https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/fichas/Cultura\\_Politica.pdf](https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/fichas/Cultura_Politica.pdf)
- Déu, J. (2021). Los riesgos de las redes sociales en la salud mental de los adolescentes. *Sant Joan de Déu*. <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/riesgos-redes-sociales-salud-mental-adolescentes#:~:text=Uno%20de%20cada%20seis%20j%C3%B3venes,sus%20sentimientos%20de%20ansiedad%20empeoren>.
- Escurra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*. 20(1) 73-91.  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>



- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud mental*, 36(6), 521-527. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000600010](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000600010)
- Gama, S., Cardoso, L., Montenegro, E. y Carvalho, M. (2021). Comparação entre autoimagem e índice de massa corporal entre crianças residentes em favela do Rio de Janeiro, 2012. *Epidemiol Serv Saude*, 30(1). <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742021000100004>
- García, A. y Puerta, D. (2019). Uso adictivo de *Facebook* y el autoconcepto en estudiantes colombianos. *Revista virtual Universidad Católica del Norte*, (59), 27-47. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n59a3>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436-443. <https://dx.doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Guevara, M., Pacheco, L., Velarde, L., Ruiz, K., Cárdenas, V., y Gutiérrez, J. (2021). Apoyo en redes sociales y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en adolescentes. *Enfermería Clínica*, 31(3), 148-155. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.11.007>
- Gómez, K., y Marín, J. (2017). *Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años*. [Tesis de Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://otech.uaeh.edu.mx/site/cdn/assets/Microsites/iot/docs/Impacto.pdf>
- Griffiths, M. (2000). Internet addiction - time to be taken seriously? *Addiction Research*, 8(5), 413-418. <https://doi.org/10.3109/16066350009005587>
- Grupo Ambez@r (2020). Recursos para la atención a la diversidad – Materiales para la práctica orientadora. *Cuestionario de Autoimagen*. <http://agrega.juntadeandalucia.es/repositorio/01022016/84/es->



an\_2016020114\_9135612/ambezar/files/07documentos/Cuestionarios/Cuestionario\_Auto imagen.pdf

- Gutiérrez, F., y Gutiérrez, R. (2021). Association addictive behavior to social networks high school students: a study in México. *Gaceta Médica de Caracas*, 129(Supl 1), S30-S35. <https://doi.org/10.47307/GMC.2021.129.s1.5>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de investigación, sexta edición*. McGraw- Hill, Interamericana Editores.
- Hütt, H. (2012). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión. *Revista Reflexiones*, 91(2), 121-128. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/1513/1521>
- Infocop. (2018). *Las redes sociales son un factor de riesgo para la autoestima de los más jóvenes*. Consejo General de la Psicología de España. [https://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=7461](https://www.infocop.es/view_article.asp?id=7461)
- Jara, M., Olivera, M., y Yerrén, E. (2018). Teoría de la personalidad según Albert Bandura. *Revista de Investigación de estudiantes de Psicología*, 7(2), 22-35. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/article/view/1510>
- Jasso J., López, F., y Díaz, R.(2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de investigación psicología*, 7(3), 2832-2838. <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.11.001>
- Kuss, D., y Griffiths, M. (2011). Online social networking and addiction: a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Ley 1090 de 2006 (2006, 6 de septiembre). Congreso de la República. Diario oficial No 46.383. [http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_1090\\_2006.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html)



- Lillo, J. (2004). Crecimiento y Comportamiento en la Adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (90), 57-71.  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&tlng=es).
- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., y García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 30(1), 36-49. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2018.11.005>
- Martin, J., Casas, J., Ortega, R., y Del Rey, R. (2021). Supervisión parental y víctimas de ciberbullying: influencia del uso de redes sociales y la extimidad online. *Revista de Psicodidáctica*, 26(2), 161-168. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2020.12.005>
- Martín, M., Asensio, I., y Bueno, 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>
- Mendoza, H., Zambrano, K., y Alcívar, E. (2015). Influencia de las redes sociales en la identidad personal de los universitarios chonenses. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, 1(1) 75-84. <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/39>
- Mesa, A. (2005). El doble estatus de la psicología cognitiva: como enfoque y como área de la investigación. *Revista IIPSI*, 8(1), 145-163. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v8i1.4242>
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (MinTic). (2020). *Informe Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones*.
- Montiel, I., Carbonell, E., y Salom, M. (2011). Victimización infantil sexual online: online grooming, ciberabuso y ciberacoso sexual. *Delitos sexuales contra menores. Abordaje psicológico, jurídico y policial*, pp. 203-224.



- Muñiz, M., Callejas, J., y Povedano, A. (2020). La dependencia a las redes sociales virtuales y el clima escolar en la violencia de pareja en la adolescencia. *International Journal of Sociology of Education*, 9(2), 213-233. <https://doi.org/10.17583/rise.2020.5203>
- Muñoz, E. (s.f.). *El papel de las redes sociales durante el covid-19, retos y oportunidades*. Universidad Piloto de Colombia. <https://www.unipiloto.edu.co/el-papel-de-las-redes-sociales-durante-el-covid-19-retos-y-oportunidades/>
- Parra, D., y Onieva, C. (2021). Análisis del impacto de las redes sociales sobre el tráfico web de los cibermedios nativos digitales españoles. *Fonseca, Journal of Communication*, (22), 99-117. <https://doi.org/10.14201/fjc-v22-22696>
- Patiño, L. (2020). Revisión sistemática de literatura: *la influencia de las redes sociales sobre las relaciones interpersonales en los adolescentes* [Tesis de Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia]. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16550/1/2020\\_redes\\_sociales\\_adolescentes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16550/1/2020_redes_sociales_adolescentes.pdf)
- Resolución 8430 de 1993 (1993, 4 de octubre). Ministerio de Salud. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Rodríguez, A., Prats, M., 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. *Revista de Medios y Educación*, (52), 111-124. <http://dx.doi.org/10.12795/pixelbit.2018.i52.08>
- Peña, G., Molina, G., y Toledo, K. (2014). *Las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los adolescentes, estudio a realizarse en cuatro colegios de la ciudad*



de Cuenca con los alumnos de primer año de bachillerato [Tesis de Licenciatura en Psicología Clínica, Universidad del Azuay].

<http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/3659>

- Rodríguez, A. y Fernandez, 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://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79831197013>
- Rodríguez, L. (2017). El Adolescente en su entorno: familia, amigos, escuela y medio. *Pediatría Integral*, XXI(4), 261-269. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-06/el-adolescente-y-su-entorno-familia-amigos-escuela-y-medios/>
- Roncancio, M., y Mattos, E. (2019). “El self imaginando-se”. Más allá de la autoimagen de niños y adolescentes. *Estudios de Psicología*, 40(1), 171-185.
- Sabater, M. y Montes, J. (2018). *Influencia de las redes sociales en los trastornos de la conducta alimentaria: revisión de la literatura* [Tesis de Enfermería, Escola Universit ria d’Infermeria Gimbernat].
- Siles, I. (2005). Internet, virtualidad y comunidad. *Revista de Ciencias Sociales*, II(108), 55-69. <https://www.redalyc.org/pdf/153/15310805.pdf>
- Sousa, V., Driessnack, M. & Costa Mendes, I. (2007). Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería. Parte 1: diseños de investigación cuantitativa. *Revista Latinoamericana Enfermagem*, 15(3). <https://www.scielo.br/j/rlae/a/7zMf8XypC67vGPrXVrVFGdx/?format=pdf&lang=es>
- Stringham, O., Toomes, A., Kanishka, A., Mitchell, L., Heinrich, S., Ross, J., y Cassey, P. (2021). A guide to using the internet to monitor and quantify the wildlife trade. *Conservation Biology*, 35(4), 1130-1139. <https://doi.org/10.1111/cobi.13675>



Tamayo, G. (2001). Diseños muestrales en la investigación. *Revista semestre económico*, 4(7), 1-14. <https://revistas.udem.edu.co/index.php/economico/article/view/1410/1542>

Tamayo, W., García, F., Quijano, N., Corrales, A., y Moo, J. (2012). Redes sociales en internet, patrones de sueño y depresión. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 17(2), 427-436. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29224159005.pdf>

Aprobado para publicación

